

## Gusti autentici

**Verde salvia** La salvia è una pianta aromatica conosciuta e utilizzata sin dai tempi antichi . Considerata sacra per i Romani, il suo nome deriva dal latino *salvus*. Molto utilizzata in cucina, possiede proprietà antinfiammatorie, digestive e antisettiche. Trova impiego attraverso le sue tisane come mucolitico per mitigare i disturbi dell'apparato respiratorio e risulta efficace per eliminare l'eccesso di gas addominale nell'apparato gastrointestinale. La coltivazione della salvia è molto diffusa, le sue foglie, dai margini leggermente dentellati, si presentano piuttosto pelose e appaiono con un tipico colore definito "verde salvia". I fiori sono raggruppati in spighe e tutta la pianta di salvia emette un aroma caratteristico e balsamico, dato dalla presenza di un olio essenziale.

In cucina si utilizzano soprattutto le foglie, che vengono adoperate per dare sapore a soffritti, sughi e salse e per rendere più gustosi contorni di verdure e secondi piatti, a base di legumi o carni. Particolarmente diffuso è il condimento usato per preparare i ravioli e gli gnocchi al "burr

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

06/11/2023