

Ribes grossularia L.

Famiglia: Saxifragaceae (Grossulariacee secondo la classificazione APG)

Etimologia: Il termine ribes si farebbe riferire per alcuni al termine scandinavo 'rips', ma l'origine non appare certa, data la conoscenza della pianta anche nella medicina araba. Il latino *ribes* si fa derivare dai più dal persiano *Ribadg* attraverso l'arabo *Ribas*, *Rivas* (che identificherebbe però il *Rheum ribes*, il rabarbaro siriano).

Nomi comuni in Italiano: La specie si ritrova spesso nei libri e in Rete con i sinonimo più noto: *Ribes uva-crispa* L. In italiano si usa comunemente il termine uva spina per indicare le diverse varietà.

L'uva spina

Piccolo arbusto deciduo noto per i suoi piccoli frutti commestibili, che a differenza degli altri *Ribes* più noti (vedi scheda) non porta fiori e frutti a grappolo. Ampiamente coltivato per la loro produzione, si può rinvenire spontaneo nei boschi collinari umidi e nelle praterie rocciose di diverse aree europee e in Italia fino alle regioni centrali appenniniche.

La pianta, provvista di spine robuste e assai ramificata, raggiunge anche il metro e mezzo di altezza. Presenta foglie di un colore verde scuro, glabre sulla pagina superiore e con margine seghettato, alterne sui rami principali e a rosetta su quelli più corti. All'inizio della primavera porta fiori solitari e pedunculati e verso luglio bacche ricche di semi, verdastre, giallastre e molli a piena maturazione e tipicamente caratterizzate da una pellicola sottile che fa intravedere l'interno.



La coltivazione dell'uva spina data in Inghilterra dai secoli scorsi e da lì si è diffusa in altri paesi europei, dando anche origine a diverse cultivar, tanto che oggi si trovano facilmente sul mercato frutti di colore verde, giallo e rosso-bruno, più o meno acidi, diversamente apprezzabili a seconda dei palati.

L'uso dell'uva spina

Oltre all'uso gastronomico dell'uva spina è noto anche quello terapeutico. Si usano soprattutto i frutti per la loro riconosciuta proprietà digestiva e di drenaggio dei liquidi corporei. L'abbondanza di sostanze utili favoriscono anche funzioni

rimineralizzanti, lassative e diuretiche. Si utilizzano anche le foglie per trattare alcune patologie, e specialmente contro la dissenteria, ma occorre prudenza nell'uso perché contengono composti del cianuro. In cosmesi si utilizza la polpa dei frutti per la pulizia delle pelli grasse.

L'uva spina in cucina

A scopo alimentare e gastronomico si usano i frutti, dal sapore acidulo (che si attenua molto con la completa maturazione) e non a tutti in verità gradito. Oltre al consumo fresco, come semplice frutta o in pasticceria per guarnire, i frutti sono buoni anche per preparare marmellate – tipica la trentina “*conserva de ùa spinèla*” - salse per accompagnare carni e pesce, gelatine, succhi e sciroppi.



È utile ricordare, soprattutto per valutare bene le dosi di una ricetta, che i frutti delle piante di uva spina spontanee sono più piccoli, anche un terzo, di quelle che si possono acquistare.

Vengono consumate talvolta anche le tenere foglie crude, in insalata, ma vale l'avvertenza data sopra e non è proprio necessario rischiare, dato che il dosaggio tollerabile di sostanze tossiche che contiene, non è alla portata dei comuni consumatori.