

Ortica

Nel libro **'Ortica'** (2020) della collana PiNO - Piccoli Naturalisti Osservatori della casa editrice Topipittori - Marina Girardi conduce il lettore attraverso la parte più naturale e selvatica del bosco. Lo fa con poesia perché Ortica non è la pianta pruriginosa che conosciamo, ma il nome di una bambina. *A nord della città c'è la valle, a nord della valle comincia il bosco, a nord del bosco sale Montevento. Lassù, proprio dove inizia il sentiero, si trova la piccola Casa del Pero e lì fuori abita Ortica.*

Ortica è una piccola guida che insegna al lettore di ogni età come mettersi in ascolto della *natura selvatica che da fuori entra in noi e poi esce di nuovo, come respiro*, anche attraverso lezioni di ginnastica fisico-sensoriale. *Prenderemo ispirazione dallo yoga [...] per conoscere meglio la natura di cui siamo fatti e vivere in armonia con ciò che ci circonda. [...] Indomabile, esuberante, prorompente: ognuno di noi fa parte della natura selvatica.*

La bambina incontra nel bosco gli animali e le piante che vi abitano: il *picchio*, il *rigolo* e il *sorbo*, la *cinciallegra* sul *biancospino* e la *rosa canina*, la *fusaggine* o berretta del prete per la sua forma (pianta velenosa!). Piante che attraggono i volatili. Gli uccelli mangiano i loro frutti con i semi, e li disperdono altrove volando via. I semi sono altre meraviglie della natura, a partire dalla forma, ognuna diversa. Nel piccolo saggio osserviamo diversi tipi di semi: dell'*olmo*, del *pioppo*, del *faggio*. Alcuni sono nutrimento degli animali del bosco, altri si aggrappano a loro in vari modi: come a esempio i semi di *bardana* che, coperti da piccoli uncini, si avvinghiano al pelo degli animali. Oppure hanno solo un uncino lungo come la *garofanàia*, e altri ancora sono esplosivi come il *cocomero asinino*. Ortica passeggia nella natura selvatica attraverso le stagioni: dai colori caldi dell'autunno a quelli freddi dei rigori invernali. *Con i primi freddi, il cibo inizia a scarseggiare e molte specie di uccelli partono per un lungo viaggio verso le zone più calde [...] la migrazione degli uccelli è il movimento di massa di creature viventi più straordinario del mondo.*

Sulla neve candida Ortica individua dei segni. Sono le orme degli animali e degli uccelli che non migrano. E con lei facciamo degli esercizi ginnici per comprendere meglio certe posizioni che assumono gli animali in letargo. E poi ci spiega come distinguere gli uccelli: dalle loro piume!

Dopo il grande silenzio, arrivano il vento e la pioggia a spazzare via la fredda stagione, a risvegliare il bosco.

I colori cambiano, diventano più chiari e solari, luminosi, escono gli animali dal letargo e spuntano dalla terra i primi fili d'erba e i primi boccioli sugli alberi. Arriva la stagione dell'impollinazione. *Api, farfalle e altri insetti trasportano il polline da una pianta all'altra. È la stagione per raccogliere i fiori, per preparare tisane curative e multicolori. La polmonaria*

cura la bronchite, il tarassaco depura l'organismo, la borragine cura fegato e polmoni, ma è buonissima nell'insalata. E poi, i semi del papavero, la salvia officinalis e tante farfalle rallegrano il bosco. Ortica cammina, cammina. Arriva la stagione calda ma, se si sale in alto il clima è più mite, più fresco per gli animali. Nel bosco estivo maturano golosità colorate: le fragoline, le more, i mirtilli. Poi sbocciano fiori curativi come la camomilla, quelli dell'iperico e, udite udite, l'ortica, che si chiama come la nostra amica del bosco. Ma, attenzione: nel bosco non possiamo cogliere proprio tutto! (a pagina 27 scopriamo cosa). D'estate possiamo stare all'aria aperta, anche di notte. Cosa c'è di più



bello che godere lo spettacolo del cielo stellato e dormire sotto il firmamento insieme agli animali del bosco? Ci possiamo rinfrescare dalla calura nei ruscelli, come fanno gli animaletti: la *salamandra pezzata*, la *libellula blu* e incontriamo i *girini* (i piccoli degli anfibi) e tanti altri animali che cercano un po' di refrigerio. Un ritmo continuo, quello delle stagioni, che cambia i toni in relazione all'ambiente e al clima del nostro pianeta che... *sta cambiando e, a causa dell'inquinamento.[...] stravolgendo...*

Cerchiamo di ascoltare la musica della terra! Età di lettura: da 7 anni

Il libro si trova tra quelli divulgativi della sala **Tweenager** alla collocazione **R,550.GIR.I**

L'ortica è un'erba selvatica che non attrae, ma noi intrepidi 'Cucinanti in erba' l'abbiamo raccolta. Armati di doppi guanti, dopo aver selezionato le foglie più belle, le abbiamo messe in ammollo. Allacciamo il grembiule e prepariamo una **focaccia all'ortica colorata** in onore della piccola naturalista. Ingredienti: farina, un uovo, un mazzetto di ortica, sale, olio di oliva e un po' di lievito istantaneo per pizze e focacce.

Il *Sous Chef* deve scottare in acqua bollente salata le foglie dell'ortica. In una ciotola mettiamo una tazza grande di farina, un tuorlo d'uovo, un po' di olio di oliva, del lievito istantaneo per torte salate e le foglie scottate. Impastiamo bene fino a formare un panetto compatto. Nel frattempo, accendiamo (il *Sous Chef*) il forno a 180 gradi. Stendiamo la base della focaccia con le mani sulla teglia, antiaderente o ricoperta di carta forno, decoriamo con i 'frutti della terra': pomodori colorati, rametti di rosmarino con i fiori e delle margherite gialle. Potete usare tutto ciò che è commestibile per decorare. Spolveriamo sopra un po' di sale grosso e passiamo un filo d'olio. Inforniamo per circa 20 minuti. Alla pasta abbiamo dato una forma rotonda come la terra e il colore verde è la nostra speranza di poter vivere in un mondo sempre più green.

Grazie, cara Ortica per averci ricordato di salvaguardare il nostro pianeta, a partire dal bosco.

MRC

