

ROSMARINO

Nome: Rosmarinus Officinalis.

Famiglia: Labiatae.

Ordine: Lamiales.

Sottoclasse: Asteridae.

Classe: Magnoliopsida.

Sottodivisione: Magnoliophyta.

Zona di diffusione: Italia, Africa settentrionale, regioni mediterranee e alcune zone asiatiche.

Dove si trova: Il Rosmarino cresce spontaneo nelle regioni litoranee dell'Italia centrale ed in generale nelle regioni mediterranee. Lo possiamo trovare fino ad una quota di 1500 m. Il profumo della pianta aiuta a tenere lontani gli insetti.

Descrizione: Il fusto all'inizio è prostrato, poi eretto e molto ramificato con radici molto profonde e tenacemente ancorate al terreno. Le foglie sono piccole, prive di picciolo, un po' coriacee, di un bel colore verde scuro sulla pagina superiore e verde-argentate-bianche in quella inferiore, strette, lineari e molto fitte sui rami e ricche di ghiandole oleifere. I fiori sono riuniti in grappoli che crescono all'ascella delle foglie, di colore azzurro-violetti e presenti quasi tutto l'anno. Sono ermafroditi e ad impollinazione entomofila soprattutto da parte delle api che vanno ghiotte del loro nettare dal quale producono un miele delizioso. I frutti sono degli acheni che diventano scuri a maturità.

Parti utilizzate: Foglie, parti fiorite e rametti giovani.

Proprietà: Antispasmodiche, antisteriche, emmenagoghe, stimolanti nervine.

Indicazioni: L'uso con finalità terapeutiche deve essere sempre fatto sotto stretta sorveglianza medica e seguendo precise indicazioni. Gli infusi, le tisane, hanno proprietà protettive per lo stomaco e contro i dolori addominali. L'olio di rosmarino o le foglie cotte nel vino sono assai indicate nei reumatismi articolari, nelle slogature, nelle nevralgie. E' anche un ottimo cicatrizzante per le ulcere, piaghe ecc.

Modo di impiego: In cucina è un'erba molto utilizzata per aromatizzare vari piatti e pietanze: arrosti, intingoli, piatti a base di patate, torte rustiche. Si usa nei paté di fegato, con l'agnello, il manzo, il coniglio, l'anatra e l'oca. Ottimo anche spolverizzato su pane e focacce. Comune nella cucina italiana ma di raro riscontro oltre confine. I rametti di rosmarino vengono

utilizzati per aromatizzare olio ed aceto con risultati eccellenti. La macerazione deve durare alcuni mesi.

Curiosità: Il rosmarino secondo la tradizione ermetica è la pianta rappresentativa del terzo decano dei gemelli e presiede alle mani e ai loro mali. Per questo motivo durante i riti di purificazione ci si lavava con il rosmarino pena la non guarigione. L'uso del rosmarino fin dall'antichità è stato da sempre legato alle sue positive proprietà terapeutiche. Sono numerosissime le leggende e le "ricette" proposte a base di questa pianta nel corso dei secoli.

