

Endas Natura

Andar per erbe con *La Gramégna*

Monica Andreucci

Le escursioni-studio sul campo e gli incontri-studio del martedì sera in Sede sulla flora spontanea, le cene a base di erbe spontanee raccolte dagli esperti del Gruppo e poi lavorate in cucina in piatti di buon valore organolettico e i Corsi di cucina naturalistica fanno de La Gramégna l'Associazione naturalistica più accreditata sul Territorio Cesenate. Il Dott. Bruno Savoia dice "La Gramégna ha come obiettivo lo studio e la conoscenza del mondo delle erbe e della loro influenza, passata e attuale, sulla vita dell'uomo, in particolare nel campo dell'alimentazione e della medicina. Per far ciò è necessario saper riconoscere le piante spontanee, tanto più se si vuole utilizzarle in cucina. Pertanto ci si ritrova ogni martedì sera, da Settembre a Maggio, presso l'E.N.D.A.S. Cesena, che sostiene le nostre attività. Si tratta di scambi culturali e di serate-studio promossi per conoscere la botanica, imparare le valutazioni organolettiche delle piante spontanee e come alimentarsi correttamente. A coronamento delle attività associative organizziamo la consueta cena sociale a cadenza semestrale, tutta a base di ricette verdi, ammannita dai nostri volontari accomunati dalla voglia, invero un po' controcorrente (vista la diffusa abitudine alimentare troppo carnivora), di far toccare con mano le possibilità infinite che dà la cucina vegetale. Il tutto avviene sotto la guida del Presidente del Gruppo, Prof. Ennio Lazzarini e, di volta in volta, di qualche esperto accreditato. A tali iniziative dà diritto la tessera annuale di appartenenza al Gruppo del costo di € 15,00". Uno dei pregi che questa conoscenza ha,



indubbiamente, è il saper apprezzare e rispettare l'enorme potenziale di sapori, di odori e di colori, come pure di Phytochemicals (i fitochimici), nascosti in un prato incolto. La Natura distribuisce il suo patrimonio a ciclo continuo nel corso dell'anno, perfino nell'Inverno più profondo sa darci il Topinanbour, il Tarassaco, il Crespigno, la Borrachine e tante altre essenze capaci di alimentazione salutare.

Mi permetto di raccomandare le modalità di raccolta e di trasporto rispettose della biologia della pianta e di tutti i suoi processi biochimici per non disperdere il valore nutrizionistico dei suoi succhi. Con La Gramégna insomma, si va in giro con gli occhi e le narici all'erta e, soprattutto, nell'ambiente in punta di piedi. Cosa per niente scontata: ormai il buon senso e la bella educazione vanno perdendosi.

"Nel periodo Marzo/Maggio" riprende il Dott. Savoia "organizziamo Corsi di Primavera per principianti a Cesena, a Borghi e a Forlì, con lezioni teoriche ed uscite sul campo senza altri costi che la nostra tessera; a conclusione e a conferma di quanto appreso segue la cena, approntata dagli stessi Corsisti e dagli Esperti del Gruppo, per degustare le erbe". L'Associazione non si limita a ciò, organizza, per gli appassionati del mangiare "diverso e gustoso", Corsi di Cucina per imparare a trarre dalle erbe spontanee, senza disperdere il loro patrimonio, il massimo pregio organolettico.