

## Il ginepro



Il ginepro è noto a tutti per le sue bacche molto aromatiche che nobilitano arrosti e salmì e che ci danno un ottimo e famoso liquore.

Il ginepro è un arbusto molto ramoso, appartenente alla famiglia delle conifere. È una pianta perenne dall'aspetto molto variabile: in pianura sotto forma di alberello può raggiungere i 5-6 metri, in montagna rimane un cespuglio e in alta quota mantiene un portamento prostrato.

Ha i fiori verde molto chiaro e le sue bacche dal caratteristico colore violaceo impiegano due anni per raggiungere la completa maturazione. Quelle che comunemente si chiamano bacche di ginepro in realtà sono dei falsi frutti. Fiorisce da febbraio ad aprile a seconda della quota.

Le foglie sono rigide e pungenti, di colore verde con un solco bianchiccio sulla faccia inferiore.



Nella flora italiana sono ben sette le specie autoctone di ginepro, di cui cinque presenti in Piemonte. Le bacche, chiamate anche “coccole”, che si usano normalmente in cucina appartengono al ginepro comune (*Juniperus communis*), il più diffuso sul territorio nazionale. Infatti, è presente in tutte le regioni e in quasi tutti gli ambienti fino alla quota di circa 1700 metri, purché si tratti di ambienti luminosi.

A quote superiori viene sostituito dal ginepro nano (*Juniperus nana*) dal caratteristico portamento strisciante che gli permette di sopportare meglio il freddo e i venti che soffiano in alto.

Sul Monte Rosa, si trova il ginepro fino a 3570 metri di altitudine.

Ma il ginepro non si trova solo sulle Alpi ma anche sull'Appennino fino al Lazio e in Abruzzo ed anche in Sardegna e in Corsica.

Lo troviamo anche nelle baragge novaresi e biellesi, sulle rupi delle Alpi Marittime e lungo le sponde di molti laghetti alpini di origine glaciale, i laghetti morenici.



*Cespugli di ginepro con felci e rododendri*

Il ginepro è una specie eliofila e xerofila, che significa che ama il sole, la luce e l'aridità. Per questo motivo, la sua presenza sul territorio Piemontese viene spiegata come un residuo di un clima più mite del nostro lontano passato.

Pare, infatti, che sia arrivato sulle Alpi 5000-7000 anni fa, quando le oscillazioni del clima portarono a queste latitudini un ambiente di tipo mediterraneo.

Originario della regione mediterranea, ha raggiunto la Norvegia artica, la Russia, la regione himalayana nordoccidentale e l'America Settentrionale. Lo troviamo in brughiera, nella macchia, nei boschi di conifere e sui pendii montani.

Il ginepro è stato usato fin dall'antichità per alcune sue proprietà. In particolare per le proprietà diuretiche veniva utilizzato dagli antichi romani per la preparazione di una bevanda, una specie di vino; anche gli egizi pare lo utilizzassero per alcuni principi attivi. Più di recente è stata individuata una certa proprietà balsamica, antireumatica e antisettica delle vie urinarie.

Si utilizzano sempre soltanto le bacche che vengono raccolte in autunno inoltrato quando sono ben mature e sono di colore nero-azzurrognolo.



*Differenza di colore tra  
bacche acerbe e mature*

Sempre con le bacche di ginepro, soprattutto in zone di montagna si preparano infusi e tisane.

Ma è in cucina che le bacche trovano grande impiego, per aromatizzare salumi e piatti di carni, in particolare di selvaggina, in arrosto o in salmì e per dare sapore a sughi un po' forti. Vengono aggiunte anche nelle minestre per dare un profumo antico.

Si usano inoltre per la preparazione di distillati, il più famoso dei quali è il *gin* e un'acquavite detta *gineprato*.

Un chilo di bacche è sufficiente per aromatizzare 400 litri di gin.

L'essenza contenuta nelle bacche è formata da diverse sostanze tra cui pinene, canfene, cadinene, borneolo, iuniperina, cere e resine.

Le foglie, le sommità dei rami e il legno godono delle stesse proprietà delle bacche.

Per l'ambiente l'arbusto è impiegato per uso forestale come pianta da rimboscimento in condizioni difficili in quanto possiede doti colonizzatrici di terreni molto poveri.

Le bacche sono molto apprezzate anche dagli uccelli selvatici, per i quali soprattutto in inverno rappresentano quasi l'unica fonte di cibo.



In molte zone era nota la sua funzione "antiserpe" per il caratteristico aroma sprigionato dal suo legno e per il succo ottenuto dalla spremitura delle sue foglie e bacche, utilizzato come "siero antivipera".

Il suo legno, in Piemonte, era usato per fare i cucchiai di legno e i mestoli per la polenta per la sua proprietà di non ammuffire e la capacità di trasmettere alla farina un po' del suo aroma.

Per lo stesso motivo, il legno di ginepro era bruciato per profumare le stalle e aggiunto nel forno per aromatizzare il pane.

Dal legno e dalle foglie, per distillazione, si ottiene l'*olio di Cadè* usato per curare l'alopecia e la psoriasi.

Il ginepro è utilizzato anche nella medicina omeopatica e in veterinaria.

## BIBLIOGRAFIA

S. Bassi – Prezioso, indistruttibile, aromatico ginepro – da Piemonte Parchi

Enciclopedia della salute – Edizioni Librex Milano

Enciclopedia delle Erbe – Istituto Geografico De Agostini – Novara

L. Codacci – La cucina delle erbe buone – Rusconi libri