

Ginepro

Juniperus communis

Famiglia Juniperacee

Originario dell'Europa e Asia centrale e spontaneo su Alpi e Appennino settentrionale, sostituito da J. oxycedrus e J. phoenicea lungo la Penisola. Le bacche durante il Medioevo e il Rinascimento erano considerate una sorta di panacea universale, in virtù del sapore acre che ha dato il nome alla pianta (da un vocabolo celtico che significa appunto acre).



BOTANICA. Arbusto alto da 50 cm a 6 m. Foglie aghiformi, acute e pungenti, color verde glauco. □ una specie dioica, con piante maschili dai fiori poco appariscenti, giallastri, che compaiono in maggio-giugno; e piante femminili con fiori a tre squame che si trasformano in □ acchegalbuli) sferiche carnose, prima verdi e poi nerobluastre e piccole a maturazione, che si compie in 2-3 anni, e ricoperte da una patina opaca.

COLTIVAZIONE. Pianta molto longeva, anche se a crescita lenta, che non teme i venti, neppure quelli alpini. Richiede posizione soleggiata e terreno calcareo. Attenzione: solo le piante femminili producono i frutti.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE. I frutti si raccolgono manualmente con un paio di guanti a fine estate, tagliando i rametti che li portano; si essiccano in strati sottili in un ambiente aerato smuovendoli spesso. Si conservano in un barattolo ben chiuso e all'asciutto.

VALORE NUTRIZIONALE. I frutti contengono un olio essenziale con proprietdiuretiche, analgesiche e disinfettanti delle vie urinarie. Sono ricchi di tannini, sostanze astringenti con proprietaperitive e digestive. Contengono anche una resina balsamica che disinfiamma le vie respiratorie e le libera dal catarro. Il ginepro vietato in gravidanza perchstimola le contrazioni uterine. Ad alto dosaggio irrita i reni e l'apparato urinario in generale.

IN CUCINA

Al momento dell □ so i frutti si schiacciano grossolanamente per liberare le sostanze aromatiche volatili. Si impiegano per marinade di cacciagione, pat ripieni, stufati, per condire i crauti e aromatizzare il lesso e il brodo. L □ ndustria li utilizza per affumicare e profumare il prosciutto e lo speck. L □ lio essenziale viene utilizzato per liquori e per il gin.

IN ERBORISTERIA

Espettorante. Infondere 40 g di bacche schiacciate in 1 litro d'acqua bollente per 15 minuti, bere 3 tazze al giorno.

ALTRI IMPIEGHI

Le bacche ancora verdi, macerate in acqua e ammoniaca, tingono le stoffe di color nocciola. Spargendo una manciata di bacche sulle braci del camino, si ottiene un'azione disinfettante dell'aria.

Liquore al ginepro

Macerare per 10 giorni 180 g di bacche schiacciate in 2 litri di grappa con 4 g di semi d'anice e 3 g di cannella; filtrare e aggiungere 500 g di zucchero sciolto in 500 g d'acqua; fare riposare per almeno 3 mesi.