

[< TORNA AGLI ARTICOLI](#)

OTTOBRE 13, 2016

# PIANTE AROMATICHE E MEDICINALI: TECNICHE DI ESSICCAZIONE

Alimentazione

Erbe Selvatiche

Essiccazione

Fai Da Te

Piante Officinali

Raccolta Spontanea

Tradizione Erboristica



Vi attira l'idea di preparare la vostra selezione personale di erbe culinarie, tisane e piante medicinali? Allora, non perdetevi la prima parte di questo percorso dedicato alla conservazione di piante selvatiche: [la raccolta](#).

Se siete pronti per la seconda fase e desiderate scoprire i nostri consigli per essiccare le erbe, benvenuti! Tratteremo nel dettaglio **3 tecniche** per eseguire al meglio questo metodo di conservazione delle piante commestibili, e poter approfittare delle loro proprietà anche fuori stagione.

Prima di passare alla descrizione delle distinte tecniche, **ripassiamo alcuni dettagli comuni** a questa fase di conservazione delle piante:

- Una volta raccolte le piante, seguendo le indicazioni per una raccolta sostenibile e sicura, **preparatele per essiccazione il prima possibile**. Foglie, radici, frutti e fiori potrebbero marcire o alterarsi facilmente se lasciati per troppo tempo in buste chiuse o ammassati.
- Prima di disporli per essiccazione, scuotete rami e foglie e controllate bene ogni parte del materiale raccolto per assicurarvi che non ci siano residui di terra o parassiti. La pianta deve avere un **aspetto sano e pulito**.
- È **sconsigliato lavare il materiale vegetale** raccolto poiché potrebbe alterare il processo di conservazione e favorire l'insorgere di muffe.
- Se avete dei dubbi sulla provenienza e salute della pianta, il consiglio è di **evitare la conservazione**.

Queste regole valgono sempre, sia che utilizziate la pianta per la preparazione di oleoliti, sia che la adoperiate per l'elaborazione dei vostri piatti.

Passiamo adesso alle 3 tecniche di essiccazione. Sono tutte valide e, se eseguite correttamente, garantiscono ottimi risultati.



### ESSICCARE NATURALMENTE 1

Questa è la tecnica più tradizionale, adatta per essiccare piante con rami e foglie, tipo rosmarino, timo, basilico, etc. Consiste nel realizzare dei mazzetti piccoli da legare con dello spago da cucina alla base, stando attenti a non stringere troppo per non danneggiare i rami e per permettere all'aria di circolare e asciugare uniformemente la pianta. I mazzetti si appendono con le foglie rivolte verso il basso, in un ambiente secco e arieggiato dove non arrivi la luce diretta del sole. Con questa tecnica, i tempi di essiccazione variano dai 7 ai 20 giorni in base al tipo di pianta.

### ESSICCARE NATURALMENTE 2

Un'altra opzione consiste nel disporre il materiale raccolto su dei canovacci da cucina puliti o in apposite ceste in vimini o materiali simili. Nel secondo caso, è importante che la cesta (o contenitore) sia abbastanza ampio da permettere il passaggio dell'aria. Si consiglia di cambiare la posizione dei rami, radici, foglie o fiori ogni 2-3 giorni, in modo che essiccamento sia più uniforme. I tempi, anche in questo caso vanno dai 7 ai 20 giorni.

### ESSICCARE CON L'USO DEL FORNO

Se non avete molto spazio a disposizione e preferite tecniche più veloci, l'uso del forno potrebbe essere la tecnica più adatta voi. Le piante si distribuiscono sulla teglia rivestita con della carta da forno e si procede all'essiccazione ad una temperatura di 40-50 gradi. Durante questo procedimento si consiglia di mantenere lo sportello del forno leggermente aperto, in modo che la temperatura sia sempre sotto controllo. I tempi variano a seconda del tipo di pianta, perciò è bene controllare spesso e ritirare la teglia quando si nota che le foglie iniziano ad assumere un colore grigio-verde.



A questo punto, iniziate a organizzare la dispensa per far spazio alle vostre erbe aromatiche e medicinali! Presto un nuovo articolo con tutti i dettagli per conservare al meglio le erbe essiccate e, perché no, preparare dei barattoli da regalare ai vostri amici 😊

**ANNALISA PORRU**

Articoli che potrebbero interessarti:

[Piante aromatiche e medicinali: la raccolta](#)

[Piante aromatiche e medicinali: la conservazione](#)

[Le 10 piante da tenere sempre in casa](#)

[Sale aromatizzato: idea regalo fai da te](#)

[Sacchetti profumati con erbe essiccate e oli essenziali](#)