

Finocchio Selvatico

Written by Administrator

Saturday, 15 January 2011 16:32 - Last Updated Monday, 28 February 2011 12:07

Pianta erbacea perenne originaria delle regioni mediterranee. In Italia è diffusa particolarmente lungo le zone costiere, dal piano ai 1.000 metri. In cucina i frutti (detti semi) si abbinano con la porchetta e tutte le carni grasse.

I giovani getti e le foglie fresche sono indicate per aromatizzare insalate, piatti di pesce, salse e aceti aromatici. Il finocchietto selvatico (raccolto a fine inverno, utilizzando solo la parte tenera e le foglie filiformi) si usa in Sicilia per la preparazione della pasta con le sarde.

Proprietà terapeutiche: depurative, tonico-aperitive, carminative, antispasmodiche.