

Abete rosso *Picea abies*

Nomi comuni: La nostra specie viene chiamata spesso anche peccio, ma nel linguaggio di tutti si usa per lo più abete, anche senza indicazione di colore e anche se il termine sta a indicare popolarmente altre specie appartenenti alla famiglia delle Pinaceae.

Denominazione scientifica: *Picea abies* (L.) H. Karst. **Famiglia:** Pinaceae

Sinonimi: moltissimi i sinonimi del genere *Picea* e *parecchi* del genere *Pinus*.

Etimologia: *picea* era il nome latino del pino; *abies* è termine virgiliano con radice che ha il significato di resina.



La pianta: a parte l'immagine di albero di Natale per eccellenza, la pianta è nota per la sua imponenza, considerato che si tratta di una specie arborea che può arrivare spesso ai cinquanta metri e che in condizioni ottimali anche i sessanta, con tronchi dalla circonferenza di due metri. La specie, conifera tipica dell'emisfero boreale, è presente dalla collina in su, fino ad alte cime, nelle regioni centrosetentrionali e in Calabria, ed è diffusa e spontanea soprattutto sulle Alpi. È una specie dall'accentuato polimorfismo e sembrano per ora considerati solo tre tipi fondamentali. Notoriamente sempreverde, la pianta ha fusto dritto e cilindrico e mostra una chioma di colore verde scuro, con profili diversi

a seconda delle entità. Non è il caso di descrivere i dettagli morfologici ma possiamo ricordare, per riconoscerla, che gli aghi di colore verde scuro sono lunghi solo qualche centimetro, leggermente arcuati, pungenti e inseriti sul ramo in una sorta di cuscinetto. L'albero è caratterizzato anche da gemme coniche bruno-rossastre e conetti femminili rosso cupo che alla fine della fioritura si piegano verso il basso. Porta quindi a maturazione lunghe "pigne", di colore bruno-chiaro, con squame sottili e coriacee, che diversamente da quelle di altre specie simili sono pendule.

Altre entità: Ricordiamo che allo stesso modo dei germogli di abete rosso possono essere usati in cucina anche quelli di altri abeti - a cominciare da quello bianco (*Abies alba* Mill.), le cui innovazioni hanno anch'esse note agrumate, o l'abete di Douglas (*Pseudotsuga menziesii* (Mirb.) Franco) - e di altre conifere, come ad esempio quelli del larice (*Larix decidua* Mill.), del pino silvestre (*Pinus sylvestris* L.), del pino nero o austriaco (*Pinus nigra* J.F. Arnold subsp. *nigra*) e del pino mugo (*Pinus mugo* Turra), con differenze in cucina anche sostanziali tra di loro ma tutti con buone proprietà medicinali. Alcuni sono un po' amari e comunque quelli di questa specie risultano senz'altro i più gradevoli, versatili e dal consumo piuttosto diffuso in altri paesi europei.

Usi dell'abete rosso: la pianta è nota sia per gli aspetti forestali che per altri e diversi

178 *Picea abies e altre conifere*

usi che se ne possono fare, a cominciare dalla possibilità di ricavarci tannini e trementina e, soprattutto legno di grande qualità e facilmente lavorabile. Trova impiego anche nella medicina popolare, principalmente per via delle sue proprietà balsamiche ed espettoranti, ma anche per quelle antisettiche.

In cucina: La pianta è nota per gli usi alimentari che si fa delle innovazioni primaverili, germogli riconoscibili per il colore verde pallido, diverso anche solo a una prima occhiata rispetto a quello delle altre foglie. Gemme e rametti giovani hanno trovato a questo scopo

largo impiego nelle cucine delle popolazioni di montagna. Le innovazioni primaverili sono state usate come condimento o come alimento vero e proprio per preparazioni particolari, alcune tradizionali, come una salsa altoatesina che si usa in accompagnamento alla cacciagione. Delle innovazioni, raccogliabili in vari momenti della primavera a seconda del clima e dell'altitudine, si può fare buon uso e ricavarci ad esempio anche solo un buon sciroppo, utile anche per i preziosi effetti balsamici che può avere e possibilmente destinato anche a dolci e canditure, a succhi e bevande dissetanti o a vini e liquori aromatici, buoni anche in funzione medicinale. Le innovazioni possono essere più semplicemente utilizzate come aroma

agrumato da cedere all'aceto o a sali aromatici o a miscugli di erbe e di spezie, e si possono destinare a profumare marmellate e gelatine. I germogli, quasi fluorescenti, sono teneri e profumati, hanno un sapore lievemente acidulato e sono carichi di buoni principi attivi, anche se un po' astringenti. Una volta raccolti possono essere usati freschi, nelle insalate o per profumare carni e formaggi oltre che, meglio ancora, il pesce, dolci, gelati e preparazioni al cucchiaio. Con essi si possono anche creare originali preparazioni, come salse, pesti, ecc.. Si possono conservare, o per un po' di giorni in frigo o più a lungo, nello zucchero o nell'aceto.

