



Peperoncino: PICCANTE E AFFASCINANTE

I coloratissimi peperoncini sono protagonisti in questo periodo, da usare per la decorazione di casa e giardino, per regali simpatici e allegri e per l'uso in cucina: il piccante che fa bene!

A CURA DI VIRIDEA



Da sempre presenti nelle tradizioni gastronomiche italiane e nella cultura popolare, oggi i peperoncini sono particolarmente di moda: la riscoperta delle loro virtù utili, oltre che della loro straordinaria bellezza e allegria, ha consen-

tito di avere a disposizione, soprattutto da fine agosto a Natale, una ricca scelta di piante di peperoncino di ogni tipo, colore, piccantezza e forma dei frutti. Non ti resta che usarli in mille modi diversi...

PAROLE PICCANTI

I peperoncini, originari dell'America centrale e meridionale, sono da secoli utilizzati anche per il loro significato. Oltre a quello che già conosci, ossia "amore passionale", i peperoncini sono anche simbolo di energia e vigore non solo sessuale ma anche mentale: puoi utilizzarli per augurare successo in occasione di una prova difficile (un esame, un colloquio di lavoro, uno spettacolo...). La tradizione li indica come ottimi portafortuna e scacciaguai. E se ti piace usare le "parole" del peperoncino, regala una pianta a chi ami: sta dicendo "devi essermi fedele, come io lo sono a te", anche nei rapporti di amicizia. Donare una bella pianta di peperoncini a un'amica che ha bisogno di conforto è un modo per dire "conta su di me", dichiarando fedeltà e solidarietà al femminile: già nelle culture Maya erano simbolo della forza segreta delle donne.

DECORAZIONI ALLEGRE

I peperoncini sono ideali per combattere la malinconia di fine estate. Il loro colore brillante, che comunica sprint energico e vitale, trova posto nell'abbellimento di casa e giardino. Le piante sono perfette sia da sole che in gruppi, anche con altre fioriture stagionali (per esempio i magnifici cavoli ornamentali) da collocare in ciotole e cassette al sole o mezz'ombra (ma ricordati di innaffiare con regolarità, altrimenti perdono rapidamente le foglie). I peperoncini freschi o secchi si prestano a decorazioni fantasiose, per arricchire la tavola, come segnaposto, come mazzetto portafortuna (insieme a rosmarino e salvia, segno di auguri per la salute). Peperoncini e zucche sono ottimi e semplici ingredienti per festeggiare l'arrivo dell'autunno senza rimpianti per l'estate!

LE VIRTÙ DEI PEPERONCINI

Il piccante che fa bene: ecco in sintesi il potere del peperoncino in cucina, che attiva la digestione, è un antinfiammatorio e sembra accertato il suo potere antidepressivo. Favorisce la circolazione sanguigna; è ricco

di vitamine se consumato fresco, ma questa virtù si perde con l'essiccazione, mentre rimane il sapore piccante. Con un consumo moderato ma regolare puoi prevenire molte malattie tipiche della terza e quarta età: il peperoncino ti aiuterà a invecchiare in salute e a conservare energia e buon umore.

I CONSIGLI DEGLI ESPERTI VIRIDEA

- I peperoncini sono disponibili in questo periodo in molte varietà diverse. Quelle ornamentali hanno frutti molto decorativi, ma non commestibili. Se vuoi peperoncini da usare in cucina, orientati sulle varietà per uso commestibile; in caso di dubbio, meglio consultare il personale del punto vendita. La differenza fra le due tipologie è data dal metodo di coltivazione e dal tipo di varietà (alcune tipologie ornamentali hanno frutti belli, ma troppo amari o coriacei, o comunque non gradevoli).
- Trasferisci subito i peperoncini in vasi più larghi e profondi, dove cresceranno e produrranno nuovi frutti fino alle gelate, se sono al sole e in un angolo protetto dal vento. Oppure impietali in composizioni miste con altre piante autunnali, per un effetto spettacolare.



Per scoprire Viridea,
un mondo di idee dedicate
alla natura: viridea.it