

IVG

Le erbe selvatiche, il gusto della Liguria secondo gli insegnamenti di Libereseo

di **Elisa e Stefano Pezzini**

23 Giugno 2017 - 9:43



LIGURIA DEL GUSTO

SAPORI, RICETTE E PERSONAGGI

IVG.it

**RUBRICA A CURA DI
ELISA E STEFANO PEZZINI**

“Liguria del gusto e quant’altro” è il titolo di questa rubrica curata da noi, Elisa (alla scrittura) e Stefano (alle ricerche), per raccontare i gusti, i sapori, le ricette e i protagonisti della storia enogastronomica della Liguria. Una rubrica come ce ne sono tante, si potrà obiettare. Vero, ma diversa perché cercheremo di proporre non solo personaggi, locali e ricette di moda ma anche le particolarità, le curiosità, quello che, insomma, nutre non solo il corpo ma anche la mente con frammenti di passato, di cultura materiale, di sapori che si tramandano da generazioni. Pillole di gusto per palati ligustici.



Ricordare Liberese Guglielmi, botanico eccelso, considerato “Il giardiniere di Calvino”, anche se è stato molto di più. Sabato 24 giugno ad Alassio, in regione Rangè 62 e 101, il CCP Centro Culturale Paraxo, propone una giornata dal titolo “La forza della natura, omaggio a Liberese Guglielmi”, un pomeriggio dedicato ad una passeggiata per riconoscere le erbe spontanee, con curiosità, ricette e degustazione. Si comincia alle 17,30 con una passeggiata fra le erbe spontanee di un giardino recuperato, adibito ad aula di scuola per chi vuole riscoprire quello che la natura ligure ci regalano. Alle 18.30 presentazione del libro di Liberese Guglielmi “Ricette per ogni stagione” a cura di Claudio Porchia, un libro dove Liberese ha raccontato come utilizzare al meglio le erbe spontanee. Alle 19.30, infine, ben-essere a tavola, con degustazioni delle erbe spontanee. Info e prenotazioni: www.araalassio.it Alessandra 347 5499044.

Queste le note del libro di Liberese: “Esiste un legame tra ciò che mangiamo e il nostro stato di salute? Per Liberese non c’erano dubbi: una corretta alimentazione permette non solo di mantenersi in salute, ma anche di prevenire e curare alcune malattie. Il quasi novantenne giardiniere di Calvino, vegetariano da tre generazioni, con la sua dieta ricca di fiori ed erbe spontanee, è stato la testimonianza vivente che per migliorare la qualità della vita è importante saper scegliere cosa mangiare. Dopo aver spiegato in molte pubblicazioni la sua scelta vegetariana, biologica e a km zero, in questo libro, Liberese insegna che ogni nostra scelta a tavola deve rispettare sempre la stagionalità dei prodotti, consumando frutta e verdura raccolte quando sono più nutrienti e ricche di vitamine e antiossidanti. Le ricette non sono soltanto accompagnate dai suoi simpatici ed originali disegni, ma contengono anche annotazioni che richiamano storie, curiosità e, soprattutto, le proprietà medicinali delle erbe che mangiamo. Perché la cura del nostro corpo comincia a tavola”.

LA VITA DI LIBERESO

Libereso Guglielmi, botanico di fama internazionale, giardiniere, naturalista, scrittore, disegnatore e autore di numerosi articoli e saggi dedicati alla natura e alle piante. Nato a Bordighera nel 1925, a quindici anni, grazie ad una borsa di studio, è stato chiamato dal professor Mario Calvino a lavorare presso la stazione sperimentale di Floricoltura di Sanremo, dove ha conosciuto Italo, di cui è diventato amico e con cui ha vissuto insieme per dieci anni. Dopo aver diretto una grande azienda floricola del Sud Italia, si è trasferito in Inghilterra dove è diventato capo giardiniere del giardino botanico Myddleton House e ricercatore dell'Università di Londra. Ha rimesso a nuovo il Parco di Villa Gernetto a Lesmo. Ha viaggiato e visitato molti paesi europei, dell'Asia e dell'Indonesia. Ha curato diverse pubblicazioni e scritto sulle più importanti riviste italiane e straniere dedicate ai fiori e al giardinaggio. Da pensionato ha continuato a viaggiare e tenere conferenze spiegando il valore delle erbe, trasmettendo il suo amore per le piante e riscuotendo sempre un grande successo con i suoi formidabili racconti e con le sue ricette vegetariane basate sull'utilizzo di fiori e delle erbe spontanee. Una curiosità: Italo Calvino si ispirò a lui per il personaggio del Barone Rampante, il nobile che salì da ragazzo su un albero e non volle più scendere, vivendo e spostandosi in quella foresta che, un tempo, doveva essere la Liguria di Ponente.

Liguria del Gusto è la rubrica gastronomica di IVG, con uscite al lunedì e al venerdì: [clicca qui per leggere tutti gli articoli](#)