

Stellina odorosa *Asperula odorata* L.

La specie, comunemente nota anche come asperula, appartenente alla famiglia delle Rubiaceae, si trova più spesso in letteratura come *Galium odoratum* (L.) Scop.. È una piccola piantina, alta una trentina di centimetri, perenne, presente in tutta Italia, Sardegna esclusa, nota per le sue funzioni aromatiche e utilizzata soprattutto in altre culture alimentari europee della zona temperato-fredda. Preferisce i boschi di latifoglie, dalla collina alla bassa montagna, e si presenta nella forma dei cagli, con foglie ovali o lanceolate verticillate e fusti eretti a sezione quadrangolare. Porta infiorescenze tardo primaverili, corimbose con piccoli fiori biancastri. Il profumo particolare si percepisce

dopo un po' di tempo dal taglio e soprattutto da secca. Come pianta aromatica è usata in preparazioni alimentari soprattutto nell'Europa del Nord, mentre più diffusamente, comprese alcune nostre aree alpine, entra in vini e liquori conferendo loro delicati sentori. Fra le preparazioni tipiche con l'asperula si può ricordare il *Maitrank*, ossia "vino di maggio", una bevanda di origine germanica e diffusa in aree più ampie, usata come aperitivo e ottenuta mettendo a macerare per parecchie settimane in un buon vino bianco le parti aeree. La bevanda alla fine risulta carica di un aroma vanigliato grazie all'apporto delle cumarine presenti nella pianta, che si può apprezzare meglio nelle piante messe ad essiccare per qualche giorno. Con la pianta si possono accompagnare molte pietanze, utilizzano le foglie soprattutto in cottura, e preparare anche salse o creme e flan profumati - mettendo in infusione la pianta appassita nel latte usato - granite e gelati, bevande, macedonie, ecc.. Occorre tenere sempre presente che le foglie fresche profumano assai poco mentre acquistano aroma in cottura e, contenendo cumarine, essiccando. Sostanzialmente come il fieno. È utile anche ricordare che essa, oltre ad essere usata dall'industria liquoristica per vari preparati, ha anche proprietà aperitive, digestive, antispasmodiche, sedative, decongestionanti, ecc..