

L'AGLIO ORSINO

(a cura di Mariuccia Porto)

Soprattutto sui lati ombrosi e umidi dei boschi di latifoglie troverete in questa stagione l'aglio orsino (*Allium ursinum*) inconfondibile per il bel colore delle foglie verde chiaro e il loro pungente odore. Le foglie, che è bene raccogliere prima della fioritura, si potranno anche conservare congelate dopo averle lavate e ben asciugate.

FRITTATA con FOGLIE di AGLIO ORSINO

Ingredienti:

15 foglie di aglio orsino

4 uova

2 cucchiaini di formaggio grattugiato

sale e pepe

olio d'oliva

Sbattete le uova, aggiungete il formaggio, il sale ed il pepe ed infine l'aglio orsino che avrete in precedenza lavato ed asciugato e tagliato a listerelle sottili.

Scaldate l'olio, versate il composto e lasciatelo cuocere, rigirandolo quando si è ben rappreso da un lato. Servite la frittata calda o anche tiepida.

L'aglio ursino, come l'aglio comune, ha proprietà ipotensive, antisettiche, diuretiche e depurative.

SALSA ALLE MANDORLE

Ingredienti

20 g di foglie di aglio ursino

1 patata lessata

50 g di mandorle

3 cucchiaini di aceto

Olio q.b.

Sale

Tritate le mandorle. Mettetele poi in un frullatore con tutti gli altri ingredienti fino ad ottenere una crema omogenea; (l'olio serve per diluire e raggiungere nel contempo una buona consistenza)

La salsa potrete poi gustarla spalmata su tartine di pane oppure unitamente alle uova sode.

GRAPPA DELL'ORSO

Ingredienti

100 foglie fresche di aglio ursino

1 bottiglia di grappa buona

Mettete 100 foglie fresche di aglio ursino a macero in una buona bottiglia di grappa e lasciatele in infusione per tre settimane.

Filtrate e lasciate riposare ancora 1 mese prima di consumare