

a cura di Camilla Corradi

Z
O
O
M

1545. L'HORTUS SIMPLICIUM DI PADOVA IL PIÙ ANTICO ORTO BOTANICO UNIVERSITARIO

Autori vari,
Brossura 108 pagine
2016, Padova University Press, 2ª edizione

Nel 1545 la Repubblica di Venezia concede all'Università di Padova di creare un giardino dedicato allo studio delle piante medicinali, anticamente dette *semplici*. Nasce così il primo orto botanico universitario del mondo, un'eccellenza attestata anche dall'Unesco, che nel 1997, definendolo "culla della scienza", ha inserito il sito nella lista del Patrimonio Mondiale sancendone lo status di bene culturale da preservare.

Uno dei luoghi simbolo della botanica moderna, che nel

corso dei secoli ha notevolmente contribuito allo sviluppo di quest'ultima come scienza autonoma, fonte di ispirazione per altre città e ammirato da moltissimi visitatori, alcuni dei quali illustri come Linneo e Goethe. Un centro che ha identificato e diffuso alcune tra le piante più note e utilizzate in Occidente, ma anche un monumento naturalistico affascinante, posto tra due grandi basiliche e una delle piazze più vaste d'Europa, da sempre considerato come uno dei gioielli della Padova artistica e universitaria. Questa guida racconta, in modo sintetico e con un ricco corredo fotografico, storia, caratteristiche e prospettive di un'istituzione che dopo quattro secoli e mezzo di vita si appresta, grazie a un importante ampliamento, a rafforzare in modo significativo i suoi caratteri di polo espositivo, didattico, di ricerca e innovazione tecnologica.

L'Orto di oggi è dunque un capolavoro multiforme: non solo sito museale di valore storico e laboratorio scientifico ma altresì parco e centro per attività culturali. Tutto questo anche grazie al Giardino della biodiversità, la nuovissima e spettacolare struttura, fortemente innovativa, che con le sue serre e nel segno della tutela della biodiversità, concilia secoli di tradizione con la creazione di un polo dotato di architetture e tecnologie contemporanee.

LE SPEZIE DELLA SALUTE IN CUCINA

Natasha Macaller,
256 pagine
2017, Red! Edizioni

Spezie: delizia per il palato e sorprendenti alleate per il nostro benessere psico-fisico. Questo libro, a metà tra un trattato medico e un insolito ricettario, nasce dalla grande passione di Natasha Macaller - ballerina professionista per trent'anni e ora scrittrice, consulente e maestra di cucina - per le spezie, raffinata alchimia della terra, ingrediente straordinario spesso dimenticato o sconosciuto. Scoperte e amate dai nostri antenati, le spezie sono sempre state utilizzate nel corso della storia per insaporire e aromatizzare il cibo, ma l'uso più importante è senza dubbio quello medicinale. Molte infatti hanno proprietà terapeutiche davvero eccezionali: secondo il tipo, possono rilassare, lenire le infiammazioni, aumentare i livelli di energia, rafforzare il sistema immunitario, contrastare le infezioni. Contengono inoltre potenti sostanze antiossidanti in grado di combattere i radicali liberi che danneggiano le cellule favorendo malattie e invecchiamento. Tali proprietà, da sempre note a livello popolare, sono oggi confermate da rigorosi studi scientifici. Con l'aiuto



e il contributo di esperti nutrizionisti e diversi medici di fama internazionale, questo volume ci guida alla scoperta delle virtù nutrizionali e terapeutiche di trenta spezie "paladine della salute", facilmente reperibili e assolutamente straordinarie. Il libro ci accompagna inoltre in un affascinante viaggio intorno al mondo che, partendo dalla storia, dalle tradizioni e dalla scienza, ci conduce fino alla cucina, presentando novanta originalissime ricette, molte delle quali a firma di famosi chef di fama internazionale, da Lidia Bastianich a Peter Gordon.

Si può dire quindi che queste due tipologie di professionisti - chef e medici - si siano incontrate e abbiano lavorato insieme per portare l'attenzione su un semplice fatto: mangiare bene è la chiave per avere una buona salute.

