

Mirto



Nome scientifico: *Myrtus communis* L.

Nome inglese: common myrtle

Famiglia: Myrtaceae

Distribuzione: è uno dei principali componenti della macchia mediterranea. Si estende in tutte le regioni calde dell'Asia occidentale, dell'Africa settentrionale e dell'Europa meridionale. In Italia è presente allo stato spontaneo nel centro-sud, in particolar modo in Sardegna.

Descrizione: arbusto sempreverde, odoroso, cespuglioso, alto 2-3 m, con numerose ramificazioni a portamento prevalentemente assurgente, con foglie opposte ovali-acute o strette-allungate, coriacee, lucide, glandulose. I fiori sono profumati, ascellari, solitari o fascicolati, bianchi o sfumati di rosa, con calice persistente a 5 sepali e corolla a 5 petali subrotondi e numerosi stami. Il frutto è una bacca rotonda, ovale o piriforme, coronata dal calice persistente, pruinosa, nero-bluastro a maturità, con numerosi semi piccoli, reniformi. La maturazione è tardiva, in novembre-dicembre.

Myrtus communis L. subsp. *Tarentina* (L.) Nyman è il mirto tarantino, una particolare varietà di mirto. Originario della Persia, è diffuso in tutta l'Europa Mediterranea dove è frequente lungo i litorali e nelle siepi. Caratteristico della zona del Salento meridionale, la specie di mirto tarantino si presenta come arbusto sempreverde di dimensioni modeste perfetto per creare fitte siepi. Ha una crescita lenta, presenta una chioma dalla forma sferica e tronco corto e ramoso. Rispetto al mirto comune, ha foglie piccole, piuttosto strette e lucide, di colore verde scuro.

Fioritura: giugno - agosto

Frutto: bacca

Coltivazione: allo stato attuale è ancora prevalente la raccolta da piante allo stato spontaneo in diverse zone della Sardegna, ma la crescente richiesta di bacche per l'industria liquoristica ha sollecitato la messa in coltura. Per la riproduzione è consigliabile la propagazione agamica per talea. La produzione inizia verso il 4°-5° anno dall'impianto; le bacche maturano verso la fine di novembre, epoca in cui inizia la raccolta, che si protrae fino al mese di gennaio.

Droga: foglie, cime fiorite, frutti

Tempo balsamico: giugno (foglie), fine novembre (frutti)

Principi attivi: olio essenziale (mirtolo, mirtenolo, geraniolo, α -pinene, limonene, canfene, cineolo e altri), tannini e resine.

Impiego terapeutico: foglie e frutti sono considerati tonici, stimolanti, astringenti e tenifughi. Sono utilizzati, a livello di medicina popolare, come stomachici ed aromatici, antisettici bronchiali, nella leucorrea, nelle forme diarroiche e nelle emorroidi. L'olio essenziale ottenuto dalla distillazione in corrente di vapore di foglie e cime fiorite svolge un'azione mucolitica e antisettica rivelandosi un valido presidio nelle affezioni bronchiali. È un ottimo antisettico e stimolante cutaneo, utilizzato per lo più in frizioni nelle forme reumatiche.

Foglie e bacche contuse vengono impiegate sotto forma di decotti o infusi come preparazioni astringenti per il trattamento di gengiviti, emorroidi, pelle e mucose irritate.

Viene segnalato l'impiego nella psoriasi (15-30 g di foglie per litro di infuso caldo) e come deodorante. Dai fiori del mirto si ricava, attraverso la distillazione, un'essenza usata in cosmesi e profumeria chiamata Acqua degli Angeli, che ha proprietà tonificanti ed astringenti per la pelle.

Altri usi: è utilizzato anche come pianta ornamentale per l'abbondante fioritura ed il verde intenso della chioma, per la formazione di siepi e per il consolidamento dei versanti.

È impiegato nel settore agro-alimentare come aromatizzante: le bacche e le foglie nel settore liquoristico, i rametti freschi come aromatizzante. L'essenza viene usata come aromatizzante per carni, salumi, condimenti e miscele di spezie, alle quali conferisce nota molto fresca. È impiegato in Sardegna per la produzione del liquore di mirto, dalle proprietà digestive, prevalentemente del tipo "rosso" ricavato dalle bacche, rispetto al tipo "bianco", ottenuto dall'infusione delle foglie.

Per l'elevata presenza di tannini le foglie del mirto venivano utilizzate come conciante per la lavorazione delle pelli nel territorio cilentano e amalfitano, dove vi era una alta concentrazione di queste piante (mortelle). Il mirto è, quindi, una pianta colorante; si utilizzano le foglie (raccolte tutto l'anno) e le bacche alla maturazione. I pigmenti prevalenti sono flavonoidi e tannini nelle foglie; antociani nelle bacche. Il colore ottenuto è il giallo dalle foglie; grigio-azzurro dalle bacche, entrambi di media solidità. Il processo per ottenere un colore verde molto solido è stato brevettato (RM2010A000052; PCT/IB2011/050565; Enrica De Falco, Graziana Roscigno).

Controindicazioni: dosi elevate di olio essenziale possono provocare nausea, cefalea, depressione.

Curiosità: dal greco *myrtos* = unguento odoroso, balsamo.

Il nome mirto, o mortella, è legato al nome di Venere, dea dell'amore, in molte leggende della mitologia. Il mirto è anche legato al mito di Myrsine, una ninfa di straordinaria bellezza, amata dalla dea Minerva. Myrsine, molto abile nei giochi sportivi, era odiata dai perdenti tanto da essere uccisa da uno di loro. Per il gran dolore Minerva la trasformò in un arbusto profumato.

I greci e i romani usavano il mirto come simbolo di purezza, d'amore, di bellezza e di fertilità e decoravano la testa delle loro candide spose con una corona di mirto. Per questo motivo il mirto è considerato il simbolo di protezione per gli amanti.

Nel Cilento ancora oggi le foglie di mirto vengono usate per aromatizzare la mozzarella, "muzzarella inda a murtedda".