

## IL PRODOTTO PIÙ PREGIATO DELLE PIANTE

.. da loro è dipesa (e dipende) la nostra esistenza sul pianeta Terra ...

### Laboratorio didattico

**Le piante sono preziose “materie prime”, fondamentali per l’alimentazione, la medicina, l’energia, i materiali.**

Un mondo le cui dinamiche sono ancora in parte poco conosciute, quello delle piante, dei loro segreti e di come questi esseri viventi siano fondamentali al nostro vivere quotidiano.

Per l’attività sono state raccolte alcune delle piante aromatiche e le radici di Genziana Lutea (var. cultivar) che il nostro orto produce agli inizi di ottobre.



L'orto è il risultato di un lavoro meticoloso protrattosi per circa un biennio che è consistito nel: risistemazione appezzamento del terreno, taglio di rovi, arbusti e piccoli alberi, dissodamento delle radici e messa a dimora delle prime piantine, realizzazione - con

tecniche sostenibili a basso impatto - di un sistema irriguo.

L'orto sorge a 1300 m di altitudine su un'estensione di 3.000 mq, lungo il Tratturo Pescasseroli – Candela, ai margini della Riserva Integrale della Camosciara e quasi ai piedi dello Sterpi d'Alto.

La visita didattica ha mostrato la coltivazione, con metodo biologico, di piante aromatiche quali: origano (*Origanum vulgare L.*), timo (*Thymus vulgaris L.*), malva (*Malva sylvestris L.*), finocchio (*Foeniculum vulgare Mill.*), menta (*Mentha arvensis L.*), lavanda (*Lavandula angustifolia Mill.*), salvia (*Salvia officinalis L.*), elicriso (*Helichrysum italicum*), valeriana (*Valeriana officinalis L.*) e genziana lutea (*Gentiana lutea L.*).

Nella bottega della cooperativa Camosciara si è sperimentata l'estrazione di uno dei prodotti più pregiati delle piante: l'olio essenziale di Ginepro (*Juniperus communis*), che può essere utilizzato successivamente per la produzione dell'idrolato, o acqua profumata.

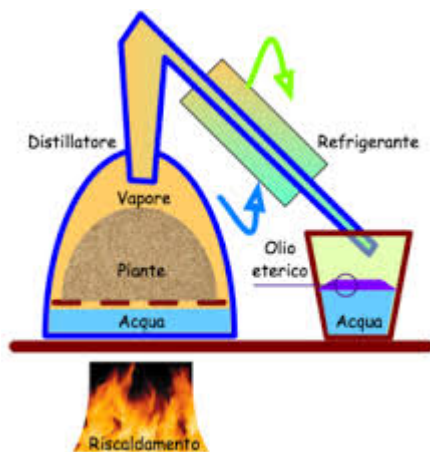
Gli oli essenziali sono la miscela che cattura e conserva le proprietà benefiche delle piante e sono sicuramente a più alta concentrazione rispetto ad altre formule di origine officinale.

### **Come funziona il processo di distillazione in corrente di vapore?**

Occorrono circa 100 gr di fiori per produrre circa 600 ml di olio essenziale.

La pianta, prima di essere posta all'interno del distillatore, deve essere liberata dalla terra, pulita da larve e insetti e dalle tracce di altre piante.

Il distillatore di base è formato da due ampolle. Si pone a bollire l'acqua nella prima ampolla che è collegata a un'altra ampolla in cui sono stati collocati rami/fiori. L'ampolla contenente acqua viene messa sul fuoco fino a ebollizione cosicché il vapore prodotto possa raggiungere i fiori che sprigioneranno la loro essenza.



Questo procedimento avviene grazie all'incontro tra vapore acqueo ed essenza del fiore e termina con quest'ultima miscela prodotta che raggiunge un piccolo contenitore tramite serpentina.

A questo punto, l'olio essenziale si deposita in superficie in quanto la sua densità è inferiore rispetto a quella dell'acqua.

Sia gli oli essenziali che gli idrolati, hanno proprietà benefiche scientificamente dimostrate: balsamiche, antisettiche, antibatteriche e sono alla base di tanti prodotti di uso comune.

Al termine del laboratorio didattico è stato possibile provare alcuni prodotti dell'orto trasformati: tisane ottenute con erbe aromatiche essiccate, marmellate di rosa canina con aggiunta di biancospino e alcuni liquori tipici del territorio del PNALM.