



BASILICO

COMUNE

Nome scientifico (LATINO):
OCIMUM BASILICUM

Nome in italiano: BASILICO

Nome in inglese: BASIL

Nome in francese: BASILIC

Nome dialettale: VONICOLA

Scheda realizzata da:

Biancifiori Marisa

Fabio Wu

Alessandro Franchi.

Il basilico (*Ocimum basilicum*) è una pianta erbacea annuale, appartenente alla famiglia delle Lamiaceae, normalmente coltivata come pianta aromatica.

Originario dell'India, il basilico è utilizzato tipicamente nella cucina italiana e nelle cucine asiatiche in Taiwan, Thailandia, Vietnam, Cambogia e Laos, per via del marcato profumo delle sue foglie, che a seconda della varietà può essere più o meno dolce o pungente.

Etimologia:

Il nome deriva dal latino medievale *basilicum*, con origine dal greco *basilikon* (*phyton*) ("pianta regale, maestosa"), da *basileus* "re".

L'etimologia è incerta: alcune interpretazioni ritengono sia così chiamato perché usato per produrre profumi per il re, o in riferimento all'utilizzo sacro delle antiche popolazioni Hindu, oppure, più semplicemente, per l'importanza "regale" conferita alla pianta.

L'origine del nome è stata spesso erroneamente confusa con quella del basilisco, la creatura mitologica greca descritta come un serpente dal veleno letale, col potere di uccidere con lo sguardo. Il basilico ne sarebbe stato l'antidoto.

Descrizione:

Il basilico è una pianta erbacea annuale alta fino a 60 cm, con foglie opposte, ovali, lanceolate, a volte bollose, di 2-5 centimetri di lunghezza. Il colore delle foglie varia dal verde pallido al verde intenso, oppure è viola o porpora in alcune varietà. I fusti eretti, ramificati, hanno una sezione quadrata come molte delle Lamiaceae, e hanno la tendenza a divenire legnosi e frondosi.

I piccoli fiori bilabiati, bianchi o rosei, hanno la corolla di 5 petali irregolari. Gli stami sono 4 e gialli. I fiori sono raggruppati in infiorescenze all'ascella delle foglie.

I semi sono fini, oblungi e neri.

Usi:

La pianta, fortemente aromatica, è utilizzata nelle cucine italiana e asiatiche. Viene inoltre impiegata tradizionalmente in alcune medicine popolari.

In cucina

Pesto alla genovese: il basilico fresco è schiacciato col pestello nel tradizionale mortaio.

Il basilico deve essere utilizzato fresco e aggiunto alle pietanze all'ultimo momento. La cottura ne attenua velocemente il sapore

fino a neutralizzarlo, lasciando poco del suo profumo. Quando essiccato, perde completamente il suo sapore lasciando un debole profumo di fieno. Lo si può pestare in un mortaio per rompere le cellule che contengono l'olio essenziale, liberandone l'aroma. In frigorifero si può conservare per qualche giorno, avvolto in un canovaccio da cucina. Le foglie congelate conservano, invece, il sapore per diversi mesi.

Il basilico è difficile da abbinare ad altre erbe aromatiche come il prezzemolo, il timo e il rosmarino.

Insieme a formaggio, pinoli, aglio e olio di oliva, è l'ingrediente base del pesto genovese, la salsa tipica della cucina ligure.

Si usa nelle insalate, con pomodori maturi, nelle salse di pomodoro, nelle zucchine, nelle insalate di riso, nelle zuppe e sulla pasta; può essere usato per insaporire frutti di mare, pesce (triglia), uova strapazzate, pollo, coniglio, anatra.

Nella cucina asiatica, specialmente a Taiwan, si usa frequentemente nelle zuppe. Le foglie intere accompagnano il pollo fritto o vengono usate per insaporire latte e creme.

Il suo olio essenziale è utilizzato per la preparazione di profumi e liquori; dalla distillazione della pianta fresca si ottiene un'essenza contenente eucaliptolo ed eugenolo.

Medicina popolare:

Come pianta medicinale, le foglie e le sommità fiorite vengono utilizzate per preparare infusi ad azione sedativa, antispastica delle vie digerenti, stomachica e diuretica, antimicrobica, antinfiammatoria. Il basilico è utilizzato anche contro l'indigestione e come vermifugo. Come collutorio è indicato contro le infiammazioni del cavo orale. L'olio è utilizzato per massaggiare le parti del corpo dolenti o colpite da reumatismi.

Coltivazione:

Il basilico cresce bene quando il sole è abbondante e predilige le temperature comprese tra i 20 °C e 25 °C, come nel clima mediterraneo. A più alte temperature necessita di una più alta umidità, e non resiste a temperature inferiori ai 10 °C. Gradisce annaffiature frequenti, ma con un suolo ben drenato, in quanto i ristagni d'acqua sono dannosi per le radici. Si coltiva negli orti o in vaso.

La propagazione per semina si effettua in primavera, verso marzo-aprile. In un clima temperato, la semina può essere fatta in serra o in vasi mantenuti ad una temperatura di circa 20 °C. Il trapianto in piena terra si può fare quando la temperatura esterna minima supera i 10 °C e non c'è pericolo di gelate notturne, quindi tra aprile e maggio a seconda del clima locale. Luglio e agosto sono i periodi migliori per la raccolta delle foglie.