

Origano

Origanum vulgare fam. Lamiaceae

Origini e storia

Origanum deriva dall'unione di due parole greche: oros e ganos. Oros significa "monte", ganos "bellezza vistosa".

Noto fin dall'antichità, l'origano ha avuto buon impiego nella cucina romana. Il suo uso è continuato anche nei secoli successivi ma per lo più limitato alle regioni del Sud.

In medicina veniva utilizzato grazie al suo profumo penetrante come disinfettante di ambienti durante le epidemie e bruciato in ampi bracieri insieme a timo e menta.

La risalita dell'origano verso Nord è recente e, di fatto, coincide con la diffusione della pizza.

Produzione e territorio

È un'erba estremamente aromatica diffusa in tutta Europa ed in molte varietà, tuttavia solo nelle regioni meridionali riesce ad acquistare piena ricchezza di profumo e a farsi aroma perfetto.

La fioritura avviene da Giugno a Settembre. Si usa tutta la pianta ma soprattutto le sommità fiorite. Le pianticelle si raccolgono durante il periodo della fioritura e si fanno essiccare all'ombra, in un ambiente a calore normale. Si deve evitare il sole che disperderebbe l'efficacia dell'olio contenuto.

Le piante devono poi essere battute per separare i fiori. Per essere conservato l'Origano deve essere essiccato. L'essiccazione è un procedimento al quale viene sottoposta la pianta quando non è utilizzata allo stato fresco, in generale, si effettua disponendo la parte desiderata della pianta in strato sottile su telai a graticcio. L'essiccazione delle piante deve essere fatta in luoghi asciutti e ben ventilati, al riparo dalla luce solare diretta, tale procedimento può considerarsi terminato quando le parti della pianta si spezzano fra le mani.





In cucina

Viene utilizzato per aromatizzare pietanze cotte o crude, formaggi, insalate di pomodori, pizze, per preservare il brodo, per conservare ortaggi sott'olio e sott'aceto, nelle salse e nei liquori digestivi.



Effetti salutistici

L'origano ha proprietà aromatizzanti, digestive, antispasmodiche, espettoranti, leggermente stimolanti e antisettiche. Le sommità fiorite dell' origano stimolano la secrezione dei succhi gastrici, aiutano la digestione, attenuano le contrazioni intestinali dolorose, bloccano le fermentazioni intestinali ed eliminano i gas. Sull'apparato respiratorio l'olio essenziale esercita un'efficace azione sedativa della tosse, facilita l'eliminazione del catarro e ha una blanda azione purificante. I preparati di origano sono blandamente disinfettanti e stimolanti.