

Le erbe spontanee, da sempre una risorsa per arricchire i nostri piatti

scritto da Redazione | 17/08/2016



Fin dai primi insediamenti nella nostra penisola, le erbe spontanee hanno rappresentato una risorsa preziosa per arricchire di sapori i piatti semplici e anche quelli più elaborati. Vediamo come si possono impiegare in cucina.

La più grande rivoluzione nella storia dell'umanità si ebbe quando l'uomo divenne agricoltore e, da nomade, divenne stanziale. Le zone più temperate furono oggetto di colonizzazione e le **piante spontanee** lasciarono il posto alle colture specialistiche, in grado di assicurare cibo e nutrimento alla comunità.

Immaginiamo ora di fare un **viaggio a ritroso nel tempo** e arriviamo fino ai primi insediamenti nella nostra penisola allorquando uomini e donne dovettero avere a che fare proprio con le erbe spontanee che talvolta venivano considerate infestanti. Erano molte le erbe presenti in tutta la zona mediterranea: rosolaccio, tarassaco, crescione, rucola, solo per citarne alcune. I raccolti, spesso, non erano sufficienti, le stagioni a volte erano generose e altre volte meno e quindi molte di queste erbe divennero costume nelle cucine e sulle tavole.

Ora vi propongo alcuni modi di utilizzare le erbe spontanee in cucina e in ciascun procedimento il principio è decisamente simile.

Prendete del lardo o dell'olio di oliva extravergine, una cipolla e cominciate a rosolare quest'ultima. Quando sarà bionda aggiungete le erbe di campo sapientemente raccolte e un pizzico di sale. Coprite con un coperchio e fate cuocere. Se abitiamo al nord utilizzeremo **cipolle bianche** oppure **cipolle dorate di Romagna**, se saremo al sud consiglio le **cipolle rosse**.

A cottura ultimata possiamo aggiungere lo stesso volume di formaggio Grana e avremo la base dell'**erbazzone reggiano** o un ottimo ripieno per **tortelli da condire con burro e formaggio**; se aggiungiamo invece del buon pepe nero appena macinato avremo il ripieno dei **crescioni romagnoli alle erbe**: basterà prendere la pasta della piadina, stenderla e riempirla di queste erbe e poi cuocerla sulla piastra.

Al sud prendiamo quel lascito post-colombiano che è il **peperoncino** e ne spezziamo uno sul finire della cottura. Quindi procediamo a mettere il tutto su un passato di piselli dolcissimi oppure su purea di fave. La cucina è storia!

© Articolo di Maurizio Minghetti