

Il Basilico

Già in epoca romana e greca era conosciuto per le sue proprietà terapeutiche e veniva adoperato in farmacopea. Nel Medioevo, alle proprietà terapeutiche, si aggiunsero molte credenze popolari e superstizioni; si pensa al basilico come una "pianta magica" e come tale è utilizzato in filtri e in pozioni di ogni genere. Il suo nome deriva dal greco "basilikòs" o "basileus", che vuol dire "re", quindi erba regale, degna di un re, forse a testimonianza di una sua originaria rarità. Nome adattissimo per questa pianta, che ha sempre avuto un ruolo importante, come spezia, in cucina. Originario di alcune regioni dell'Asia tropicale e introdotto in Europa dai Romani di ritorno dalle loro campagne militari, il basilico si ambientò subito benissimo da noi e la sua coltivazione non tardò a diffondersi in tutta la penisola, così come si diffuse l'abitudine di usarlo abbondantemente in cucina per dare aroma e profumo a salse e insalate. Ne esistono numerose varietà con diversa composizione e con differenti caratteristiche aromatiche: il basilico napoletano, a foglie grandi e bollose, di colore verde molto pallido, delicato di profumo con vago sentore di menta e canfora; il "mammoth", ottimo da essiccare e conservare; quello genovese, a foglie di color verde intenso, ovali, strette ed appuntite, dall'aroma intenso, gradevole e dal profumo. La pianta del basilico, acquistata in vasetto, va sistemata in una zona luminosa e calda, ma non sotto il sole diretto quando si è in piena calura, e va sempre tenuta lontano da correnti d'aria. Si deve annaffiare con regolarità ogni qualvolta che la terra tenda ad asciugarsi, e, per prolungare la produzione di foglie, si devono cimare i fiori appena spuntano. In cucina, dopo averlo ben lavato, va sempre asciugato bene e non va tritato con utensili come coltelli o mixer, ma spezzettato con le mani; in tale modo le essenze aromatiche si evolvono naturalmente. Il basilico possiede importanti virtù salutari (digestive, aromatiche, antispasmodiche, antinfiammatorie ed è diuretico). Già in epoca romana e greca era conosciuto per le sue proprietà terapeutiche e veniva adoperato in farmacopea. Nel Medioevo, alle proprietà terapeutiche, si aggiunsero molte credenze popolari e superstizioni; si pensa al basilico come una "pianta magica" e come tale è utilizzato in filtri e in pozioni

di ogni genere. Ovviamente, il basilico si poteva usare per combattere i draghi basilischi, tanto più che le sue foglie nascoste in un buco tra due mattoni generano scorpioni, come autorevolmente sosteneva uno dei padri della scienza sperimentale, il fiammingo Van Helmont nel secolo XVI. Non tutte le caratteristiche del basilico però hanno virtù salutari: le sue foglie contengono un potente cancerogeno "naturale" che è l'estragolo; ne bastano cinque, secondo alcuni ricercatori, per andare incontro a conseguenze molto più pericolose di quelle, ad esempio, di un bicchiere d'acqua fortemente inquinato da antiparassitari e residui industriali. Ma soprattutto dire basilico, specialmente per i liguri, equivale a dire "pesto"... un capitolo che affronteremo prossimamente e in modo più esteso data la sua importanza a tavola.