

9. Acquistare il selvatico

Alla raccolta e al consumo delle piante spontanee si potrebbe provvedere, e oltretutto senza fare grande fatica o spogliare la natura, anche "coltivandole" in proprio o semplicemente acquistandole! Si perderebbe indubbiamente il senso pieno della spontaneità ma se ne gioverebbe la cucina e la dispensa. Sappiate però che **se acquistate il selvatico avrete certamente molti vantaggi ma potrebbero mancarvi altre buone cose che danno senso alla pratica della raccolta selvatica**. Se "coltivate" piante selvatiche in giardino o nell'orto – ossia, più o meno, permettete loro di vivere - come pure consigliamo di fare, certamente poi raccoglierete, ma senza il contorno di quegli altri aspetti che rendono più interessante andar per erbe, ossia la passeggiata, la ginnastica dolce, l'immersione nella natura, ecc.. Tanto più vi mancheranno certi benefici effetti della raccolta - chi raccoglie nell'orto lo sa - se vi procurate erbe e frutti spontanei acquistandoli, cosa cui magari non avete pensato fino alla lettura di queste righe, lasciata tutt'al più all'immaginario di un passato scomparso, ma che è possibile invece fare anche ai nostri giorni.

Se dovete però rinunciare a sapori e alimenti nuovi e buoni per via del poco tempo disponibile o delle distanze, il consiglio è di procedere piuttosto con l'acquisto, anche solo per il piacere del palato. Al giorno d'oggi ovviamente gli acquisti si fanno in forme attuali, e siccome il mondo cambia in continuazione probabilmente non vedremo più, almeno dalle nostre parti, scene come quelle cui si poteva assistere fino a un secolo fa e anche meno, in cui erbaioli stagionali bussavano alle case dei signori per proporre loro di comperare quanto avevano appena raccolto. E non troveremo più al mercato rionale, speriamo, gente che per sopravvivere ci proporrà l'acquisto di verdure selvatiche, raccolte in proprio o dai familiari, come facevano i "terrazzani" foggiani venditori di erbe e altre simili figure attive fino a non tanto tempo fa in diverse aree del nostro Paese, dal Nord al Sud. Nell'epoca in cui tutto trasuda di *food* e i media parlano tutto il giorno di cucina alta e creativa, si assiste così anche all'offerta di prodotti a base di vegetali spontanei da parte di sempre più numerose aziende che individuano o consolidano in questo ambito "selvatico" nuovi brand e linee di produzione della loro attività.

Certe piante spontanee non hanno mai cessato in realtà di essere vendute nei tradizionali mercati rionali. **Finocchio selvatico, asparagi selvatici, cavolicelli, borragine, cicoria**, ecc., non sono scomparsi del tutto da qualche banco al mercato nelle zone di abituale consumo, e anzi oggi continuano ad essere proposti non solo ai clienti più affezionati ma anche a quelli nuovi che vanno alla scoperta dell'alimento particolare. Ai giorni nostri tuttavia, considerato che il commercio delle verdure spontanee, a differenza di un tempo, rende anche maggiori ricavi. **Quello della differenza di costo degli alimenti vegetali selvatici rispetto alle specie agricole coltivate, analoghe o confrontabili, è lo scotto che dovrete pagare**. Non era così nell'Italia povera della società contadina, ma era già così agli inizi degli anni Settanta del secolo scorso. Si possono ancora trovare in vendita, più facilmente nelle zone di maggior consumo tradizionale, alimenti vegetali già presenti sui banchi qualche decennio fa: oltre alle specie più comuni citate sopra, si trovano i turioni di alcune specie spontanee del genere *Asparagus*, per lo più l'**asparago pungente**, e del genere *Ruscus*, **pungitopo** e simili, i sempre più ricercati **germogli del luppolo** e i getti primaverili della **barba di capra** (*Aruncus dioicus*). Si trovano come un tempo anche altre erbe amare, che non sono solo cicoria ma anche **tarassaco, crespigno** e qualche **radicchiella**, e altre rosette che amare non sono, come quelle dei **rosolacci** e di **alcune specie della famiglia delle Brassicaceae**. Forse c'erano anche un tempo, ma certamente abbiamo potuto osservare di recente coi nostri occhi la vendita di **ortiche** fresche e secche, **senapi, porcellana, radici di bardana**.

Si possono anche trovare in vendita alcuni "prodotti" da agricoltura intensiva. Talvolta l'alimento viene perfino importato, anche se in questo caso gli esempi per il consumo fresco sono ancora limitati (un esempio in tal senso è quello delle **spighe di grano**, *Ornithogalum pyrenaicum*). Potete quindi trovare "facilmente" in commercio diverse specie spontanee e "semispontanee" provenienti dai campi e dalle serre. Ovviamente questa affermazione che vale per i mercati metropolitani può non valere per le periferie e per i centri più piccoli, ma la grande distribuzione non si risparmia nel cercare di adeguare le proposte alle tendenze. Se le acquistate vi accorgete con ogni probabilità che la loro forma agricola ci ha guadagnato in dimensione e ci ha perso in concentrazione del sapore, dato il minimo stress vegetativo a cui saranno state sottoposte, ma potrete comunque disporre per la vostra tavola di sapori diversi da quelli orticoli tradizionali.

Alcuni esempi vi saranno senz'altro noti. **Lampascioni** e **topinambur** ad esempio sono usciti già da qualche tempo dal ristretto ambito del consumo locale – pugliese o lucano e piemontese - per approdare nei mercati rionali o sui banchi della grande distribuzione di tutta Italia, in luoghi anche molto lontani da quelli del loro consumo tradizionale, in particolare al Nord, dato che interessano soprattutto coloro che continuano ad apprezzare la cucina dei loro luoghi di origine o che amano sperimentare nuovi alimenti. Oggi i bulbi di lampascione provengono in gran parte dal Nord Africa e i saporiti tuberi dei topinambur vengono oramai coltivati non solo in Piemonte ma anche in altre regioni, il che potrebbe fare storcere il naso ai maniaci del prodotto DOP, ma se volete assaporarli per un lungo periodo e se, soprattutto, non vivete dove le due specie vegetano, non vi resta proprio che acquistarli. Un percorso simile hanno avuto del resto gli "**agretti**" o "**barbe dei frati**", piantine ancora tenere di *Salsola soda*, partiti essenzialmente dai mercati romani negli anni Cinquanta e Sessanta e oggi presenti ovunque e consumati da tutti.

Sempre più spesso si possono trovare anche **radici di bardana** e si possono acquistare anche quelle “*certe radicine candide.*”, ossia i **raperonzoli**.

Per quanto riguarda i frutti crediamo non serva ricordare che, a seconda ovviamente di dove abitate e della stagione giusta, potrete disporre anche di quanto offrono mercati, banchi improvvisati e singoli raccoglitori, e quindi procurarvi per le vostre preparazioni, semplicemente acquistandoli da chi li vende, **fragoline di bosco, lamponi, mirtilli** e altri c. d. “piccoli frutti” non coltivati. E inoltre **sorbe, nespole, azzeruoli**, ecc., venduti qui e là da venditori specializzati.

La possibilità di acquistare vegetali selvatici non si limita ovviamente a quelli freschi, dal momento che **non solo è attivo ma è sempre in crescita un mercato di prodotti conservati a base di specie spontanee**, ovviamente provenienti anche da “coltivazioni” specializzate. Un mercato che non si limita affatto a marmellate e liquori, potendosi ormai acquistare ovunque in Italia conserve e prodotti di trasformazione di vario genere: sottolio e sottaceti, pesti e salse, sciroppi e gelatine, sughi, ecc., ricavati da molte delle delle piante di cui vi abbiamo parlato in questa guida. Un elenco di questi prodotti è ormai lungo, e anche il numero delle specie utilizzate cresce sempre di più, ma proviamo a segnalarvi nella tabella che chiude quelle che sono sicuramente in commercio, con la certezza che certamente altre ci sfuggono e altre si aggiungeranno dopo l'uscita di questo lavoro. Sul nostro sito **www.piantespontaneeincucina.info** ospitiamo da molti anni alcune pagine di produttori che utilizzano per le loro proposte a catalogo vegetali spontanei, talvolta provenienti, come detto, da piccole colture specializzate ma spesso raccolti direttamente e interamente in natura. Una visita di quelle pagine, e soprattutto i links ai siti dei produttori, vi consentirà di farvi una idea più compiuta di quello che c'è in commercio e di verificare in molti casi se i prodotti di vostro interesse possono essere acquistati anche vicino a voi.

Le nostre pagine, e ancora di più quelle dei siti dei produttori, vi sorprenderanno quanto meno per le specie insolite che vengono oggi proposte e per i prodotti che se ne ricavano. Se siete gastrofili vale la pena di provare sapori e preparazioni di cui magari non avete esperienza. Oltre al piacere di assaporare cose nuove, potete prendere spunto per provare a ripeterle in cucina o tentare nuove sperimentazioni, aggiungendo o togliendo ciò che più vi aggrada degli alimenti abbinati (le etichette rispettose delle regole quanto meno li elencano) o cercando per conto vostro strade completamente nuove. Molte conserve e prodotti a base di alimenti spontanei non sono solamente interessanti da gustare di per sé ma possono costituire a loro volta gli ingredienti o il punto di partenza per altre, vostre, preparazioni. Non solo sughi, pesti e salse possono costituire un buon condimento per le vostre pastasciutte, oppure sottaceti e sottolio essere utilizzati per contorni, antipasti e snacks vari, ma questi e molti altri prodotti possono rappresentare sia ciò che vi manca per un menù selvatico completo che la via per nuove e insolite pietanze. Soprattutto se la proposta è rivolta agli ospiti, andate pure oltre ciò che avete raccolto dalla natura con le vostre mani e approfittate di ciò che hanno raccolto anche gli altri. Non sarà forse la cosa più importante, ma stupire offre sempre una certa personale gratificazione!

Esempi di specie in commercio per acquisti selvatici

Genere di prodotto	Specie
Freschi	<i>Erbe aromatiche, raperonzoli, erbe di campo in genere, aglio ursino, silene, buon Enrico, porcellana, tarassaco, finocchio selvatico, ortica, bardana, rucola selvatica, nespole, sorbe, more, cicoria, asparagi selvatici, radicchio dell'orso, luppolo, lampascioni, cardogne, crescione, crespigno</i>
Salse e pesti, creme, sughi	<i>Erbe di campo in genere, aglio ursino, silene, buon Enrico, porcellana, tarassaco, finocchio marino, finocchio selvatico, ortica, bardana, crescione, topinambur, rucola selvatica, prugnole, nespole, sorbe, more</i>
Sottaceto e sottolio	<i>Carciofini selvatici, cardi selvatici, cicoria, capperi, frutti dei capperi, germogli dei capperi, fiori e boccioli di tarassaco, porcellana, asparagi selvatici, radicchio dell'orso, luppolo, panace, lampascioni</i>
Marmellate e confetture	<i>Nespole, sorbe, pere selvatiche, prugnole, sambuco, rosa canina (bacche e petali), fiori di tarassaco, acacia, sambuco, biancospino, olivello spinoso, uva spina, corniole, azzeruolo, bacche di mirto, more, more di gelsi</i>
Altre conserve	<i>Gemme di pino, miele ai fiori di sambuco, miele ai fiori di more, sciroppo di fiori di sambuco, sciroppo di corniole, sciroppo di fiori di acacia, brodo di giuggiole, risotti disidratati alle erbe selvatiche (con tarassaco, ortica, malva, ecc.)</i>