

## Estate al verde

**L'oro nero dei Romani** Il *piper nigrum*, da cui si ottiene la spezia del pepe nero, è una pianta rampicante perenne appartenente alla famiglia delle *Piperaceae*; può raggiungere i 10 m di altezza ed è originaria dell'India. La spezia viene prodotta dai frutti acerbi del *piper nigrum* che vengono sbollentati e lasciati essiccare al sole per circa 10 giorni: in questo modo i grani si disidratano, anneriscono e assumono il tipico aspetto. Considerato "il re delle spezie", il pepe nero contiene un'alta concentrazione di piperina, sostanza alcaloide che sollecita le papille gustative, stimola la produzione degli enzimi digestivi e tonifica anche il rivestimento delle pareti intestinali. Altra proprietà è anche quella di stimolare la termogenesi, processo attraverso il quale l'organismo produce calore per mantenere la temperatura corporea costante. Già conosciuto e apprezzato nell'Antico Egitto, tanto che alcuni grani di pepe furono trovati nelle tombe dei Faraoni, nell'antica Grecia, fin dal IV secolo a.C, era una spezia sempre presente e molto costosa. Ippocrate ne consigliava l'uso unito ad aceto e miele. Il pepe nero era decisamente più abbondante al tempo dei Romani che, con le loro flotte di navi solcavano i mari e, dall'India, lo importavano nell'Impero frequentemente. In alcuni momenti il suo valore nella bilancia commerciale equivaleva o addirittura

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

04/09/2023