

## Digerire.....il digestivo

Dopo aver soddisfatto il palato e lo stomaco con abbondanti e saporite pietanze, capita spesso di rammentare la “discutibile abitudine del digestivo” e sorseggiare un bicchierino di acquavite.

Questo prodotto, che in Sardegna viene denominato Fil'e Ferru o Filu Ferru o Abbardente o Acquardenti o Acquavite o Grappa o Di.Vino o Di.Vina o ....., è comunemente ottenuto dalla distillazione di vino (bianco o rosso), vinacce e fecce (residui della lavorazione del vino) anche in miscela e spesso aromatizzato con buccia di arancia essiccata, semi d'anice, pepe nero in grani ed altri aromi più o meno dannosi.

Ma i danni non finiscono qui, se la tecnica di distillazione e le materie prime utilizzate sono scadenti : il maggior pericolo è l'alcol metilico (metanolo) che produce una irreversibile e progressiva distruzione del fegato, oltre agli effetti immediati caratteristici dell'abuso di alcol.

Dunque attenzione e, se proprio si vuole bere questo *digestivo* fatto in casa, può essere utile osservare alcune regole che, empiricamente, offrono una “goccia” di maggiore tranquillità:

- Evitate, se possibile, distillati aromatizzati che spesso nascondono gravi difetti di produzione e sofisticazioni di ogni tipo;
- Versate pochissimo prodotto nel bicchierino, solo per bagnare diffusamente la superficie interna
- Annusate subito con forza, a lungo, più volte : la fragranza deve essere pulita, priva di odori estranei che ricordano lo zolfo, il fuoco, il pepe, il legno, il solvente per unghie, l'aceto, i mobili antichi. Se chiudete gli occhi, il cervello cerca un solo frutto d'origine e lo trova : l'uva, la vendemmia del paese, il mosto, il vino sano.
- La mucosa nasale non deve irritarsi, i vapori alcolici non devono “pungere”.
- Pulite energicamente con un panno asciutto il palmo di una mano e bagnatelo con una goccia di distillato. Con un dito strofinate il palmo fino alla totale asciugatura : la pelle deve apparire tersa, asciutta, quasi ruvida, sempre rosea, assolutamente priva di sostanze oleose.
- Se annusate il palmo semichiuso della mano, dovete provare le medesime sensazioni già dette.
- Bevete pochissimo liquido, fermatelo sulla lingua e quindi deglutite. Il sapore è grato, deciso, etereo ed il retrogusto, che ricorda vagamente il cioccolato amaro, persiste e concede un duplice senso di benessere per interazione tra olfatto e gusto.
- Se a tal punto siete convinti, concedetevi pure il vostro digestivo ma con moderazione ed evitando, categoricamente, l'assunzione di birra e liquori dolci nelle ore successive.

Prosit

Cari saluti

Fabio Chillemi