



In cucina il sapore dei fiori

22/9/2010

I grandi chef li mettono in tavola

Rose, viole, garofani e gelsomini. Tutti **fiori da mettere in tavola**. Non però per decorare l'ambiente e per impreziosire l'allestimento, ma direttamente nel piatto, tutti da mangiare. Dalle ricette più semplici a quelle più raffinate, la nuova gastronomia li scopre come **ingrediente cult**, da sposare al riso, da mangiare in insalata, da gustare in dessert delicatissimi e raffinati. I fiori, con i loro colori e il loro profumo, sono rilassanti, tranquillizzanti, ma capaci di trasmettere correnti di energia positiva sulla psiche.



L'autunno, dunque, ha trovato nei fiori una nuova frontiera gastronomica. Naturalmente occorre scegliere fiori commestibili, anche secondo stagione e nel rispetto dei diversi climi. Meglio ancora se la "materia prima" è coltivata direttamente su balconi e in giardini privati. La nuova moda è lanciata dai giovani chef, come **Christian Donvito**, interior flower designer, convertito alla cucina. "Il passo è stato breve - racconta Christian Donvito - Avevo già studiato a approfondito la storia della botanica. Ho scoperto che i fiori edibili sono numerosi. Crisantemi, iris, girasoli, margherite, dalia, petunia, malva, glicine, camomila accanto alle erbe aromatiche, ai fiori di alcuni alberi da frutto, come l'arancio e il pesco".

Insomma, dopo il successo di tisane, tè e bibite estive al sapore di fiori il passaggio a primi piatti con colore e aroma di corolla è quasi naturale. Spiega Donvito: "Particolari e sofisticate sono le creazioni di primi piatti o risi al basilico e alle violette, alle calendule, all'eucalipto e allo zafferano, i tagliolini ai fiori di zucca accanto alle insalate con pannocchie, mais, carote e

petali di rose gialle". Per quanto riguarda i dolci, poi, le possibilità sono infinite. Spiccano ad esempio le torte con fiori d'arancio e ananas, le calde di pasta frolla confezionate con pere e rose, creme all'aroma di lavanda. "Una cucina elettrizzante - prosegue Donvito - Rilassante, tranquillizzante. Perché i colori e i profumi sono ipercalorici, hanno un valore energetico, agiscono positivamente sulla psiche e sul cuore".

L'uso di fiori ed erbe in cucina non è una novità. Erano già ingredienti abituali nel Medioevo e nel Rinascimento, sulle tavole di aristocratici e ricchi borghesi, ma anche delle famiglie più povere, perché si coltivavano in casa oppure si raccoglievano nei campi, a costo e a chilometri zero. Di questa antica abitudine c'è testimonianza negli antichi ricettari, come quello di **Benedetto Stefani**, "L'arte di ben cucinare" pubblicato a Mantova nel 1662, in cui si parlava di aceto ai fiori di rosmarino, conserve di viole paonazze, gelatine bianche con pomi azzerruoli accanto alle gelatine di fiori e frutta preparate nei conventi dalle suore.

Come spiega la studiosa e ricercatrice **Maria Paradiso**, "Persino Leonardo Da Vinci preparava ricette 'fioreali' come l'acqua alle rose composta da petali essiccati, limoni, alcol e acqua minerale. La vera rivoluzione venne subito dopo la scoperta delle Americhe, quando giunsero sulle tavole del nostro Paese fiori commestibili sino ad allora sconosciuti. Ad esempio il fiore di garofano e di pepe che accanto al gelsomino, ai fiori d'arancio e di mandorla contribuirono radicalmente ad una virata nei gusti degli italiani".



Spiega lo chef **Antonello Colonna** che grandi protagoniste sono "soprattutto spezie ed erbe aromatiche con i loro fiori, naturalmente. Rosmarino, salvia, lavanda, timo, maggiorana, menta, anche i fiori di melanzana e i fiori di borragine, accanto ai più noti fiori di zucchine e fiori di broccolo, quest'ultimi forse più rari". Per gustarli c'è solo l'imbarazzo della scelta, spiega **Colonna**: ravioli di trippa alla romana conditi con fiore di menta, capocollo di maialino croccante al fiore di rosmarino. Ed infine il dessert, creme brûlée alla lavanda.

Voto: ★★★★★

Ultimo aggiornamento ore 09:17

PIU' LETTI DI PER LEI

1. [In cucina il sapore dei fiori](#)
2. [Vacanza? Con Shapapova o Borriello](#)
3. [Milano incontra la moda](#)
4. [Scarpe e borse tra folk e chic](#)
5. [Parto in casa cresce il desiderio](#)

i più letti del giorno

PUBBLICITA'

IN PRIMO PIANO

I fiori si mettono in tavola Belli e buoni da mangiare
Milano, al via le sfilate della Moda Donna
Weekend da sogno... con un campione
Parto in casa: lo sognano 2 donne su 100

Home page di Per Lei