



Levisticum officinale Famiglia APIACEAE

LEVISTICO, SEDANO DI MONTE

ETIMOLOGIA - Si chiama anche sedano di monte, rovistico, prezzemolo dell'amore. Il nome Levisticum deriva dal latino *levare*, probabilmente poiché si riteneva che potesse togliere dei piccoli mali.

AMBIENTE - Probabile sia originaria del sud-ovest asiatico. Cresce fino ai 1800m s.l.m., ed è una pianta molto rustica; si trova sia in terreni incolti che in orti, e a volte rinselvatichisce. In Italia è una specie rara. Molto comune nel Sud Europa e in Europa Centrale. Si sviluppa anche nelle praterie e lungo le siepi. Predilige terreni umidi, ben drenati, esposti al sole o parzialmente ombreggiati.

CARATTERI BOTANICI

TRONCO - fusto eretto può crescere fino all'altezza di 2 metri. La corteccia è spessa.

FOGLIE - Le foglie, come aspetto e sapore ricordano quelle del sedano; verdi e lucide di forma triangolare poste alla base dei rami.

FIORI - I fiori sono di colore giallo. Il levistico fiorisce in estate, tra luglio e agosto.

FRUTTI - Il frutto è ovale ed è formato da dieci coste alate.

SEMI - I semi contengono fino all'1% di olio essenziale.

USI L'utilizzo è comune sia in cucina che in campo erboristico. In fitoterapia si usa la radice raccolta in primavera. Questa viene tagliata, essiccata e conservata in sacchetti di carta.

I semi possono essere usati al posto di quelli di sedano nei sottaceti, possono essere sparsi sull'insalata o sulle patate a fette.

Sono usati in confetteria e come aromatizzanti per alcuni liquori. Le foglie fresche o sbianchite in acqua bollente sono usate nelle insalate.

Foglie e gambi tritati sono usati per insaporire minestre, stufati, bolliti, brasati, con le patate, i legumi, frittate. La radice si grattugia cruda o è ridotta in polvere ed utilizzata come condimento. La radice essiccata e tritata, con un processo di distillazione a vapore, viene trasformata in un olio detto "olio di levistico".

STORIA E LEGGENDE - E' una delle spezie più importanti usate dai Romani e sostituiva sedano e prezzemolo.

Grandi personaggi come Carlo Magno, Plinio il Vecchio e Apicio ne parlano dei suoi vari tipi di utilizzo.

In Germania e in altri paesi, come la Croazia e la Slovacchia, viene chiamato Maggikraut "erba Maggik" facendo riferimento a una salsa.