

Annarita Belliardo - SOTTO LA NEVE PANE

Tutti noi siamo il frutto del nostro Dna, delle nostre esperienze, dei nostri ricordi.

Penso al nonno, grande raccoglitore di erbe, soprattutto curative, che durante l'inverno distribuiva a chiunque ne avesse necessità, e a una madre che amava usarle in cucina istruendomi con pazienza e una certa competenza. Tutto questo ha contribuito a costruire una parte importante della mia equazione personale, che mi vede indissolubilmente legata al mondo "verde". Quando poi ho scoperto il piacere di far sperimentare a mia figlia Eleonora il maggior numero di esperienze culinarie, è nata la spinta a voler approfondire, accelerando il passo. Libri, domande senza timidezza a chi qualcosa raccoglieva, corsi tenuti da docenti molto diversi tra loro, ma soprattutto tanta, tanta pratica rivelatasi utile nell'organizzazione con i miei studenti dell'Istituto Alberghiero, di banchetti tematici sempre molto apprezzati.

Un passo dopo l'altro, ho preso ad appassionarmi sempre più, a raccogliere specie diverse (con la dovuta prudenza è ovvio) a sperimentare nuove ricette, a gioire del risultato. E arriviamo a oggi, un oggi vissuto con ancor maggiore consapevolezza della grande generosità che ci offre la natura. Saper riconoscere e utilizzare le erbe spontanee commestibili può diventare una sorta di salvagente in periodi di grande difficoltà. In famiglia l'abbiamo sperimentato durante la "chiusura" di marzo/aprile determinata dal covid. In quei due mesi ci siamo scoperti autonomi utilizzando quasi esclusivamente le foglie residue della produzione invernale dell'orto e le famose erbacce che crescono indisturbate nel nostro giardino.

I vantaggi, anche in tempi "normali", non sono pochi: risparmio economico; ampia gamma di nutrienti a disposizione praticamente in ogni periodo dell'anno, perché basta ricordare l'ubicazione dei territori di raccolta per usufruire della continua reperibilità (non è vero che l'unica stagione del raccoglitore sia la primavera, quando basta, via-via, "potare" le erbe che presentano una crescita eccessiva con il rischio di essere poco appetibili, per procurarsene ancora e ancora); Ed è sufficiente avere l'accortezza di cercarle in zone lontane dal traffico per essere certi dell'assenza di qualunque trattamento chimico. In più, c'è il lusso di poter praticare un'attività sportiva a costo zero.

Scendiamo nei dettagli con qualche esempio: in primavera/estate i nostri orti si riempiono di infestanti, nemiche di ogni coltivatore, ma... il farinello, l'amaranto, la portulaca e tante altre, con un po' di conoscenza in più, con un atteggiamento mentale più aperto, si trasformano in preziose alleate. Diserbando possiamo procacciarci cibo sano e gratuito a quotidiana portata di mano, sperimentando gusti insoliti e stuzzicanti ottenuti in una miriade di modalità differenti. Durante una passeggiata primaverile nel bosco, magari con i bambini, è facile e divertente raccogliere ciò che serve per una minestra depurativa o un'ottima frittata; i fiori e le foglie di viole e primule sembrano aspettare proprio noi, per non parlare delle preziosissime ortiche. Quando, in estate, esco a camminare raccolgo qua e là infiorescenze, foglie rametti che poi faccio seccare a testa in giù in vista delle decorazioni natalizie. La bellezza di quei mazzi, mai uguali fra loro, del poter decorare un dono pensando alla persona che lo riceverà, dell'albero di Natale realizzato con i residui delle potature autunnali sono (come tutte le cose belle della vita) senza prezzo. E, infine, con i biglietti colorati in casa con fiori, foglie, piccoli frutti si rivelano originali e preziosi. Una forma di arte, realizzabile senza sprechi, senza accumulo di rifiuti (tutto tornerà in natura) che regala la possibilità di donare noi stessi nella forma più genuina.

(testo pubblicato il 20/11/20 sul sito del Movimento per la Decrescita Felice)