Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2
39100 Bolzano
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Cumino dei prati, cumino, cumino nero: qual è la differenza?

Lun 03/09/2018 - 10:33

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

Il cumino dei prati (Carum carvi) e il cumino propriamente detto (Cuminum cyminum) appartengono entrambi alla famiglia delle Apiaceae. Mentre il primo predilige temperature più fresche, il secondo ha bisogno di un clima caldo per prosperare. I frutti essiccati di queste piante, interi o macinati, vengono utilizzati come spezia. Entrambe le varietà hanno proprietà benefiche sulla digestione, stimolano l'appetito e aiutano a combattere gonfiori e crampi.

Il cumino dei prati con il suo sapore acerbo viene spesso usato come condimento per alimenti non facilmente digeribili come piatti a base di cavolo, sformato di cipolle e carne grassa. La pianta viene utilizzata volentieri anche per aromatizzare formaggi e produrre liquori.

Quello che chiamiamo semplicemente cumino si contraddistingue per il suo sapore intenso ed è spesso un ingrediente fondamentale di alcune miscele di spezie come il curry e il garam masala. Non manca mai soprattutto nella cucina indiana, turca e nordafricana.

Il cumino nero (Nigella sativa) non è imparentato né con il cumino dei prati né con il cumino propriamente detto, in quanto appartiene alla famiglia delle Ranunculaceae. Quando sono maturi, i suoi semi neri trovano impiego soprattutto come condimento per il pane, per esempio sul Fladenbrot (un tipo di pane piatto), e possono essere utilizzati anche in sostituzione del pepe. L'olio di cumino nero viene usato nella medicina naturale come rimedio contro allergie e malattie cutanee.