

## UN VIAGGIO ALLA SCOPERTA DELLO ZAFFERANO NEL LIBRO DELLA GIORNALISTA AQUILANA NEDA ACCILI

6 Febbraio 2021



L'AQUILA – Origine, curiosità, leggende, proprietà, ma anche usi culinari e rimedi salutistici. Il volume di oltre cento pagine *Lo zafferano. Origine, coltivazione, usi culinari* della giornalista aquilana **Neda Accili Salutari**, edito da Annuli Editori, è un viaggio alla scoperta di una delle spezie più pregiate del pianeta, il *Crocus sativus*, che spazia dall'Abruzzo a tutte le regioni della penisola italiana.

Aquilana, giornalista pubblicista specializzata in giornalismo medico scientifico di lungo corso, Neda è appassionata di ricerche della tradizione gastronomica italiana finalizzate a salvare la memoria di sapori e prodotti di eccellenza dei territori. Ha collaborato con il *Corriere della Sera* e molteplici riviste mediche, oltre a condurre diverse rubriche di medicina e benessere nei palinsesti delle emittenti televisive aquilane. Inoltre, nel 1992, ha partecipato su Radio 3 a due cicli di trasmissioni radiofoniche dal titolo "La salute della donna".

“L’idea di raccontare lo zafferano è nata in collaborazione con la casa editrice per la quale aveva già pubblicato il volume sulla storia e l’attualità del pettegolezzo – racconta l’autrice a *Virtù Quotidiane* -. Non si tratta di ricette, non solo, il libro traccia anche il lungo cammino del piccolo fiore lilla con i pistilli rossi, dagli albori della civiltà fino ai giorni nostri. Quante cose non sappiamo dello zafferano?”.

Non tutti sanno, infatti, della guerra dello zafferano avvenuta secoli fa, quando le navi in viaggio dall’Oriente verso i paesi del Mediterraneo subivano continui assalti dai pirati che si accaparravano il prezioso bottino rosso. Nel XIV secolo, invece, gli antichi zafferanieri lo consideravano non solo un potente calmante, come l’oppio, ma anche un efficace eccitante, come il vino.

Lo zafferano nella storia ha avuto diversi impieghi per approdare in cucina solo nell’ultimo secolo. All’inizio petali e pistilli venivano utilizzati per dipingere, oppure tingere, la seta destinata ai ceti più altolocati. In campo medico, inoltre, quando in Europa era arrivata la peste nera, lo zafferano era uno dei medicinali più ambiti grazie alle sue preziose proprietà. Tra le altre, il crocus aiuta a contrastare le malattie degenerative dell’occhio, è un analgesico naturale, ottimo per le frizioni gengivali e stimola pure l’appetito.

Nel libro della Accili si parla di questo e di tanto altro ancora, con una sezione dedicata all’Abruzzo, la regione dove si trova la maggiore estensione di coltivazioni, messa a punto con la collaborazione del Consorzio per la tutela dello zafferano dell’Aquila Dop.

“Ho scoperto – dice l’autrice – che in ogni regione d’Italia c’è una ricetta tipica a base di zafferano, dal famoso risotto alla milanese per opera di un abruzzese, alle lasagne con ragù di coniglio e zafferano dell’Umbria, la zuppa della Valtellina tinta di giallo, fino al capitolo dedicato alla cucina delle stelle con le ricette speciali degli chef aquilani **Nadia Moscardi** del ristorante Elodia e **Eugenio Masci** di Pane e Olio”.