

Le nostre erbe, il vostro benessere

RIBES ROSSO - *Ribes rubum* L. - SASSIFRAGACEE

RIBES NERO - *Ribes nigrum* L. - SASSIFRAGACEE

ORIGINI E SIGNIFICATI: I frutti di bosco non hanno mai occupato un posto di primo piano nella storia della cucina, forse perché erano un cibo facilmente reperibile e consumato dalla gente di montagna e di collina. Troviamo riferimenti a questi frutti più che altro in trattati di medicina relativi alle proprietà benefiche degli alimenti, come in quello del 1583 redatto da Baldassare Pisanelli 'Trattato de' cibi e del bere'. I frutti di bosco (lamponi, mirtilli, more e ribes), vengono coltivati solo sporadicamente in Italia, diversamente da ciò che avviene in altre nazioni come Germania, Olanda, Polonia. Il nome ribes è nato nel '500, non deriva dal greco o dal latino come sovente avviene in botanica, né dal nome del suo scopritore, ma dal termine scandinavo 'rips'.

CARATTERISTICHE: Il genere annovera 150 specie. E' un arbusto privo di spine, alto più di un metro, con fusto eretto. Le foglie dono di verde intenso, palmate a 3-5 lobi, lungamente picciolate e irregolarmente dentate lungo il margine. Tra aprile e maggio compaiono grappoli penduli composti da 8-20 fiorellini giallo verdastri che si sviluppano in bacche rotonde succose, di colore rosso vermiglio contenti piccoli semi. Cresce spontaneo in luoghi sassosi della zona di montagna alpina e appenninica centro settentrionale. Da non confondere con le bacche del Tamaro velenosissimo.

PARTI UTILIZZATE: foglie, bacche.

COSTITUENTI: acido malico, citrico, tartarico, mucillagine, glucidi, olio essenziale, vitamina C, vitamina P,

PROPRIETA': antiemorragico, antiscorbutico, aperitivo, astringente, depurativo, digestivo, diuretico, lassativo, rinfrescante, stimolante, tonico.

UTILIZZI: Ad uso interno il succo di Ribes si usa in caso febbre, inappetenza, e durante la convalescenza a seguito di malattie infettive. Ad uso esterno per lenire piccole ferite ed evitare la formazione di vesciche. Per rinfrescare la pelle del viso irritata dal sole. Si utilizza anche per preparare maschere di bellezza emolliente, rivitalizzante e idratante per pelli secche e sensibili. Il succo è un aromatizzante dell'aceto. Le bacche si mangiano fresche nei dolci, gelati, macedonie o si trasformano in marmellate, gelatine e sciroppi. Si realizzano grappe e liquori. Le foglie del Ribes Nigrum sono diuretiche e hanno un buon sapore e sono associate alle cure di primavera. Le gemme utilizzate in gemmo terapia sono stimolanti delle ghiandole surrenali. Ha effetti benefici per: appetito, artrite, arteriosclerosi, cellulite, circolazione, cure di primavera, dermatosi, epidemie, fegato, gotta, ipertensione, obesità, occhi, puntura, reni, reumatismi, seno, sete, urea.

**I NOSTRI PRODOTTI CON
RIBES**

N.20: TISANA DIURETICA



VINO DI RIBES ROSSO

100 gr di germogli di ribes rosso, in un litro di vino rosso bollente per 20 minuti, filtrare. Un bicchiere prima dei pasti per risvegliare l'appetito.

AZIENDA AGRICOLA LE ERBE DELLA GRAZIOSA DI ANDREA MONTORSI

Sede: via Marzabotto, 53 - Loc. Graziosa - 41018 Tel.: 388-8329352

San Cesario sul Panaro (MO)

Ingresso visite: via Modenese, 5356 (di fronte

alla villa Graziosa) San Cesario sul Panaro (MO)

Posta elettronica: a.montorsi@leerbedellagraziosa.it

Tel: 330-802520

Posta elettronica: c.baccolini@leerbedellagraziosa.it

