



## Usi medicinali

Le foglie e i frutti del mirto sono particolarmente utilizzati per l'estrazione di **olio essenziale**. Le rese più elevate sono possibili nell'epoca della **fioritura**, che costituisce il tempo balsamico della specie.

L'olio essenziale svolge **attività antisettica e balsamica** ed è indicato contro le affezioni alle vie respiratorie e viene usato, oltre che in farmacia, come componente aromatico dei **profumi**. Il mirtolo è presente nelle formulazioni di

### **sciropi per la tosse.**

Esistono studi delle proprietà analgesiche (Twajj et al., 1989), anti-iperglicemizzanti (Elfellah et al., 1984), antimicotiche (Salih e Nadir, 1984) e antibatteriche degli estratti di diverse parti della pianta (Degtyareva et al., 1972; Kashman et al., 1974; Nadir e Salih, 1985; Davidyuk et al., 1989), nonché dei semi di mirto (Gonzalés et al., 1981).

Le proprietà medicinali del mirto erano conosciute dai Romani che lo usavano per combattere: leucorrea, ulcere, dermatosi, emorroidi, affezioni alle vie urinarie e delle vie respiratorie.

La medicina popolare, inoltre, attribuisce al mirto proprietà curative nelle cistiti, nei disturbi genitourinari e ricorda l'uso come sedativo nervoso e stomachico.

I frutti svolgono azione carminativa, astringente, aromatica, tonica.

**Infusi di foglie** sono usati esternamente per detergere la pelle e le mucose esterne, nonché come rinforzante del cuoio capelluto.

## Usi industriali

Il **furfurolo**, composto estraibile dalle foglie e dal legno, è usato nella produzione di materie plastiche termoindurenti, di solventi di nitro ed acetilcellulosa, di composti vinilici, lacche e vernici, anticrittogamici e insetticidi. Va ricordato, anche se limitato, l'**uso domestico** che in passato si faceva del mirto per la preparazione d'**inchiostro** e per tingere di nero i tessuti. Il **legno di mirto** è di colore grigio-rossastro, duro, pesante, omogeneo, di grana fine e idoneo per lavori di tornio ed intarsio. **In Sardegna**, durante la seconda guerra mondiale, le foglie del mirto furono impiegate nella **concia delle pelli**. La difficoltà dei traffici e la conseguente mancanza di tannino, infatti, portarono alla scoperta di buoni livelli della sostanza nelle foglie del mirto e il loro conseguente utilizzo.

## Usi ambientali e ornamentali

Il mirto, come altre essenze della macchia mediterranea, può essere validamente utilizzato come **integrazione alimentare per animali al pascolo**.

Nel periodo invernale, tali essenze, possono assicurare la sopravvivenza delle greggi e dei bovini in particolari annate. In particolare il mirto risulta avere un **buon valore nutritivo** sia delle foglie che dei frutti.

Già i **Romani** utilizzavano il mirto **per abbellire parchi e giardini**. Le particolari caratteristiche del mirto, quali l'**abbondante fioritura estiva**, il **portamento assurgente** e la **colorazione verde intenso delle foglie**, rendono tale specie particolarmente adatta all'uso ornamentale.

## RICETTA DEL LIQUORE DI BACCHE DI MIRTO

- (Dosi per lt. 3,9 di liquore a 30° (“Fiore”))

- (Dosi per lt. 4,6 di liquore a 30° (“Mix”))

di Fabio Chillemi

### INGREDIENTI :

- ♦ Alcol a 95° lt. 1,8 (meglio se prodotto in Sardegna)
- ♦ Acqua lt. 2,1 (minerale naturale, povera di sodio)
- ♦ Bacche Kg. 2,2 (fresche, molto mature, prive di muffe)
- ♦ Zucchero Kg. 1,3 (semolato di uso comune)

### MATERIALI :

- ♦ Vaso o bottiglione in vetro da lt. 5,0 ermetico
- ♦ Scolapasta in acciaio o ferro smaltato
- ♦ Pezzo di lenzuolo in cotone o lino
- ♦ Torchietto o premipatate o passapomodoro
- ♦ N° 2 Pentole da lt.3,0 in metallo
- ♦ Barattolo in vetro da lt. 2,0 ermetico
- ♦ Bilancia da cucina

**ATTENZIONE : Non usare bacinelle, mestoli, imbuti, attrezzi e contenitori IN PLASTICA**

- 1) Lavate le **bacche (Kg. 2,2)** e riponetele in uno scolapasta per 10 minuti;
- 2) In un recipiente in vetro da lt. 5,0 (bottiglione o vaso), introducete le bacche lavate;
- 3) Versate nel recipiente **lt. 1,5 di alcol** puro a 95° e **lt. 0,5 di Acqua minerale naturale**;
- 4) **Tappate** bene il vaso (o bottiglione), **agitate** delicatamente capovolgendo più volte il contenitore e **lasciate al buio per 33 giorni** a temperatura ambiente. (mai al freddo), agitando ogni 3-4 giorni. (Non aprire il tappo).
- 5) Trascorso il periodo, **versate l'intero contenuto del vaso in uno scolapasta** poggiato su una pentola e **premete dolcemente** sulla superficie delle bacche **senza pressare** e lasciando scolare tutto il liquido;
- 6) Si otterrà circa **lt. 1,8 di infuso (“fiore”)** a 50°, profumatissimo, di colore viola che dovrà essere introdotto, **mediante imbuto coperto dal telo di cotone o lino**, nel bottiglione (o nel vaso) da lt. 5 precedentemente lavato e scolato. Tappate bene il bottiglione;  
*(Nota: se non avete imbuti in vetro o in acciaio, si potrà usare una comune bottiglia in PET per acqua minerale tagliandone la metà inferiore);*
- 7) Svotate lo scolapasta dalle bacche versandole nella pentola, **aggiungete lt. 0,5 di acqua minerale naturale** (due bicchieri per acqua pieni all'orlo) e scuotete energicamente con un mestolo fino a totale assorbimento;
- 8) Versate quindi, poco per volta, le bacche e gli eventuali liquidi nel torchietto (o nel premipatate o nel passapomodoro) e spremete, con forza, tutto il liquido in un'altra pentola.
- 9) Si otterrà circa **lt. 1,0 di infuso (“torchiato”)** a 47°, anch'esso molto profumato, di colore viola scuro che dovrà essere introdotto, **mediante imbuto coperto dallo stesso telo di cotone o lino**, in un barattolo in vetro dotato di tappo (tipo marmellata, miele, ecc);

**Riepilogando abbiamo ottenuto nel bottiglione grande lt. 1,8 di infuso “fiore” e, in un barattolo, lt. 1,0 circa di infuso “torchiato”.**

**In tali condizioni gli infusi durano a lungo (sigillati, al buio e in ambiente fresco) : per tale motivo, se si raccoglie molta bacca, non conviene produrre grandi quantità di liquore, ma è preferibile conservare gli infusi e utilizzarli, all'occorrenza, per preparare la bevanda nel corso dell'anno.**

*(Nota : se le quantità ottenute fossero diverse (in dipendenza della maturazione della bacca e dell'acqua in essa contenuta o della pressione esercitata nella premitura), non si avranno differenze sostanziali né di sapore, né di grado alcolico).*

.....e adesso prepariamo il LIQUORE, ricordando che tutti i liquori ottenuti da bacche, cortecce, frutti e buccia di frutti.....TEMONO LA LUCE.

**LIQUORE DI MIRTO “Fiore” :** (Profumo intenso, delicatissimo, sublime)

- 1) In una pentola mettete **lt.1,1 di acqua minerale naturale** e **Kg.1,1 di zucchero** : sciogliete a fuoco bassissimo con un mestolo di legno fino a totale scomparsa dei cristalli di zucchero sul fondo della pentola;
- 2) Attendere fino a completo raffreddamento dello sciroppo e quindi **aggiungete**, mescolando, **lt. 0,3 di alcol puro a 95°** (pari a **grammi 240** o, se non avete la bilancia, a 1 bicchiere per acqua pieno all’orlo + 4 cucchiaini da tavola)
- 3) Versare questo composto nel bottiglione contenente **lt.1,8 di infuso fiore**;
- 4) Tappare perfettamente il bottiglione ed agitare energicamente **1 volta al giorno per 3 giorni**;
- 5) Lasciare riposare il liquore, al buio ed al fresco, **per 7 giorni** senza agitarlo;
- 6) Trascorsi i 7 giorni, capovolgete e fate ruotare ripetutamente il bottiglione per amalgamare il liquore e quindi riempiate le bottiglie.
- 7) **VA SERVITO MOLTO FREDDO** (di frigorifero o di freezer), **ma non congelato**.

**LIQUORE DI MIRTO “Mix” :** (Profumo intenso, corposo e deciso, tannico)

- 1) In una pentola mettete **lt.1,0 di acqua minerale naturale** e **Kg.1,3 di zucchero** : sciogliete a fuoco bassissimo con un mestolo di legno fino a totale scomparsa dei cristalli di zucchero sul fondo della pentola. Attendere fino a completo raffreddamento;
- 2) Versare questo composto nel bottiglione contenente **lt. 1,8 di infuso fiore** ed aggiungete **lt. 1,0 di infuso torchiato** conservato nel barattolo;
- 3) Tappare perfettamente il bottiglione ed agitare energicamente **1 volta al giorno per 3 giorni**.
- 4) Lasciare riposare il liquore, al buio ed al fresco, **per 7 giorni** senza agitarlo.
- 5) Trascorsi i 7 giorni, capovolgete e fate ruotare ripetutamente il bottiglione per amalgamare il liquore e quindi riempiate le bottiglie.
- 6) **VA SERVITO MOLTO FREDDO** (di frigorifero o di freezer), **ma non congelato**.



**Se si serve nel seguente modo, si può chiedere .....il voto.....per la Camera dei Deputati!!!!!!!:**

*“Quando preparate il liquore lavate qualche fogliolina di mirto e privatela del gambetto. Lasciatele asciugare e poggiatene due, leggermente divergenti, sulla parete interna di un bicchierino da liquore (lasciandone sbordare solo l’apice), nel quale metterete una sola bacca di mirto. Coprite la bacca con un cucchiaino di acqua minerale naturale e mettete il bicchiere nel freezer.  
Al momento di servire togliete il bicchierino dal freezer e versatevi il liquore conservato nel frigorifero o a temperatura ambiente”.*

**SALUTE E SALUTI**

*Fabio Chillemi*

Questa ricetta non potrà essere divulgata senza il consenso dell’autore (Fabio Chillemi), il quale resta a disposizione per eventuali chiarimenti e consulenze **GRATUITE E DISINTERESSATE** solo per gli amici ed i loro amici.