**ORIGANO** (origanum volgare L.)

L’origano appartiene alla famiglia delle Laminacee

Il suo nome deriva dal greco “oros” che significa “montagna” e “ganos” che significa “gioia”, perché la sua presenza ravviva le pendici delle montagne.

È una pianta originaria dell’Europa, dell’Asia centro-meridionale, dell’Africa del Nord.

L’origano è una pianta rustica, che ama le posizioni soleggiate e i terreni ben drenati, non ha bisogno di particolari tecniche di coltivazione. Coltivato in zone ombreggiate la quantità di oli essenziali diminuisce sensibilmente. Il metodo più rapido di propagazione è la divisione dei cespi in primavera.

E’ una pianta erbacea, aromatica, perenne, sempreverde, con rizoma strisciante orizzontalmente, dal quale crescono fusti rossastri, alcuni portano solo foglie, altri sostengono un’infiorescenza apicale. Le foglie, opposte, ovali- allungate, hanno margine intero o leggermente dentellato; sono ricche di un intenso e gradevole aroma di pepe.

I fiori, con calice di colore rossastro e corolla bianco- rosata, sono riuniti a piccoli mazzetti formanti spighe.

**Proprietà**

L’origano fresco è fonte di minerali (potassio, calcio, ferro), vitamine (B6, A, C, E); folati e niacina. Anche quello secco contiene micronutrienti e fitocomposti, è ricco di calcio e di quercetina, molecola che sembra protegga il cuore e attenui l’espressione dei geni che determinano l’invecchiamento cellulare.

L'origano ha proprietà antispasmodiche, espettoranti, digestive, antifermentative e combatte i disturbi gastro-intestinali. L’olio essenziale di origano è un potente antisettico, indicato per qualsiasi tipo di infezione delle vie aeree superiori e del cavo orale. L’olio essenziale di origano è anche un rimedio contro i dolori spasmodici.

**Curiosità**

Si narra che presso il re di Cipro, viveva un giovane sensibile e gentile, il cui nome era Amaraco (in spagnolo l’origano ha questo termine).  
Un giorno fu incaricato di portare presso la mensa del re, che intendeva meravigliare i suoi commensali, una preziosa ampolla contenente un unguento di fragrante profumo. Quando Amaraco entrò nella stanza, inciampò malamente e l’ampolla gli cadde di mano andando in mille pezzi. Tanta fu la sua disperazione che morì di crepacuore.  
Gli dei, commossi da tanta contrizione, lo trasformarono nella pianta d’origano, attribuendogli la straordinaria fragranza dell’unguento che aveva in qualche modo provocato la sua morte.