

## FIORI EDULI, EFFETTO SCENICO O GUSTO? LA PAROLA DELL'ESPERTO PALAZZOLI

10 Ottobre 2019



CHIETI - "La cucina è sempre stata la mia passione". Non è la sola per **Lorenzo Palazzoli**,

chietino, medico chirurgo a Guardiagrele (Chieti), studioso di tutto ciò che riguarda la gastronomia. Sommelier del vino, assaggiatore esperto e sommelier di olio. Amante della fotografia, del giardinaggio. Appassionato di funghi, erbe officinali, erbe aromatiche. Ricercatore ed esperto di fiori eduli.

“Il passaggio dalle erbe aromatiche ai fiori eduli è abbastanza breve – spiega a *Virtù Quotidiane* – . Se poi ci abbiniamo l’interesse per la fotografia il quadro si completa. Quella per la cucina è sempre stata una passione, coltivata in ambito familiare. In particolare da tutti gli uomini. Un amore che è cresciuto nel tempo, andando per ristoranti, stando dietro i fornelli e frequentando corsi specifici. Sono una persona molto pignola e mi piace scavare, andare a fondo e scoprire cosa c’è dietro gli alimenti”.

È quello che ha fatto negli ultimi 26 anni, soprattutto nel campo dei fiori eduli.

“La ristorazione è cambiata molto e si è acuito l’effetto scenico ad essa connesso. In questo ambito si collocano i fiori eduli. Ricordo che la scintilla è scattata in particolare in un ristorante di Guardiagrele, “La Grotta dei Raselli”, che tanti anni fa, mi presentò un’insalata con i fiori. Era talmente bella la sua cromaticità che ho cominciato a pensare che ero stato più appagato nel guardarla che nel mangiarla o comunque le due cose si compendiano”.

Inizia così una ricerca tra fiori eduli, “commestibili al 100% – sottolinea – e fiori edibili, ossia nei quali solo una parte è buona da mangiare”. Da quell’elenco che doveva servire per se stesso, Palazzoli ne trae un vero studio che presenta in principio ad amici, abbinandolo ai suoi scenografici piatti, per poi tenere incontri pubblici rivolti a chef, curiosi, scuole di alta cucina, dall’Abruzzo alla Sicilia, dalla Val D’Aosta alla Toscana, all’Umbria, alla Liguria e fino al Friuli Venezia Giulia.

“Si tratta di una relazione *in progress* – dice -. Normalmente si parla di circa 55 varietà di fiori eduli. Io oggi sono arrivato a quasi 100 e appena tre anni fa ne avevo individuati 75. Sono partito da ricerche già condotte da università, studiosi, alle quali ho abbinato il confronto con cuochi, chef, l’analisi di usanze consolidate e tradizioni”.

Tutti i fiori eduli devono essere raccolti a mano in luoghi lontani da fonti di inquinamento e pesticidi. Non si tratta di fiori di vivaisti o fioristi, a meno che questi non vengano consumati almeno 30 giorni dopo la loro ripiantumazione in un orto, privati di pistillo e gambo.

“L’arte dei fiori eduli – aggiunge Palazzoli – va di pari passo con il *foraging*, ossia l’arte di ricercare nei posti puliti, come boschi, colline, montagne e lagune, erbe, radici e fiori eduli, appunto, in un ampio contesto di riscoperta della natura e di ciò che sa donarci in maniera

eccellente per allungare la nostra vita. I fiori conferiscono a piatti semplicissimi un valore aggiunto in termini di estetica, di gusto ma anche a livello nutrizionale. Per usarli è necessario assaggiarne tutte le varietà. Il colore di un fiore, ad esempio, ne cambia anche la citricità, la freschezza o l'aromaticità. I fiori, inoltre, sono potenti antiossidanti, in particolare tutti quelli che vanno dal giallo, all'arancione, al rosso, fucsia, blu, non hanno calorie, ma contengono le vitamine A, C ed E".

Belli da vedere, gustosi, seppure con accortezze, specie nei soggetti sensibili come asmatici, donne in gravidanza, bambini e persone allergiche, e interessanti da scoprire.

"Il 95% dei fiori sono eduli. Una ventina di specie sono assolutamente tossiche. Ogni fiore presenta comunque particolarità specifiche che fanno bene e - dice Palazzoli - c'è ancora tanto da approfondire. Oggi l'attenzione su di essi è in fortissima espansione. Nei ristoranti di livello c'è almeno un piatto costruito con i fiori eduli, così come sono sempre di più i progetti legati alla loro coltivazione".

## LE FOTO

























































