

Myrrhis odorata (L.) Scop.

Famiglia: Apiacee
Sinonimi: <i>Scandix odorata</i> L. e altri (il termine cui intestiamo la scheda, ancorché ampiamente diffuso, non è universalmente accettato).
Etimologia: Il nome del genere può fare riferimento alla parola greca <i>mýron</i> , che indica un unguento fatto con olio e profumi, probabilmente per via dell'intenso aroma aniciato. Quello della specie sottolinea che la pianta è profumata.
Nomi comuni in italiano: si trova spesso indicata in letteratura come mirride o mirride delle Alpi ma anche come finocchiella. Non mancano i termini locali.
Somiglianze e varietà: si riconosce senz'altro strofinando le foglie per via dell'inconfondibile profumo di anice, altrimenti nella forma può essere confusa con altre apiaceae, a cominciare dal <i>Chaerophyllum hirsutum</i> e sottospecie - cerfoglio selvatico irsuto, così detto per i peli evidenti – e dall' <i>Anthriscus sylvestris</i> (L.) Hoffm. e sottospecie, sostanzialmente glabro, anch'esso chiamato comunemente cerfoglio selvatico. Si confonde meno, ma i profani devono prestare molta attenzione nella raccolta, con altre apiaceae tossiche.

La mirride

La mirride è una pianta erbacea perenne, molto aromatica in tutte le sue parti per via della consistente presenza di anetolo, che si può incontrare nell'Italia centrale e settentrionale a partire dall'alta collina, in luoghi prevalentemente umidi e ombreggiati, nei prati montani, ai bordi dei sentieri e ai margini dei boschi.

Alta oltre un metro, presenta fusto eretto e cavo, striato e ramoso in alto, e foglie pennatosette, decorative e frondose, somiglianti a quelle delle felci, ampie e delicatamente pelose, con contorno triangolare e lacinie ovali seghettate.

Porta in estate ombrella con raggi di numero variabile e anch'essi pubescenti, con i tipici fiori delle umbelliferae, a petali bianchi, e frutti bislungi con costolature evidenti, bruni e lucidi a maturità, dal forte aroma di anice.



L'uso della mirride

La mirride è oggi scarsamente presente nelle erboristerie ma tutte le parti della pianta hanno discrete proprietà farmaceutiche, ancorché possano essere più apprezzate quelle aromatiche in cucina.

La medicina popolare attribuiva in passato ad alcune parti della pianta importanti virtù terapeutiche, talvolta anche improbabili ma in altri casi sperimentate empiricamente, come ad esempio per la radice, cui venivano attribuite funzioni miracolose contro i morsi di serpenti, cani e ragni o contro la peste, ma anche la capacità sperimentata di lenire le ferite.

Alle parti aeree sono oggi riconosciute proprietà utili per la funzione digestiva, per quelle depurative dell'organismo e per il benessere di naso e gola. I possibili usi medicinali possono estendersi anche a funzioni antisettiche, carminative, bechiche ed espettoranti.

Certamente le diverse parti della pianta, frutti in primo luogo, anche per via della loro praticità, possono essere utilizzate per profumare l'alito e rinfrescare la bocca. Delle foglie, ma in particolare dei semi teneri, si può fare anche un uso domestico, tradizionale: posti in un panno costituiscono un ottimo sostituto della cera per strofinare legno e mobili.

La mirride in cucina

La pianta è ancora oggi abitualmente raccolta in primavera e in estate per uso alimentare in Trentino-Alto Adige e, soprattutto, in Friuli, dove è anche possibile rinvenirla nei mercatini delle erbe [6]. Viene inoltre utilizzata qui e là in aree alpine e subalpine del Centro-Nord.

In cucina si possono utilizzare soprattutto le foglie, crude o cotte, per aromatizzare torte e focacce, la base del fusto, ancora tenero, consumato crudo, e i frutti. In realtà si possono adoperare, e pressoché in tutte le stagioni, tutte le parti della pianta.

Le foglie fresche, utilizzabili per molti mesi (poi perdono decisamente il loro aroma), e almeno fino all'antesi, possono entrare come componente di un bouquet aromatico. Vengono usate tradizionalmente dalle nostre parti per avvolgere o insaporire formaggi freschi, ma sono buone anche per conserve, dolci, macedonie e gelati. Si possono utilizzare anche essiccate.

Radici e semi (frutti) teneri o maturi possono essere utilizzati per aromatizzare grappe e liquori di erbe. Le prime, almeno fino a che non sono troppo dure, possono essere lessate e mescolate ad altre verdure o servite da sole, oppure possono essere aggiunte fresche alle insalate. I secondi possono essere usati ampiamente in molte preparazioni gastronomiche fino a quando non sono coriacei.