

Elisir di lunga vita e pozione d'amore, lo zafferano è protagonista a Città della Pieve

Tre giorni di incontri, laboratori e iniziative per riscoprire questa affascinante spezia, conosciuta dagli Egizi, raffigurata nel Palazzo di Cnosso, presente nel Cantico dei Cantici ma anche negli antichi Veda...

A Città della Pieve il 24, 25 e 26 ottobre prossimi si celebra lo zafferano. Tre giornate ricche di iniziative per conoscere le origini e gli usi di questa pregiata spezia, e per apprezzarla anche gustandola negli abbinamenti gastronomici più vari.

Questa preziosa pianta proveniente dall'Asia Minore fu impiegata fin dall'antichità per uso gastronomico, ma con lo zafferano si tingevano anche le stoffe e i tessuti, ed era ingrediente di pozioni, farmaci e persino cosmetici. Le sue proprietà erano ben note agli Egizi, come conferma il *Papiro di Ebers* del 1550 a.C., il suo fiore era raffigurato nelle pareti del *Palazzo di Cnosso* e se ne trovano tracce anche nella *Bibbia*, precisamente nel *Cantico dei Cantici*, dove viene associato alle piante più aromatiche e pregiate che nascono nel giardino. Citato nei *Veda* e ancora oggi usato dai monaci buddisti per tingere le loro vesti, lo zafferano è presente anche nell'*Iliade* di Omero che pone il croco (dal greco "krokos") tra i fiori del letto di nuvole di Zeus, il Re dell'Olimpo.

Il medico greco *Ippocrate* lodava le sue facoltà farmacologiche e lo raccomandava contro i reumatismi, la gotta e il mal di denti. Il suo collega *Galeno* lo prescriveva per tutti i mali. *Plinio il Vecchio* lo apprezzava contro tosse e mal di gola e, nel Rinascimento, era considerato alla stregua di una panacea, e usato per attenuare dolori da mestruazioni, lombalgie, dispepsia, spasmi bronchiali, asma, tosse, depressione e persino usato per l'irritazione delle gengive nella fase di dentizione dei bambini. I Romani lo usarono soprattutto in cucina, sono tutt'oggi famose le ricette di Apicio delle salse a base di croco per condire il pesce. Gli Arabi, che per primi attribuirono allo zafferano proprietà curative, in primis persino quella di indurre il buonumore, come un antidepressivo naturale, lo diffusero in Spagna e contribuirono a modificarne il nome da croco a zafferano.

Lo zafferano fu ritenuto importante per la salute di stomaco, milza, fegato, cuore e si pensò perfino che favorisse il parto, ritardasse la vecchiaia e aumentasse le capacità amatorie. Fu la regina delle spezie prima che si diffondessero altre piante a seguito della scoperta dell'America.

Oggi lo zafferano è presente tra le monografie delle piante medicinali pubblicate dall'organizzazione Mondiale della Sanità che ne riporta caratteristiche ma anche proprietà biologiche e descrive gli usi medicamentosi della spezia.

Lo zafferano italiano è un'eccellenza e **durante le *Giornate dello zafferano di Città della Pieve* sarà possibile scoprire tutte le proprietà e la storia di questa spezia così antica e pregiata.** La manifestazione offrirà infatti l'occasione di passeggiare per le coltivazioni di zafferano disseminate nella campagna pievese e seguire, in prima persona, tutte le fasi della lavorazione. Cuochi esperti sveleranno i segreti per l'utilizzo più corretto di questa spezia, mentre i ristoranti del borgo perugino ospiteranno lo zafferano come ingrediente d'onore per tutto il fine settimana. Saranno inoltre organizzati laboratori per la tintura di tessuti e filati, insieme a corsi intensivi di ricamo.