



Regione Autonoma della Sardegna



**ERSAT**

# Gli Antichi Ortaggi di Sestu

Storia, Tradizione, Virtù





Regione Autonoma della Sardegna



**ERSAT**

# Gli Antichi Ortaggi di Sestu

Storia, Tradizione, Virtù



*Dedicato a uomini e donne  
che hanno contribuito,  
col loro lavoro a fare di Sestu  
la capitale dell'orticoltura Sarda*



## PREFAZIONE

Tradizionalmente l'attività orticola nel Comune di Sestu ha avuto e soprattutto ha un'indubbia importanza economica.

Le cooperative Ortosestu e L'Ortolano hanno avuto recentemente il riconoscimento di organizzazione dei produttori (O.P.). Una parte importante nell'ambito dei loro progetti di sviluppo, potrebbe essere rappresentato dal recupero delle antiche varietà orticole, quali ravenello, lattuga e prezzemolo che tanto hanno significato sotto l'aspetto della tradizione, dell'identità, della cultura e del reddito per la comunità contadina locale.

In un'epoca in cui tutto ciò che mangiamo è standardizzato, anche i gusti e sapori, è veramente difficile riconoscere ciò che proviene da un determinato territorio, eppure è proprio il legame territorio e comunità di produzione del cibo che rende quel prodotto unico.

In questo contesto si inseriscono diverse iniziative dell'ERSAT Sardegna, realizzate in collaborazione con le Organizzazioni di Produttori Sestesi, tra cui il presente opuscolo, un progetto di educazione alimentare con le scuole primarie locali e la presentazione e degustazione di alcuni prodotti tipici dell'orticoltura sestese al Salone del Gusto di Torino 2006.

L'obiettivo finale è di valorizzare alcune varietà orticole locali, attraverso la riscoperta e la valorizzazione dei saperi di una comunità.

## ALCUNE NOTIZIE STORICHE

L'attività orticola nel Comune di Sestu ha origini antichissime. Era un'attività prevalentemente familiare, le cui eccedenze andavano a rifornire i mercati di Cagliari e le tavole dei nobili Cagliaritari. I grossi proprietari terrieri locali infatti prediligevano colture più redditizie quali grano, cereali e uva da vino.

A causa delle carenze di acque superficiali e sotterranee, l'orticoltura si attuava principalmente nei periodi di maggiore piovosità, corrispondente all'autunno e alla primavera. Un notevole sviluppo si ebbe nei primi anni del '900 e soprattutto a cavallo della seconda guerra mondiale.

In quel periodo partivano verso Cagliari e gli altri centri limitrofi, i carri trainati da buoi o asini, colmi di ortaggi e grano per approvvigionare gli abitanti del capoluogo e le guarnigioni militari. La tradizione orale ha tramandato notizie riguardo ai consumi alimentari dei conducenti dei carri ("carrettoneri" = guidatori di carri). Essi accompagnavano il loro frugale pasto a base di lardo e pane con il tipico ravenello lungo sestese conosciuto col nome di *Arraigà 'e Sestu.*, che al gusto piccante, aggiungeva una notevole serbevolezza, tanto da durare persino 10 giorni, in quei carri coperti con sacchi di juta umidi.

Un vero e proprio sviluppo dell'orticoltura sestese si è avuto dal Dopoguerra in poi, e con la costruzione degli invasi del Flumendosa e del Mulargia, che resero irrigua gran parte del Sud Sardegna.

Alla fine degli anni '60, grazie anche allo stimolo e all'attività dell'assistenza tecnica pubblica essa iniziò ad assumere importanza fino a diventare zona leader per la coltivazione delle ortive da foglia e radice, favorita anche dalla contemporanea crisi del comparto cerealicolo e poi vitivinicolo con la conseguente estirpazione dei vigneti. Le domande di estirpazione dal 1976 al 1989 ammontavano a ettari 356 mentre i vigneti effettivamente estirpati risultavano 282 (fonte Ersat Sestu). Tutte queste terre nel tempo furono riconvertite alla coltivazione degli ortaggi, grazie anche alla disponibilità irrigua fornita con la costruzione degli invasi del Flumendosa e del Mulargia e la conseguente nascita del Consorzio per la Bonifica della Sardegna Meridionale..

La prima organizzazione locale di orticoltori di cui si ha notizia è la Cooperativa "Alleanza Ortofrutticola Sestese" costituitasi nel 1967, a firma del notaio Antonio Saba, alla presenza dei seguenti soci fondatori: Medda Giuseppe, Dessì Salvatore, Piga Salvatore, Orrù Giuseppe, Medda Salvatore, Cogoni Marco, Vacca Antonio, Vacca Fernando, Angioni Antonio, Lai Cesare, Verano Salvatore, Ferru Ericleo, Spanu Ariosto. Presidente eletto Piga Salvatore. Dal registro dei soci si apprende anche che nel 1973 risultavano n° 27 soci con una superficie coltivata di Ha. 47. Le ortive coltivate risultavano essere: finocchi, cardi, bietole, prezzemolo, scarola, lattughe e insalate, carote, ravanelli, pomodori, cipolle, cipolline, aglio, sedani, cicoria, melanzane, cetrioli, basilico, romanella, broccoli, cavolfiore, cappuccio, verze, fagiolini freschi, fave, fiori di zucca, radicchi, zucche, zucchine, rape, salvia e peperoni.

Agli inizi del 1985, l'ufficio Ersat di Sestu promosse una serie di incontri sull'orticoltura. Dal verbale a firma del Capo Centro Ersat, Sig. Paolo Mereu, si evince che furono 105 le famiglie orticole invitate mentre gli orticoltori presenti furono 40.

Da questi incontri nacque l'esigenza di unirsi assieme per superare la concorrenza dei produttori esterni sia regionali che della penisola.

Il 20/04/1985, il locale ufficio dell'Ersat realizzò una conferenza informativa sui principi e valori nutritivi degli ortaggi.

ERSAT C.A.T. AGRICOLA - SESTU  
COMITATO ORTICOLTORI  
COMUNE DI SESTU  
Assessorato Agricoltura



SEDANO  
*Apium graveolens*



LATTUGA  
*Lactuca sativa*



RAVANELLO  
*Raphanus sativus*



CAROTA  
*Daucus carota*

## Conferenza sulle ORTIVE della vostra mensa

SESTU  
20 APRILE 1985 - ORE 18,30  
CINEMA S. GIORGIO - VIA GORIZIA

Furono invitati personalmente tutti gli orticoltori e le loro famiglie, ad ogni partecipante fu consegnato un questionario dalla cui elaborazione emerse che i presenti furono il 30% produttori orticoli, 5% commercianti, 58% consumatori. In occasione della conferenza fece la prima apparizione ufficiale il Comitato Orticoltori di Sestu, a cui fu dato il nome di ORTOSESTU, presidente eletto Cau Salvatore. Nell'intervento, il Sig. Cau, rivolgendosi ai consumatori e alla stampa locale presente disse le seguenti parole: "Gli ortaggi che noi produciamo sono i soli che in poche ore possono giungere alle vostre mense con tutta la freschezza e la genuinità degli ortaggi prodotti in casa", lanciando lo slogan: Sestu è il vostro Orto!

A fine dello stesso anno dal Comitato, nasce la cooperativa orticola denominata appunto ORTOSESTU. Da un verbale di assemblea della cooperativa del 12.11.1985 apprendiamo anche i nomi dei consiglieri di amministrazione: Presidente Argiolas Renzo, Vice Picciau Francesco, consiglieri Ferru Enrico, Loi Giuseppe, Cau Salvatore. Numerosi furono poi gli esempi di cooperazione posti in atto. Nascono successivamente le Cooperative San Gemiliano (1990), Magangiosa e Ortofiore e da una costola dell'OrtoSestu, la coop. l'Ortolano. L'ultima esperienza cooperativistica nata è stata la Coop. S'Atra Sardinia specializzata in produzioni biologiche. L'attuale superficie coltivata si aggira sui 400 Ha.

## COLLOCAZIONE GEOGRAFICA

Il Comune di Sestu è un centro agricolo situato al sesto miglio della vecchia strada romana Cagliari-Portotorres, fu isolata dal contesto dello sviluppo dell'area metropolitana di Cagliari con il nuovo tracciato della S.S. 131 Carlo Felice.

Trovasi a 44 m. sul livello del mare e le sue coordinate geografiche sono: latitudine 39°15' e longitudine 3°15' ad Ovest di Monte Mario. L'estensione territoriale è di ha. 4.832.00 quasi pianeggianti e con pochi rilievi. Il paese è attraversato dal Rio Matzeu, a carattere torrentizio e secco per buona parte dell'anno ed è collegato a Cagliari attraverso la S.S. 131 e la S.S. 554.

Il clima è tipicamente mediterraneo, con inverni miti, mentre frequenti risultano le brinate e gelate nel periodo che va da febbraio a marzo e che danneggiano le coltivazioni orticole di cui è grosso produttore. I venti predominanti sono il Maestrale (bentu estu) e lo Scirocco (bent'è soli) oltre alle ortive produce anche cereali e uva da vino.

## GLI ANTICHI ORTAGGI DI SESTU

Dalla tradizione orale, intervistando gli anziani orticoltori del paese, si apprende che erano diverse le varietà autoctone di ortaggi coltivate. Di alcuni di esse, purtroppo non abbiamo trovato al momento traccia: lo spinacio, la bietola da foglia, l'aglio, la scarola.

I capitoli successivi saranno dedicati alla descrizione di quegli ortaggi di cui ancora sono presenti coltivazioni seppur piccole, destinate a ormai pochi appassionati, ma che tanto hanno rappresentato per l'economia locale.

## S'Arreiga 'e Sestu – Ravanello lungo di Sestu

Trattasi di un ortaggio la cui origine si perde nella notte dei tempi è probabile che esso sia arrivato nell'isola ha seguito di una delle tante invasioni antiche o recenti e successivamente selezionata dagli orticoltori sestesi, che ne riproducevano il seme. Fino agli anni '70 il ravanello lungo di Sestu rappresentava la varietà più coltivata. Successivamente fu soppiantato dal tipico ravanello tondo a punta bianca dal gusto assai meno marcato e da un ciclo produttivo nettamente più breve. Del Ravanello lungo di Sestu viene consumata esclusivamente la radice.



Ravanello lungo di sestu preparato in mazzi; esso non mancava mai nelle tavole delle feste patronali e nei

Essa si presenta diverse tonalità di colore.

Variegata, dal rosa pallido al rosa intenso a volte con caratteristiche striature o punteggiature bianche, può raggiungere la lunghezza di 40 cm. , e i 7cm di diametro, ma normalmente la sua maturazione commerciale avviene a 20-30 cm. di lunghezza e 2 cm. di diametro. La polpa risulta bianca, compatta e croccante, dagli aromi decisi.



Particolare della polpa bianco candida dal gusto particolarmente piccante

Il sapore risulta dolce a primo impatto poi fortemente piccante, carattere che viene accentuato consumandola per intero, buccia compresa e non necessita di aggiunta di sale da cucina come spesso avviene con le varietà tonde attualmente in commercio.

Questo ortaggio, tradizionalmente accompagna i piatti delle feste a base di carni grasse in particolare maiale e agnello sardo. In passato poi non mancava nelle tavole dei matrimoni, dove rappresentava l'ortaggio per eccellenza.

Tutt'oggi non è raro incontrarlo nelle tavole delle sagre paesane.



In terreni particolarmente affinati e sciolti la radice può raggiungere i 40 cm. di lunghezza

La radice si utilizza cruda, da sola, intera o a fettine, più raramente accompagnata da altre verdure quali lattuga, sedano e pomodoro, oppure in bagno d'olio d'oliva e aceto balsamico. Rappresenta anche un ingrediente importante nella preparazione di salse piccanti. Si consiglia l'accompagnamento a vini rossi quali il Cannonau o il Monica di Sardegna.

# PREZZEMOLO

## Petroselinum Hortense - Fam. Umbrelliferae

### NOTIZIE STORICHE

Il prezzemolo è una pianta erbacea originaria del sud-Europa e secondo alcuni studiosi proprio della Sardegna.

Il suo nome significa in greco "sedano di roccia" in relazione al fatto che cresce spontaneo nei muri e nelle rocce. Lo si trova inselvaticato dal mare al piano sub-montano in tutta l'Italia.

Testimonianze storiche riportano l'utilizzo del prezzemolo da più di 2000 anni. Nell'antica Grecia veniva usato soprattutto per combattere i disturbi dell'apparato urinario. Nell'antichità il prezzemolo veniva spesso associato al concetto di morte, sia i greci e poi i romani lo utilizzavano per decorare le tombe dei defunti.

Furono proprio i romani ad apprezzarne le numerose proprietà culinarie, diffondendone il consumo in tutta Europa.

Nel medioevo questa pianta veniva utilizzata per lenire le punture degli insetti, pratica già comune presso gli etruschi.

Secondo una leggenda sarda, la moglie non dovrebbe mai trapiantare il prezzemolo in casa, pena la morte del marito.

### PROPRIETA' NUTRITIVE E TERAPEUTICHE

Il prezzemolo è ricco di vitamine A ed E, fibra, sali minerali quali, potassio, calcio, fosforo e ferro. Di basso apporto calorico, è interessante l'apporto proteico.

Il caratteristico odore e sapore è dovuto ad una sostanza aromatica chiamata "apiolo".

### COMPOSIZIONE E VALORE ENERGETICO DEL PREZZEMOLO (100 gr. di prodotto)

Parte edibile	80%	Ferro	4,2 mg.
Acqua	87,2 g	Calcio	220 mg.
Proteine	3,7 g	Fosforo	75 mg.
Lipidi	0,6 g	Tiamina	0,10 mg.
Fibra totale	5,0 g.	Riboflavina	0,21 mg.
Energia	20 K.cal.	Niacina	0,60 mg.
Sodio	20 mg.	Vitamina A Ret.eq.	943 µg
Potassio	670mg.	Vitamina C	162 mg.

Fonte: INRAN

Fonte: Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione

La farmacopea ufficiale riconosce a quest'ortaggio diverse proprietà terapeutiche. L'alto contenuto in vitamina C ne fa un'efficace agente disinfettante e anti-scorbuto, possiede un'azione diuretica e favorisce l'eliminazione dei calcoli renali.

E' una pianta che cura le affezioni dell'apparato respiratorio. Come già citato in precedenza è un'efficace lenitivo contro le punture d'insetti, api in particolare. Per alleviare il mal di denti si può provare a masticare prezzemolo. Da tempo sono conosciute le proprietà emmenagoghe di quest'ortaggio.

Infatti il prezzemolo fa aumentare quantitativamente e qualitativamente il flusso mestruale quando questo è scarso o assente. La presenza dell'apiolo ne sconsiglia l'uso in gravidanza in quanto aumenterebbe la motilità uterina con rischi di aborto.

Il consumo di questa spezia è sconsigliato a pazienti sottoposti a terapia anticoagulante perchè potenzierebbe l'effetto del farmaco con rischi di emorragie.

Dalla tradizione popolare si apprende l'utilizzo di quest'erba per la bellezza dei capelli nell'ultimo risciacquo, dopo lo shampoo per renderli lucidi.

## PREZZEMOLO IN CUCINA

Il prezzemolo ha un sapore aromatico e poco salato. Quest'ortaggio per il suo intenso aroma insaporisce insalate, zuppe, creme, minestre, ripieni, marinate, salse e sughi, arrostiti, grigliati e anche conserve di frutta e verdura.

Da cui anche il detto popolare, essere dappertutto come il prezzemolo.

Per non perdere le proprietà nutritive della vitamina C, in quanto termolabile, è consigliabile aggiungerlo a fine cottura.

## IL PREZZEMOLO SARDO selezionato a SESTU Perdusemini 'e Sestu

Dal punto di vista morfologico, la pianta risulta di taglia ridotta rispetto alle varietà oggi in commercio, le foglie sono piccole e frastagliate, di colore verde scuro. La caratteristica che lo contraddistingue risulta essere l'intenso aroma e il gusto.

A Sestu la coltivazione del prezzemolo sardo, ha sempre avuto molta importanza, dovuta al reddito costante che generava, essendo presente sui mercati in quasi tutti i periodi dell'anno. Esso ha origine dalla selezione massale, di specie selvatiche, operata dagli orticoltori nel tempo. Avveniva individuando nel contesto della coltivazioni le piante migliori per le seguenti caratteristiche: odore e gusto, produttività e ritardo nella fioritura. Era la tipica coltivazione dell'orto familiare.



Particolare delle foglie di prezzemolo sardo

La semina avveniva generalmente nel periodo primaverile (Marzo) e durava fino all'anno successivo, consentendo quindi diversi tagli. Per questo motivo, esso era considerato il prodotto che garantiva un introito costante per l'orticoltore. Se invece la semina avveniva nel periodo autunnale si riusciva a fare un unico taglio, coincidente normalmente con le feste di Natale. Della pianta si utilizzavano per usi culinari lo stelo e le foglie, allo stato fresco, non si hanno notizie circa l'utilizzo delle foglie essiccate.

Il suo gusto intenso e l'aroma valorizzava i piatti frugali del tempo tipici della tradizione locale contadina, in particolar modo i minestrone e le patate al verde (a scabecciu).

La sua zona di coltivazione per eccellenza risultava essere quella a sud del paese di Sestu denominata "Su Scardeddu", in quanto più temperata. Oggi tale zona risulta quasi completamente urbanizzata.

All'epoca la disponibilità di acqua irrigua era garantita da pozzi scavati e spesso salini. Considerando il fatto che l'irrigazione avveniva per scorrimento, si riusciva comunque a portare a termine la coltivazione. Il prodotto ottenuto, a causa di queste condizioni non proprio favorevoli risultava di taglia bassa, ma di gusto e aroma particolarmente marcati.

Le donne sestesi dell'epoca avevano una particolare importanza per la coltivazione, e per l'orticoltura in genere, esse lavoravano al pari degli uomini e li sostituivano in tutte le attività agricole, mentre la vendita era l'unica attività di competenza maschile.



La formazione dei mazzetti era spesso una prerogativa femminile

La loro giornata lavorativa iniziava all'alba con le faccende domestiche, per proseguire poi immediatamente dopo col lavoro nei campi. Esse apprendevano fin da piccole questa attività, le mamme infatti insegnavano alle figlie, all'epoca unica scuola permessa a queste donne. La loro giornata nei campi iniziava all'incirca verso le sette e terminava spesso al tramonto. Un lavoro di loro competenza spesso consisteva nella cernita del prodotto, preparazione dei mazzi e legatura con raffia di giunco. Il metodo di legatura in mazzetti era una caratteristica dell'orticoltura sestese. La velocità nel prepararli era particolarmente apprezzata dai datori di lavoro, tanto da indire delle gare sulla velocità nel prepararli. Il vincitore o la vincitrice diventavano particolarmente ricercati. La grandezza dei mazzi, dipendeva dall'andamento di mercato, più alta la richiesta, più leggero il mazzo. Il lavaggio, come per tutti gli altri ortaggi avveniva in caratteristici vasconi di raccolta dell'acqua piovana chiamati "brazzas", tuttora presenti nelle campagne sestesi.



Mazzi di prezzemolo pronti per la lavatura nelle tipiche vasche sestesi denominate "Brazzas"

Oggi la coltivazione di questa varietà di prezzemolo resiste ancora solo presso gli orticoltori più anziani. Le nuove varietà infatti presentano una maggiore produttività, in termini di numero di tagli, dimensione delle foglie e tendono a montare a seme con maggiore difficoltà, a discapito del gusto e dell'aroma sicuramente meno accentuato.

# LATTUGA

## Lactuca Sativa (Fam. Compositae)

### NOTIZIE STORICHE

Il nome botanico fa riferimento al lattice presente nelle foglie. Secondo molti autori sarebbe originario della Siberia, mentre per altri la sua culla di provenienza sarebbe il Medio Oriente, dove sarebbe raffigurato in alcune tombe egizie.

Sicuramente fu particolarmente gradita ai romani, che ne apprezzarono le foglie croccanti e il sapore dolciastro. Furono proprio i romani a diffonderla dal mediterraneo nei paesi sotto la loro influenza. Per lungo tempo fuori dall'Italia veniva però consumata cotta, per essere utilizzata cruda solo intorno al 1700 soprattutto in Inghilterra e Francia.

Tutt'oggi la tipologia con foglie allungate, piegate a cucchiaio, con una costola sviluppata e formanti un cespo allungato poco serrato viene definita "lattuga Romana".

### PROPRIETA' NUTRITIVE E TERAPEUTICHE

La lattuga è un ortaggio composto in gran parte di acqua (95%), proteine, zuccheri, sali minerali (potassio, magnesio, calcio) e soprattutto vitamina A, B, C e PP, e importanti acidi organici quali: ossalico, citrico e malico.

### COMPOSIZIONE E VALORE ENERGETICO DELLA LATTUGA (100 gr. di prodotto)

Parte edibile	80%	Potassio	240 mg.
Acqua	94,3 g.	Ferro	0,8 mg.
Proteine	1,8 g.	Calcio	45 mg.
Lipidi	0,4 g.	Fosforo	31 mg.
Carboidrati	2,2 g.	Tiamina	0,05 mg.
Zuccheri solubili	2,2 g.	Riboflavina	0,18 mg.
Fibra totale	1,5 g.	Niacina	0,70 mg.
Energia	19 K.cal.	Vitamina A Rtet.eq.	229 µg
Sodio	9 mg.	Vitamina C	6 mg.

Fonte: INRAN

Il suo consumo allo stato crudo conferisce volume e potere saziante con un apporto calorico bassissimo, ciò ne fa un componente alimentare presente in tutte le diete ipocaloriche.

Il contenuto di vitamina A è rilevante, il suo consumo essenzialmente a crudo preserva anche il contenuto di vitamina C.

E' universalmente riconosciuta alla lattuga il potere blandamente sedativo e calmante sul sistema nervoso e coadiuvante negli stati di insonnia.

Queste proprietà erano ben conosciute dagli antichi romani che chiudevano con la lattuga il pasto serale.

Le proprietà rinfrescanti dovute al contenuto di acqua e sali minerali ne fanno un ortaggio ottimale in estate. Il contenuto di acidi organici favorisce l'azione digestiva ed il buon contenuto di fibra, l'azione lassativa.

## Lattuga tipica di Sestu Sa cuppetta

Sa cuppetta è una varietà di lattuga selezionata dagli orticoltori sestesi e coltivata ampiamente fino agli anni '70, quando venne soppiantata da selezioni continentali più rispondenti al mercato.

Dal punto di vista morfologico, la pianta risulta di taglia grossa, le foglie sono bollose ed arriciate, di colore verde chiaro, a maturazione commerciale tendevano a chiudersi a cappuccio da qui il nome di cuppetta (piccola coppa).

La caratteristica che la contraddistingue, rispetto a varietà simili di lattuga, risulta essere l'intenso gusto dolce tipico della lattuga romana e la croccantezza tipica delle varietà denominate iceberg, inoltre essa risulta particolarmente digeribile.

Il suo ciclo produttivo iniziava tradizionalmente a fine ottobre con le semine su letto caldo, rappresentato da vinacce o letame e il successivo trapianto in pieno campo. Raggiungeva la maturità commerciale agli inizi della primavera in corrispondenza delle feste pasquali.

In un periodo successivo, sulla spinta di una maggiore richiesta da parte del mercato, si iniziò a praticare la semina estiva direttamente sul campo con successivo diradamento, consentendo la fornitura della lattuga per tutto il periodo caldo.



Campo di Cuppetta trapiantato in autunno. Questa lattuga non mancava mai nelle tavole delle feste pasquali"

La pezzatura ed il peso di questa lattuga erano ragguardevoli per il tempo, potevano raccogliersi cespi anche del peso di un chilogrammo.

La preparazione della lattuga per la vendita aveva una particolarità.

Dopo il taglio ogni cespo veniva bucato alla base facendoci passare la rafia di giunco fino a formare corone di 3 cespi e collocati a volte per la vendita in ceste chiamate gerdas, giacché inesistenti erano le cassette classiche in legno oppure appese ai carri per il trasporto al Mercato di Cagliari.



Particolare di una pianta di Cuppeta. Il suo gusto è dolciastro, un'aroma particolarmente marcato. È croccante al palato.

L'invenduto invece prendeva la via dell'ambulato nel vicino quartiere di Sant'Avendrace. Esso era caratterizzato dalla presenza di piccoli agglomerati di cassette costruite intorno ad una piazza, abitate da poveri pescatori, costituite da case modestissime con al centro una piccola piazza dove si svolgevano tutte le attività lavorative.

Questi agglomerati solitamente prendevano il cognome del proprietario cosicché si aveva la Piazza Zara (prazza Zara), piazza Carboni (prazza Carboni), ecc. Spesso era in uso il baratto tanto di ortaggi e lattuga, tanto in mitili e altri prodotti dell'adiacente stagno di Santa Gilla.

Oggi questa varietà è quasi completamente scomparsa.

ERSAT  
Servizio Territoriale del Basso Campidano e del Sarrabus  
Servizio AMVOA – Cagliari  
Centro Zonale di San Sperate  
Centro Sub-Zonale di Sestu

Realizzato da  
Gianfranco Matta  
Davide Puddu

Fotografie:  
Davide Puddu

Le foto in copertina sono state gentilmente  
fornite da: Rino Piras - Sestu

Si ringrazia per la collaborazione:  
La O.P. L'Ortolano Soc. Coop. arl  
La O.P. OrtoSestu Soc. Coop. arl

In copertina: tipico carretto utilizzato per il trasporto degli ortaggi



Panoramica di Sestu anni "50