

Pianta del mese
Atreplice, Hatriplex hortense, Chenopodiacea

di Ennio Lazzarini

È una pianta erbacea annua, inselvaticata qua e là negli incolti, negli erbosi, sul limitare dei coltivi. Un tempo veniva coltivata con vantaggio di sapore e di aroma; oggi, purtroppo, ha preso il sopravvento la coltivazione dello spinacio che, pur prestandosi in cucina per un'infinita quantità di manipolazioni, è nettamente inferiore per i caratteri organolettici, meno fini e meno delicati. Le foglie, qua e là soffuse di rosso, diventano, talora, completamente rosse e, allora, la pianta assume caratteri morfologici ben distinti tanto da diventare la varietà *rubra*.

Le foglie della rosetta basale sono triangolari, acute, intere, quelle lungo il fusto alterne, lanceolate e brevemente picciolate, di color verde o rossiccio su ambedue le facce, oppure verde nella faccia superiore e argenteo sull'inferiore.



Sopra: cespugli di Atreplice verde e di Atreplice rosso

Il fusto eretto, alto 50-150 cm, ramoso, angoloso porta la pannocchia terminale di fiori poligami. Le brattee dapprima sono erbacee e poi cartilaginee, bruno-chiare, ovaliformi, reticolato-venose e intere al margine.

Il pregio di questa pianta è di natura gastronomica, scarso, per non dire nullo, quello medicinale, anche se una volta trovava riscontro nell'erboristeria domestica contro l'astenia.

Secondo gli antichi erbari si consigliava il succo di quest'erba a cucchiaini nella giornata ai sofferenti di deperimento organico.

L'atreplice può accumulare concentrazioni elevate di nitrati, come tutti gli spinaci selvaggi, per cui conviene scegliere bene il luogo di raccolta e consumarne poco e poco di frequente.

Chi coltiva l'atreplice deve far attenzione alle modalità di coltivazione per evitare, appunto, che accumuli troppi nitrati.

Di solito si trova sporadico qua e là in primavera, talora si trova anche in autunno se i semi, che cadono in estate, trovano le condizioni climatiche adeguate alla loro germinazione.

Si può mangiare crudo condito con olio extravergine d'oliva, sale, e noci oppure nelle misticanze con tante altre erbe di campo.

Si sbollenta, altrimenti, per il ripieno ai ravioli e ai cannelloni, oppure per preparare gli gnocchi verdi, le frittate e le torte salate.

Ottimi i crostini con le foglie di atreplice saltate in padella con l'odore dell'aglio nell'olio extravergine d'oliva.



QP

QUALITY PRINT

Sei quiù di Toner?

**PRODUZIONE E DISTRIBUZIONE
 MATERIALE DI CONSUMO
 PER STAMPANTI,
 FAX E FOTOCOPIATORI**

Strada degli Angariari, 25
 Complesso ROVERETA 2, Interno 14
 47891 Falciano (RSM)
 Tel. 0549 909659 - Fax. 0549 942255
 email: Info@qualityprint.it
 web: <http://www.qualityprint.it>