

Petroselinum crispum

(Mill.) Nyman ex A.W.Hill

Apiaceae (Umbelliferae)

Sinonimi: *Apium crispum*, *Apium petroselinum*, *Carum petroselinum*, *Petroselinum hortense*, *Petroselinum sativum*, *Petroselinum vulgare*



PREZZEMOLO

Altri nomi comuni e regionali: Apio, Petroselino

Dialetti savonesi: Pursemmu

IL NOME

Prezzemolo: dal latino *petroselinu(m)*, greco *petroselinon* "sedano che cresce tra le pietre", da *petra* "pietra" e *selinon* "sedano", poiché pare che la pianta crescesse spontanea tra le rupi della Macedonia.

La mitologia greca attribuisce la sua origine all'eroe Archemoro, araldo della Morte.

In un antico trattato di gastronomia rinascimentale il Prezzemolo è talvolta indicato con il termine *julivert* o *juivert*, della lingua catalana, mentre con il termine *petrosillo* viene indicata la radice della varietà di Prezzemolo di cui si usa, appunto, questa parte.

L'USO DECORATIVO

Pianta rustica dal forte aroma, con foglie lucide di un bel verde vivo, poco esigente ma sensibile al freddo, di facilissima coltura, il Prezzemolo predilige le esposizioni ombreggiate. Non si può affermare che sia una pianta prettamente decorativa, ma già Carlo Magno ne consigliava la coltivazione nei giardini in ragione delle sue grandi virtù gastronomiche e terapeutiche, merita quindi un piccolo angolo di terreno od almeno un vaso sul terrazzo.

È una pianta biennale che nel primo anno dovrebbe produrre foglie e nel secondo andare a seme, in realtà accade spesso che stress idrici ed altre cause provochino l'anticipata formazione del fusto florale, deludendo le giuste attese del giardiniere.

Ne esiste una varietà a foglie ricce, poco usata in Italia, dove viene prodotta per l'esportazione nei paesi scandinavi che maggiormente la apprezzano, soprattutto come elemento decorativo dei piatti di portata.

Le piantine di Prezzemolo si trovano in contenitori alveolati ed in vasi da 10 o 14 centimetri di diametro, da ottobre a giugno, con massima offerta in marzo e aprile.

L'AREA DI DIFFUSIONE

Probabilmente originario dell'Europa meridionale e delle regioni mediterranee, il Prezzemolo si è naturalizzato in tutte le aree a clima temperato da tempo immemorabile. Già Dioscoride ne diceva: nasce in Macedonia, in luoghi precipitosi.

Il *Gheoponikà*, una raccolta bizantina del VI secolo di regole inerenti la coltivazione dei campi nell'area di Costantinopoli, raccomandava di seminare il Prezzemolo in febbraio, con il coriandolo, l'aneto, la ruta ed altri ortaggi.

Prezzemolo

AraboMadanus
CineseYang yan sui
DanesePetersille, Persille
FrancesePersil, Persil cultivé
IndianoBilati, Pitar saleri
Inglese/AmericanoGarden parsley, Italian parsley, Parsley
OlandesePeterselie
PolaccoPietruszka
PortogheseSalsa
RussoPetruška
SpagnoloPerejil
SuomiPetersilja
SvedesePersilja
TedescoGlattblättrige, Glatte Petersilie
TurcoMaydanoz

L'IMPIEGO IN CUCINA

Si dice popolarmente “sempre a mezzo come il prezzemolo” di persone o cose eccessivamente presenti, perché il Prezzemolo entra veramente in una quantità infinita di preparazioni culinarie: piatti di carne e di pesce; piatti a base di verdure; intingoli e salse; minestre, frittate, ripieni, uova, funghi, patate lesse e chi più ne ha più ne metta, senza dimenticare l'uso che se ne fa per guarnire i piatti di portata, in particolare, come si è detto, la varietà a foglie ricce.

L'uso abbondante di Prezzemolo fresco è d'altronde consigliato e raccomandato per la sua ricchezza di vitamine, A e C in particolare, e per gli elevati contenuti di ferro, calcio e manganese.

Esiste una varietà di Prezzemolo che sviluppa una grossa radice carnosu, che è la parte commestibile della pianta, di sapore simile al sedano rapa. Maestro Martino, il famoso cuoco di origine ticinese vissuto a Roma nella seconda metà del quattrocento al servizio del potente cardinale Trevisan, patriarca di Aquileia, usa molto nelle sue ricette il “*petrosello*”, spesso assieme a “*maiorana*” e menta; per esempio “*per fare pollastri alessi con agresto*”, “*per far brodetto verde*”, “*per far menestra de roselli (mele)*”, “*per far torta di gambari nella quatracesima (quaresima)*”, per la “*torta de dattali (datteri), d'amandole (mandorle) et altre chose*”, per il “*brodo de ciceri rosci (ceci rossi)*”, per la “*herbolata de maio*”, per la “*torta de pesce, fecatelli et lacte de pesce*”, “*per fare torta de anguille*”, per le “*ova sperdute in la brascia accesa*”, ed altre ancora. Per la salsa verde dà questa ricetta: “*Piglia petrosillo et sarpillo (timo serpillio) et un pocha*



■ LE PROPRIETÀ MEDICAMENTOSE

Plinio cita proprietà terapeutiche del Prezzemolo, ad esempio con fegato d'asino secco, noci e miele, per le affezioni epatiche. Nel tempo il Prezzemolo accresce la sua fama fino a venire annoverato tra i rimedi universali per tutti i mali.

La radice è diaforetica e diuretica, applicazioni di foglie fresche guariscono contusioni ed ecchimosi, risolvono gli ingorghi lattei alle mammelle, che affliggevano un tempo le balie e curano le infiammazioni dolorose dovute a punture di api e vespe.

Scribonio Largo, nel I secolo, nella sua opera *De compositione medicamentorum*, indica il Prezzemolo come efficace rimedio per i calcoli renali.

L'apiolo, un olio etereo contenuto nel Prezzemolo, è stato anche indicato come surrogato della china nella cura delle febbri malariche.

Il *Ricettario Fiorentino*, edito alla fine del Quattrocento, riporta, ad uso degli speciali, la ricetta del *Lactovario* (medicamento per bocca) *de Cineribus*, che elenca tra gli ingredienti semi di Prezzemolo, cenere di scorpioni, cenere di lepre, sangue di becco ed altri ancora.

La *Pharmacopoeia Londinensis*, edita all'inizio del XVII secolo, elenca il Prezzemolo tra le radici aperitive per eccellenza.

In alcune regioni usava e forse usa ancor oggi, un unguento di Prezzemolo e lumache pestate nel mortaio, per curare gli ascessi, la scrofolosi e combattere i pidocchi della testa; palline di foglie pestate con olio e sale, introdotte nell'orecchio, si diceva avessero la virtù di calmare il mal di denti.

Del Prezzemolo si dice ancora che abbia il potere di curare gli stati di infiammazione delle vie urinarie e le forme di idropisia; che abbia proprietà emmenagoghe ed agisca, a forti dosi, come congestionante uterino, tanto da essere usato, come abortivo, dalle praticone di un tempo nei casi disperati da risolvere a qualunque costo, con risultati spesso tragici per eccessivo dosaggio. Una ricetta popolare russa indica il latte al prezzemolo come efficace diuretico.

Alcuni dicono che tenendo foglie di Prezzemolo sotto il naso si evita il mal d'auto, altri consigliano di masticare qualche foglia di Prezzemolo per non far sapere a tutti che si è mangiato aglio.

Da ultimo non si può dimenticare che, al Prezzemolo, la medicina popolare accredita, con la consueta ottimistica fiducia, anche proprietà afrodisiache.

■ ALTRI USI

Gli antichi Greci usavano incoronare con il Prezzemolo i vincitori dei giochi Istmici e si dice lo dessero da mangiare ai cavalli da guerra.

Foglie e steli di Prezzemolo possono servire come colorante per tingere stoffe in varie tonalità di giallo, secondo il mordente che viene impiegato.

■ CURIOSITÀ

I toscani di una persona sorda usano dire che "ha il prezzemolo nelle orecchie".

■ CITAZIONI

Che del Prezzemolo si può anche apprezzare l'aspetto decorativo ce lo ricorda Omero, quando nell'Odissea, tradotta dal Rossignoli, nel descrivere le bellezze della grotta di Calipso, canta:

*"E molli prati d'intorno fiorian petrosello e viole.
Anche un Celeste, che quivi giungesse, dovrebbe a tal vista
Meravigliato ristare, dovrebbe gioir nel suo cuore".*

Una anonima raccolta veneziana di ricette, risalente al trecento, ci testimonia invece l'uso del Prezzemolo nella preparazione di una "torta lavagnexe" (cioè originaria della ligure città di Lavagna):

de bieda (bietola) con qualche altra bona herbicina, con un pocho de pepe, et zenzevero (zenzero), et sale ..."

Bartolomeo Scappi, maestro cuciniere di Papi e Cardinali nel Cinquecento, ricorda una predilezione del pontefice Pio IV, d'origine lombarda, per le cosce di rana fritte con aglio e Prezzemolo. Lo stesso Scappi, nella sua monumentale Opera dell'arte del cucinare, cita un piatto di "Teste di storione, & d'ombrina cotte in bianco, servite con petrose-molo, & fiori gialli, & rossi sopra", servito con altri 1.539 piatti nel "Pranzo preparato per la seconda incoronazione di Pio Quinto Pont. Opt. Max. alli 17. di gennaio 1566. in giorno di Venere, ...".

Ancora lo Scappi ricorda l'indispensabile Prezzemolo soffritto per cucinare tartarughe, e ci tramanda la ricetta "Per far minestra di petrose-molo et altre erbette dimandata (chiamata) nelle corti di Roma brodo apostolorum".

APIO HORTENSE.



L'IMPIEGO NELLA COSMESI

Infusioni di Prezzemolo sono usate per risciacquare i capelli, per maschere facciali depurative, per bagni oculari lenitivi e per le palpebre gonfie e le borse sotto gli occhi.

CARATTERISTICHE ED ESIGENZE DELLA PIANTA

Il Prezzemolo si accontenta di una ordinaria terra da giardino e di quel poco di acqua che basta, non è difficile coltivarlo.



Forma di propagazione
Da seme



Ambiente di coltura
Piena aria



Portamento
Eretto



Illuminazione
Preferisce esposizioni a mezz'ombra, ma anche al sole



Temperatura
Non sopporta il freddo



Umidità
Preferisce condizioni di umidità medio basse

“Tuò (prendi) sie (sei) polastri e VI (sei) formazi freschi o passi e XVIII (diciotto) ove e II (due) libre de lardo e uno pocho de zafarano e una buona quantità de petrose-molo e un pocho de menta e un poco de salvia e torà (prendi) i polastri e mitili a lessare tanto che sia ben cocti ...”

Da un codice anonimo della prima metà del XV secolo si apprende, riportata dagli storici Capatti e Montanari, una ricetta del tempo per la salsa verde:

“Affare salsa verde tolli (prendi) petrosimuli, menta, cardamomi, nuci moscate, pepe, garofani (chiodi di garofano), cenzabro (zenzero) et pista forte in mortale (mortai), et giungnice poca de molglica de pane, et poi micti agli, se tu n'ay, et destempera con bono aceto.”

Anche la duecentesca raccolta delle *Regole salutari salernitane*, qui riportata nella vivace traduzione dal latino che ne fece Pietro Magenta nell'ottocento, ricorda le virtù culinarie del Prezzemolo:

CAPO XXII. DEL CONDIMENTO UNIVERSALE

“Agljo, salvia e pepe fino, sal, prezzemolo e buon vino, se il miscuglio non si falsa, forman sempre buona salsa”.

APIO PALVSTRE.

