

Pianta del mese

Portulaca oleracea: **Porcellana**di **Ennio Lazzarini**

È una pianta erbacea, glabra, grassetta, annua. Cresce nei campi, negli orti, nei terreni incolti, nelle pertinenze degli abitati, nelle crepe dei selciati, lungo le strade e i sentieri. Dalla radice ben sviluppata diparte il fusto cilindrico, succoso, molto ramificato, rossastro, sdraiato sul terreno (ascendente solo quando la pianta nasce vicino ai muri). Le foglie carnose e succose sono sessili, cuneate alla base, allargate e arrotondate all'apice; sui fusti in basso sono opposte, a metà altezza sono alterne, mentre in alto sono riunite a formare dei pseudoverticilli. I fiori piccoli e gialli sono solitari o in fascetti all'ascella delle ramificazioni superiori. Il calice, a mo' di coppa, è formato da 2 sepali precocemente caduchi, la corolla di color giallo è formata da 4-6 petali di forma oblungha con l'apice arrotondato; gli stami sono 12 e l'ovario presenta lo stilo ramificato. Il frutto è una capsula ovale appuntita all'apice; a maturità si divide in due parti mediante una fessura circolare trasversale; la parte superiore cade mettendo a nudo i semi orbicolari, scabri e scuri.

Le porzioni aeree fresche, da sempre, si usano in erboristeria familiare come diuretiche e depurative dell'organismo. Si tritano e si spremono oppure si centrifugano e si beve il suc-

co a cucchiaini nell'arco della giornata. Vi è anche chi usa il succo per sciacqui orali nelle infiammazioni alle gengive, per lenire la pelle arrossata, o per bagni sulla fronte in caso di febbre e mal di testa.

L'uso migliore resta quello di utilizzare le foglie tenere e le cimette in cucina per mettere a punto piacevoli mistricanze e gustose frittelle. Le mistricanze per essere piacevoli non sono un semplice miscuglio di erbe spontanee, ma una creazione di colori e sapori. Infatti vi

sono erbe con sfumature fini e delicate che, se la mistricanza non è ben calibrata, perdono la loro personalità in un'anonima mescolanza di sapori e di aromi; al contrario vi sono erbe con caratteristiche così marcate da smorzare con altre essenze più delicate la loro forte personalità. Soltanto l'esperienza fa creare mistricanze buone da mangiare e belle da vedere, perché alletta non solo il sapore e l'aroma, ma anche la cromia del piatto; per evitare di coprire la naturale fragranza di



Sopra: *Portulaca oleracea* (Porcellana) nel suo ambiente naturale.
(Foto di Ennio Lazzarini)

alcune erbe e di creare dissonanze capaci di ottundere il palato con sentori disarmonici, è importante procedere con perizia negli accostamenti. La porcellana, capace di sensazioni fini e delicate, nelle mistricanze tardo-primaverili ed estive porta la freschezza della primavera, però deve entrare con erbe che sappiano armonizzare i suoi sentori leggermente aciduli e freschi. Trova ottimi accostamenti con le cimette ancor tenere del Farinello (*Chenopodium album*) e con i ricacci giovanissimi del Crespigno (*Sonchus spp*) e del Tarasaco (*Taraxacum officinale*). Altrettanto ottimo è l'accostamento con il cetriolo oppure con la mela verde. Ovviamente si ottengono due insalate assolutamente diverse per sapore, però entrambe gustose e armoniche per la freschezza e la fragranza che sanno suscitare.

Le frittelle sono l'altra preparazione gustosa e facile cui si presta la porcellana. Si prendono le cimette di foglie e fiori, si lavano, si sgrondano e si versano nella pastella formata da pari quantità d'acqua e di vino bianco frizzante, da farina quanto basta per un composto di giusta consistenza (non troppo coloso e neppure troppo denso) e sale. Si mescola, si prende il composto a cucchiainate, si versa nell'olio bollente,



si fanno dorare le frittelle su entrambe le facce, si raccolgono con il mestolo forato, si passano sulla carta assorbente per sgrondare e si servono ancor calde e fragranti. Sposano a tavola il vino usato nell'impasto della pastella. Sono un ottimo antipasto, però, volendo, possono accompagnare il pesce bianco, lessato, condito con una salsa di olio extravergine d'oliva, sale, succo di limone e pepe verde.

Ovviamente la porcellana può entrare anche in tante altre

preparazioni. Ad esempio fatta saltare in padella con olio e l'odore dell'aglio può condire gli stringhetti fatti in casa, oppure fatta saltare in padella con l'olio e l'odore dell'erba cipollina e poi, alla fine, con l'aggiunta di qualche pomodorino (ciliegino, pendolino, perino...) diventa un ottimo contorno alla carne arrosto, soprattutto all'arrosto (al rotolo) di tacchino servito a fette.