

CAMPERBERING

IL PUNGITOPO

a cura di Elisabetta Tommasi

Care amiche non venite a dire che non vi siete mai imbattute durante una passeggiata nel bosco o, nelle macchie asciutte dal mare alle colline, ed in ogni stagione, nel *RUSCUS ACULEATUS* ovvero quell'arbusto o cosiddetto suffrute perenne sempreverde a volte alto anche più di un metro.

Bello da vedere ha tante bacche rosse che troneggiano tra i suoi fustini eretti piuttosto sottili che si ramificano verso l'alto con i caratteristici codoli pungenti; oltre a porre qualche bel rametto in un vaso durante le feste di natalizie c'è saperne di più riguardo alle molteplici proprietà terapeutiche e ...sorpresina finale, culinarie. I rizomi si scavano all'inizio dell'autunno si fanno a pezzetti e si fanno essiccare all'aria ed all'ombra come pure le radici che verranno conservate in sacchetti di tela o di carta contro l'umidità. La pianta del Pungitopo ha largo impiego nella medicina popolare basta ricordare lo sciroppo delle 5 radici con proprietà diuretiche che i nostri nonni preparavano con le altre 4 radici di asparago selvatico, finocchio, prezzemolo e sedano.

Per le nostre signore con disturbi da menopausa consiglio di versare in un litro di acqua fresca 4 cucchiaini di rizomi e far bollire per circa 10 minuti, una volta filtrato e stiepidito il liquido addolcirlo con miele q.b. e berne tre tazze al giorno ripetendo per alcune settimane. Visto che la nostra pianta selvatica ha proprietà contro la gotta vediamo come sfruttarle: versare 100 grammi di foglie in 2 litri di acqua calda e lasciare bollire per circa 10 minuti, filtrare e far quindi impacchi sulla parte dolente più volte al giorno. Avevo anche sentito che la pianta in questione trova anche un discreto uso in cucina, periodicamente nascono dal cespuglio principale germogli molto simili agli asparagi classici ma di colore verdeggiante e lisci



come se fossero di ceramica. Facilissimi da estirpare con le sole mani, si possono far bollire ed unire ai consimili per un'insolita frittata ma...,sentite un po' cosa ho scoperto da poco tempo io stesa. Raccolto un mazzetto dei suddetti getti li tagliamo tutti con la stessa misura di circa 20 cm. E li andiamo a mettere in un vaso di vetro adagiato sul tavolo con l'imboccatura in senso orizzontale inserendone le parti più consistenti verso il fondo.

Una volta riempito il contenitore lo raddrizziamo e vi coliamo fino al bordo puro aceto di vino con l'aggiunta di un pugnetto di sale fino. Sarà necessario attendere un paio di mesi per assaggiare un antipasto unico ed introvabile in commercio.

Buon appetito ed alla prossima dalla vostra Elisabetta.