

Che cos'è la trigonella?

Lun 09/10/2017 - 10:04

Mangiare, bere ed altre delizie – lo sapevate che ...?

La trigonella (*Trigonella caerulea*) essiccata è apprezzata per il suo aroma intenso e speziato che dona un sapore molto tipico ad alcune speciali varietà di pane dell'Alto Adige come il "Paarl". Inoltre, a quest'erba aromatica viene attribuita la proprietà di stimolare l'appetito e favorire il sistema digerente.

La trigonella presenta fiori di colore azzurro (motivo per cui in tedesco è nota pure come "Blauer Steinklee") e in dialetto altoatesino è chiamata anche "Zigainerkraut" (erba zingara). Da noi la si coltiva generalmente a quote elevate, soprattutto in Alta Pusteria e in Val Venosta. Di solito viene raccolta poco prima o poco dopo la fioritura e successivamente fatta essiccare. In Alto Adige si macinano grossolanamente steli e foglie e la spezia che se ne ricava viene usata per la preparazione di pane di farina di segale. In Svizzera, invece, si utilizzano piuttosto i semi della pianta, per aromatizzare i formaggi.

La trigonella può essere coltivata anche nel proprio giardino e i fiori della pianta sono una buona fonte nettariana per le api.