100

Balsamita major

Carta d'identità

Balsamita major Desf.

Famiglia: Asteraceae

Sinonimi: *Tanacetum balsamita L.*

Etimologia: Il nome del genere si fa derivare dal greco *balsamon* e fa riferimento evidente al grato profumo delle foglie.

Nomi comuni in Italiano: Il nome comune più usato è quello di "Erba di S. Pietro", probabilmente perché fiorisce verso la fine di giugno. Altri nomi usati comunemente sono quelli di balsamita, erba amara, erba buona. In passato, ma in altri paesi anche oggi, la pianta veniva chiamata anche *Erba della Bibbia* per via del fatto che foglie e fiori venivano utilizzati nei secoli scorsi come profumato segnalibro. Non mancano altri nomi ma, per via dell'uso fortemente localizzato della pianta, pochi sono quelli dialettali.

L'Erba di San Pietro

Pianta perenne, originaria dell'Asia occidentale e del Caucaso e che si rinviene anche nelle regioni temperate europee, in Nordafrica e Nordamerica. È alta fino un metro e anche oltre, e si caratterizza per il verde vivo delle foglie e soprattutto per il loro profumo, non dissimile da quello della menta ma assai particolare.

Pur essendo presente allo stato spontaneo, non è pianta che si incontra facilmente in Italia – dove preferisce gli incolti di pianura e collina, i terreni freschi i luoghi umidi - ed è assai più facile trovarla coltivata negli orti e, di recente, acquistarla nei migliori vivai.

Ha radice rizomatosa e foglie ovali con margine leggermente dentato. Alla fioritura - nella tarda estate o all'inizio dell'autunno - porta in corimbi terminali piccoli fiori di colore giallo intenso, riuniti in capolini assai poco appariscenti. Si può coltivare facilmente anche in terreni poco esigenti.

L'uso dell'Erba di San Pietro

È pianta coltivata fin dal Medioevo per le sue proprietà medicinali e per l'utilizzo in cucina, ma era pianta già nota nell'antichità. Anche se col tempo l'uso si è ridotto, oggi è oggetto di "riscoperta" gastronomica per via del suo particolare e gradevole aroma, fra la menta e il limone.

Per le sue proprietà ne è stato fatto un uso terapeutico come sedativo, carminativo, emmenagogo o con funzioni diuretiche. Oggi le si attribuiscono anche proprietà

antisettiche, astringenti, digestive e lassative. Molto usata dalla medicina popolare, entrava come componente dell'*Acqua antisterica* di Santa Maria Novella, noto medicamento del passato a base di spezie ed erbe, o in acque definite "*di San Giovanni*".

Il particolare profumo ha indotto nel tempo anche altri usi, come quello domestico, industriale o cosmetico. La pianta è stata utilizzata per schiarire e aromatizzare la birra, per risciacquare e profumare la biancheria o i capelli, per bagni aromatici tonificanti ma anche in funzione antitarmica **[79]** e di insetticida. Per lo stesso motivo entra nei *pot-pourris*.

Alla pianta viene dato nelle Marche il nome di "*Erba caciola*" per via del fatto che si utilizzavano le foglie per evitare il gonfiore delle forme di formaggio durante la stagionatura **[6]**.

Con altre erbe faceva parte di quelle "magiche" usate a vari scopi e in diversi luoghi intorno a ricorrenze religiose estive o al solstizio d'estate.

Un cenno infine alla citazione musicale di Giorgio Conte, autore della canzone intitolata giusto "L'erba di San Pietro".

In cucina

Il particolarissimo odore ne ha sempre consigliato l'utilizzo in cucina in funzione di aromatica. Lo spiccato sapore e il retrogusto amaro consigliano tuttavia un uso moderato delle foglie.

In Italia l'uso è segnalato con riferimento ad aree specifiche e per lo più per frittate primaverili, quasi rituali a Pasqua o Pasquetta: in Garfagnana, in Piemonte, in aree ristrette del Nord Italia, nel Lazio. Si possono trovare in vendita in alcuni mercati le foglie insieme ad altre aromatiche**[6]**. Con le stess funzioni che da noi si utilizza anche in diversi paesi europei, a cominciare dalla Francia (*herbe à l'omelette*).

Con le foglie – meglio le più giovani e raccolte prima della fioritura, usate per lo più trite finemente - si possono aromatizzare molti piatti, ma soprattutto insalate, frittate e i ripieni di torte salate, specialmente se in abbinamento con altre erbe e germogli primaverili. Da alcuni è consigliato l'uso con la selvaggina, ma si possono anche ricavare salse dal sapore speciale, o bibite e dolci caratteristici, così come si possono aromatizzare formaggi morbidi

e burro o utilizzare le foglie in certe conserve.

Con esse si possono anche aromatizzare vini, aceti e liquori, o preparare dei tè particolari, anche con funzioni digestive o sedative. Non manca chi consiglia di essiccare le foglie per un uso rimandato nel tempo, ma sono poche le aromatiche per le quali vale la pena di usare questo metodo e la balsamita non ci sembra possa rientrare fra queste. Le foglie hanno però una certa consistenza e il congelamento sembrerebbe dare migliori risultati.

Partendo dall'abitudine di preparare in casa dei tortelli con l'Erba S. Pietro, a Castel Goffredo nel Mantovano, usando meglio il nome *balsamita*, si è dato vita negli ultimi tempi a un prodotto che è stato inserito tra quelli tradizionali lombardi: il "*tortello amaro di Castel Goffredo*". Intorno ad esso la locale Pro Loco organizza da un ventennio un'interessante sagra, se ne occupa anche un pastificio locale e viene proposto da diversi ristoranti.