

Gaggia

Robinia pseudoacacia L.

Famiglia Papilionacee

Nome volgare Acacia, robinia

Caratteristiche Albero caducifoglio alto 20-25 m.

Tronco eretto, spesso biforcuto, a rami lisci e ramuli angolosi e pelosetti bruno-rossastri, presenta sui rami aculei robusti.

Corteccia rugosa grigio bruna, fessurata in età.

Foglie composte, imparipennate, lunghe sino a 20- 35 cm, ornate da stipole trasformantesi in aculei lunghi sino a 2 cm; foglioline in numero da 4 a 10 paia, brevemente picciolate, ovali o bislunghe, di colore verde sopra e opache sulla pagina inferiore.

Fiori: numerosi in racemi lunghi e penduli, odorosi.

Frutti: legumi sessili coriacei, lineari (5-10 cm), compressi, di colore rosso bruno a maturità. Semi: oblungo reniformi, molto duri.

Habitat Molto diffuso in tutta la zona collinare. In veloce espansione, infestante.

(Presente in tutta Italia).

Proprietà farmaceutiche Le foglie hanno proprietà purgative e colagoghe.

Uso in cucina I fiori si raccolgono prima della schiusa ed è bene vengano privati dei gambi. Possono essere impiegati per la preparazione di deliziose marmellate a cui conferiscono un gradevolissimo gusto e aroma.

Come quello del sambuco, ma molto più buono, dolce e profumato, il grappolo di fiori può essere immerso in pastella e poi fritto in olio ben caldo ricavandone una pietanza sfiziosa e particolarmente apprezzata dai commensali.

Nota Importata in Europa all'inizio del seicento dagli Stati Uniti, da J. Robin, curatore dell'orto botanico del re di Francia, in Italia venne introdotta circa due secoli più tardi, ed è solo da un secolo che questo albero ha assunto una certa importanza forestale. È infatti una specie molto frugale che si adatta ad ogni tipo di terreno. Col suo ampio apparato radicale è efficace nelle opere di consolidamento delle pendici franose e instabili. Purtroppo è un albero assai

Velocità di lettura

20%

invasiva che spesso tende, dove viene introdotto, a espandere la propria presenza a scapito delle specie spontanee. I fiori bianchi in grappoli profumati sono appetiti dalle api, che ne producono un miele monofloro, chiaro e fluido molto apprezzato.

N.B. Evitate di usare il *Laburnum* (maggiociondolo - vedi foto); fiore simile alla gaggia, ma di colore giallo. Può provocare **gravi intossicazioni**.

Ricetta [10](#)

Sambuco nero

Sambucus nigra L.

Famiglia Caprifogliacee

Nome volgare Sambuco

Caratteristiche Arbusto o piccolo albero, caducifoglio, alto fino a 10 m. Tronco flessuoso sovente obliquo. Corteccia del fusto grigia, sottile da giovane, poi scagliosa e fessurata. Rami giovani con lenticelle e midollo bianco. Foglie opposte composte di 5 o 7 foglioline ovali-acuminate, a margine dentato, molto odorose se stropicciate.

Fiori ermafroditi, di forma regolare, piccoli (5 mm di diametro), molto odorosi, biancastri, in infiorescenze a corimbo di 10-20 cm di diametro.

Frutti: piccole bacche nere globose in infruttescenze spesso pendule.

Habitat Si trova su siti molto ricchi di azoto, a pH neutro o basico, ben dotati di umidità.

H.l.m. 0-1400 m.

Fiorisce da maggio a luglio.

(Presente in tutta Italia).

Proprietà farmaceutiche Diuretiche, sudorifere, lassative, antireumatiche, antinevralgiche, emollienti. (Droga usata: fiori e frutti, corteccia).

Uso in cucina I frutti, perfettamente maturi, vengono impiegati nella preparazione di conserve, biscotti, gelatine e come colorante naturale. I getti terminali, privati delle foglioline, vengono lessati a lungo per togliere il gusto non gradevole e poi serviti come gli asparagi; non è un piatto eccessivamente gustoso, ma può servire per ottenere, assieme ad altre verdure, gusti nuovi e sconosciuti. Si usano i fiori in pastella, come già detto per la robinia.

Attenzione: tutta la pianta, ma soprattutto i frutti, se consumati acerbi possono provocare nausea, vomito e dolori addominali. Il consumo va inoltre evitato da chi soffre di stomaco debole. È importante non confondere il sambuco con altre piante provviste di bacche velenose.

Nota Il sambuco è utilizzato molto nella pasticceria e nella produzione vinicola e le sue bacche sono usate anche in fitoterapia, per prevenire e curare gli stati gravi di stanchezza, cioè di astenia, e di carenza delle difese immunologiche.

Le componenti chimiche del sambuco si differenziano nei fiori, nei frutti e nella corteccia. I fiori di *Sambucus nigra* contengono un olio essenziale e acidi fenolici (il caffeico e il clorogenico). I frutti, invece, contengono rutina, antociani (la quercitina, la cianidina 3-sambubioside e 5-glucoside, la proteina agglutinina III, la sambunigrina, l'acido viburnico, le vitamine A e C) e tannini. La corteccia, infine, viene usata come diuretico.

(da «Cibo e salute» di Giorgio e Caterina Calabrese)

Ricetta 10