

# Viola odorata L.

## “VIOLETTA DI PARMA”

### Aspetti terapeutici ed erboristici



Foto di G. Zanin

Viola odorata L.

*“Viola mammola, fiore elevato a simbolo di quella semplicità che in fondo è propria delle grandi cose”*

\* **Alberto Bianchi**

#### LA VIOLA NELLA MITOLOGIA E NELLA STORIA

I fiori fin da tempi immemorabili sono stati protagonisti di miti e leggende, con precisi significati simbolici e il fiore è stato dipinto, scolpito, cantato, amato in oriente e occidente come se l'uomo tentasse costantemente di interpretare i segni e i colori di questi capolavori della Natura. Anche per la distolta società di oggi il fascino del fiore permane e si rinnova ad ogni primavera in particolare per la viola il simbolo della leggiadria senza pari e della modestia.

Spunta lungo le sponde erbose, le siepi, le scarpate o fra l'erba ancora gialla... agli inizi della primavera...

Delle viole si narra fin dall'antichità quando Adamo compì il peccato d'orgoglio e, con la punizione di raggiungere la saggezza colse il frutto proibito, fu cacciato dal paradiso terrestre ma mentre si incamminava verso i pascoli della terra pianse a lungo con umiltà. Le lacrime che scendevano copiose disperdendosi lungo il sentiero, venivano trasformate dall'Angelo in violette... che divennero il simbolo dell'umiltà.

“il suo aroma era amato da Vulcano, il dio fabbro, che si presentò un giorno a Venere

tutto profumato di violetta e riuscì così a strapparle un bacio”...narrano le leggende... si legge ancora...“ovunque si possessero le note del flauto di Orfeo, ivi nascevano violette...”Apollo si innamorò di Pantes, una delle ninfe di Diana la quale diventò gelosa, sparse sul volto della ninfa un colore violetto per allontanare da lei lo spasimante. Il racconto termina con la metamorfosi della ninfa in violetta perché la ninfa per sfuggire al pretendente si era nascosta.

Da allora la violetta si nasconde sotto le foglie. Presso gli antichi Greci la viola divenne il simbolo della città di Atene. “Atene incoronata di viole”. Nel vicino oriente la viola era molto amata: nei giardini pensili di Babilonia si coltivavano le viole insieme a rose e gigli. La viola odorata era già presente in Persia, Siria e Turchia da epoche remote come risulta da un antico testo aramaico tradotto in arabo nel 904 in cui venivano indicati utili suggerimenti per la coltivazione di questo fiore, inoltre sempre in Persia già nel XII Secolo la regione di Sabur era famosa per la coltivazione delle viole e l'estrazione degli oli essenziali che venivano esportati in tutto il mondo. Nell'antica Roma nel giorno di Marzo dello dies violae, si svolgeva una processione durante la quale veniva venerato un tronco di pino ricoperto di viole in ricordo di Attis e durante i preparativi delle nozze “Nuptialia” venivano ricoperti di ghirlande di fiori in particolare viole, la sposa e il quartiere e la casa dove abitava la sposa.

Dopo il crollo dell'Impero Romano, nel medio evo in occidente, vi fu un lungo periodo di

trascuratezza nei riguardi della botanica e dei fiori in particolare, solo presso i monasteri nei giardini dei semplici venivano coltivati, insieme alle piante officinali o semplici, fiori odorosi in particolare viole. Tali giardini venivano chiamati violarie. Le viole insieme a pochi altri fiori, hanno mantenuto attraverso le epoche il loro fascino originario adattandosi ai tempi. Durante il Medio Evo la viola tricolor era nota come l'erba della Santa Trinità (herba

**Herbo Veneta**  
DROGHE VEGETALI, DERIVATI E AFFINI

*Herbo Veneta*  
Via Umbria, 24  
35043 Monselice (PD)  
Tel. 0429/781044 - Fax 0429/782899  
www.herboveneta.it info@herboveneta.it

Azienda certificata TUV ISO 9001:2000  
Laboratorio autorizzato, dal Ministero della Sanità, alla produzione di "integratori alimentari" a nostro marchio o a marchio del cliente

**PRODUZIONE E COMMERCIO DI:**  
Droghe Vegetali - Basi Composte - Infusi di Frutta-Tè  
Jerba Mate - Lecitina di Soia non OGM - Manna - Aloe  
Argille - Capsule - Linea Ginseng - Estratti Fluidi - Propoli  
Macerati Glicerinati - Tinture Madri - Henné - Liquirizia  
Oli Vegetali - Oli Essenziali - Pappa Reale - Polline  
Igienici-Cosmetica - Essenze - Incensi - Pot-Pourry

**Oggettistica**

TUV ISO 9001:2000  
MEMBRO DEL MIRA C 100  
ISO 9001:2000





Viola odorata L.

Germania) preziosi libretti con i significati e i simboli dei fiori e piante permettevano segrete e amoroze comunicazioni. I bouquets sofisticati sostituivano lettere e missive. La moda dei fiori e dei profumi fiori sotto il primo impero. La predilezione che Napoleone ebbe per le viole era così grande che questo fiore rimase sotto la Restaurazione l'Emblema dei Bonapartisti.

“Caporalviolet” era la parola di riconoscimento usata dai sostenitori di Napoleone durante l'esilio all'isola d'Elba, da dove egli sosteneva, sarebbe ritornato in Francia in primavera, quando appunto le violette rifioriscono, come in realtà poi fece. Napoleone subì il fascino per le violette durante il matrimonio con la nobile creola Giuseppina Beauharnais, sposata nel 1796. Giuseppina non dimenticava mai di appuntare delle violette sui suoi abiti, inoltre per il suo matrimonio con Napoleone indossò un abito ricamato di violette ed amava coltivare alla Malmaison questi fiori.

Napoleone faceva frequenti omaggi di viole: così scriveva alla contessa polacca Maria Walewska la più celebre delle sue amanti nel 1807. “Maria mia dolce Maria accetta questo mazzolino di violette e possa diventare un misterioso legame fra noi, un vincolo segreto in mezzo alla folla che ci circonda...”.

Sciolto il matrimonio con Giuseppina, nel 1809, Napoleone sposò il 2 aprile 1810 la giovane Maria Luigia d'Asburgo-Lorena, dopo le sue vittorie sull'Austria del 1809, per dare rispettabilità e consacrazione alla dinastia napoleonica. Maria Luigia fu concorde con Napoleone nel prediligere fra i fiori la violetta e sembra che

all'Imperatrice fosse dedicata qualcuna delle varietà ottenute in Francia dal ceppo di Parma, con la grande e piena corolla, di un colore azzurro pallido, dal soave profumo e lunga fioritura, impresa fortunata di un giardiniere purtroppo rimasto sconosciuto.

Prima di continuare in questa carrellata, sarà bene vedere alcuni aspetti botanici del genere viola.

Per scopo erboristico, per distillazione e produzione di fiori, le più coltivate sono la Viola odorata var. semperflorens cultivar Victoria (Tourrettes sul Loup) e la Viola odorata var. parmensis (a Tolosa).

Quest'ultima sembra derivata dalla viola odorata incrociata con viole provenienti dalla Turchia o Persia. La viola di Parma, incrociata con viole spontanee ha dato origine alla viola di Udine e alla Viola “Conte di Brazzè”.

Sembra che i Borbone di Parma abbiano ricevuto una delle molteplici varietà della Viola odorata L. (Viola mammola) dai Borboni di Spagna attraverso la corte di Napoli (che gli inglesi chiamarono Neapolitans violets) e poi l'abbiano passate ai Borboni di Francia dato gli stretti legami che riunivano le quattro case regnanti. La varietà a fiore doppio proveniente dalla Catalogna, che ha dato origine alla famosa “Violetta di Parma”, fu portata dai conti di Brazzè a Udine agli inizi del secolo. Fu poi Filippo Savorgnon di Brazzè che incrociò una viola doppia color zaffiro con il centro bianco o appena rosato con una viola spontanea bianca trovata in Maremma. Nel 1875 i suoi

tentativi dettero vita alla famosa “Viola di Brazzè”. Fu dalla villa di Soleschiano, vicino a Udine, che partirono le prime viole bianche doppie che valsero a Filippo il primo premio della royal Horticultural Society nel 1883.

Se dalla storia della violetta di Parma sfrondiamo la leggenda, non è provato che sia la più antica fra le violette a fiore doppio (le quali erano sconosciute ai Greci e Romani) tutte le viole a fiore doppio e dunque anche la violetta di Parma, sembra non possano avere che una origine colturale cioè provenire da una pratica di giardinaggio. Infatti allo stato spontaneo non sono mai state riscontrate. Le prime notizie certe della varietà violetta di Parma appartengono al 1735 quando questa violetta si coltivava già in Provenza nei dintorni di Grasse. A Parma, nella seconda metà del 700, si coltivavano nell'Orto Botanico alcune varietà di violetta a fiore doppio a scopo di studio o per decorazioni. Non è dimostrato che tra queste vi fosse la violetta di Parma la cui denominazione è certamente di conio francese. È dunque probabile che tali piante siano pervenute all'orto per altre vie, cioè che siano giunte in un primo tempo ai Duchi dei quali è noto l'interessamento per il nascente Orto Botanico. Non è a caso che solo verso il 1820 si cominciasse a seriamente sulla violetta di Parma la cui celebrità è legata alla personalità di Maria Luigia d'Asburgo la quale già imperatrice dei francesi diventa duchessa di Parma-Piacenza e Guastalla il 20 aprile 1816 in seguito alla sconfitta di Napoleone e al trattato di Vienna del 9 giugno 1815.

Sanctae trinitatis). Furono i crociati che ritornando dai loro viaggi nel Medio Oriente introdussero in Europa l'uso dei profumi e delle essenze, uso che si diffuse specialmente in Inghilterra sotto il regno di Elisabetta I fino a tutto il XVI secolo e in Francia. Tra le viole, la Viola odorata possiede un profumo intenso all'inizio ma che poi svanisce per la diminuzione della nostra capacità olfattiva. Questo profumo contiene una sostanza, lo ionone che, se inalato a lungo produce un effetto soporifero. Questa proprietà, nota fin dall'antichità, venne sfruttata dallo scrittore inglese Samuel Pepys (1633-1703) che propose i cuscini da sonno (sleeping pillows) usati anche dai reali di Inghilterra. Questi cuscini con-

tenevano una mescolanza di erbe e fiori tritati, prevalentemente di violetta per le sue proprietà sedative e induttrici al sonno.

La viola fu detta “dono del sonno” e divenne simbolo di tranquillità di dolcezza e di pace. “Pace e saggezza vi sarà per coloro che raccolgono violette appena sbocciate a primavera e le conservano fra le pagine di un libro”. La Francia adottò la “viola tricolor” a partire dalla seconda metà del 700, quando durante la rivoluzione i giardinieri entusiasti si impegnarono a creare nuove varietà e aumentare la rotonda corolla di questa viola. Ma la diffusione straordinaria della viola fu nell'800 quando in diversi paesi (Inghilterra, Francia, Italia

## Fitoterapia Veterinaria

**Inflammazioni Muscolo-scheletriche**

- **BOSWELLIA:** stimola le naturali funzioni fisiologiche nei dolori articolari acuti, reumatismo, spondilopatie.
- **HARPAGOS:** stimola le naturali funzioni fisiologiche nelle sindromi dolorose croniche, artrosi, infiammazioni.
- **BUILDING I:** stimola le naturali funzioni fisiologiche nel potenziamento muscolare e convalescenza.
- **APARNIL SPRAY FORTE** dolori articolari cronici, tendinite, artriti, rigidità muscolari.

[www.greenvet.com](http://www.greenvet.com)  
[www.erboristeriaveterinaria.it](http://www.erboristeriaveterinaria.it)

Per informazioni e acquisti: APA-CT SRL - Via Schio, 21  
 47100 Forlì - Tel. 0543 705152 - Fax 0543 707315  
 dal lunedì al venerdì ore ufficio 9,00 - 12,30/14,30 - 17,00  
 e-mail: info@apabio.it

Divenuta Duchessa di Parma, Maria Luigia coltivò la "Violetta" ispirando le prime ricerche di frati alchimisti sulla produzione del profumo "Violetta di Parma".

Sul finire del XIX secolo, iniziò a Parma l'attività dell'industria di profumi creata da Ludovico Borsari, il quale, ispirandosi alla tradizione di Maria Luigia legò la presenza di viole nella provincia di Parma ad un profumo che è divenuto uno dei simboli della città. Il profumo "Violetta di Parma" ebbe un grande successo negli anni Venti e Trenta per cui da una produzione inizialmente limitata a livello artigianale fu necessario passare ad una produzione industriale a larga diffusione che rese il marchio "Violetta di Parma" di Ludovico Borsari simbolo della tradizione profumiera parmigiana nel mondo.

**TRADIZIONE ERBORISTICA POPOLARE E PROPRIETÀ TERAPEUTICHE UTILIZZABILI IN CAMPO COSMETICO E PROFUMIERO.**

Per l'uso terapeutico vengono utilizzate tutte le parti della pianta. I fiori vanno raccolti non appena compaiono, se possibile di buon mattino e con il bel tempo: occorre essicarli al più presto distesi su tele, in un locale asciutto e ben aerato, vanno

conservati in scatole di legno ermeticamente chiuse. Le foglie invece possono essere raccolte durante la primavera e fatte essiccare su graticci. Le radici, infine, si strappano in

ricco in amido e mucillagini contiene anch'esso violina. La viola era nota ai medici dell'antichità classica e arabi. Ne parlano Dioscoride, Galeno, Mesue, i quali attribuivano alla viola le più numerose e strane virtù terapeutiche. Ippocrate la consigliava nei disturbi polmonari, nelle depressioni e nelle affezioni del fegato, la Scuola Salernitana invece la considerava il rimedio più efficace contro l'emierania e la cefalea postprandiale o conseguente a disordini dietetici.

Foglie e fiori di violetta godono pertanto di una lunga tradizione di impiego in fitoterapia, dove sono usati soprattutto per affezioni polmonari da congestione e problemi dovuti a pelle sensibile, inclusa fragilità capillare.

Attualmente viene attribuita alla Viola odorata un'attività emolliente ed espettorante qualitativamente simile a quella dell'ipeacuana anche se quantitativamente meno intensa. In terapia i preparati di Viola, per la loro azione emolliente ed espettorante, sono impie-

gati nel trattamento di affezioni catarrali delle vie respiratorie e, più raramente, come lassativi in pediatria. La comparsa di un'azione lassativa ed emetica, può verificarsi soltanto nel caso in cui vengano somministrate dosi molto elevate. I fiori hanno proprietà emollienti ed espettoranti e tutt'ora vengono impiegati per preparare uno "sciroppo di violetta" impiegato come

estate o in autunno, e dopo accurato lavaggio si essiccano al sole.

La pianta intera contiene un olio di colore verde intenso, violina, un alcaloide amaro affine all'emetina, un glucoside, la viola quercitrina, saponine, acido salicilico ed uno zucchero. I fiori contengono irone e ionone ed un pigmento azzurro. Il rizoma,



Foto di V. Larro

lassativo e agente colorante. Il rizoma possiede invece proprietà espettoranti, ed emetiche a dosi elevate.

Le foglie sono tradizionalmente utilizzate nel trattamento della cistite e come collutorio per infezioni della bocca e della gola. Sono state riferite blande proprietà analgesiche, dovute alla presenza di acido salicilico. Le foglie e i fiori essiccati sono menzionati nella Farmacopea Erboristica Britannica come rimedio specifico per "eczemi ed eruzioni cutanee con forte essudazione, particolarmente se associati a sintomi reumatici". L'industria profumiera fa largo uso dell'olio essenziale estratto dalla viola. Per l'estrazione dell'essenza interessano unicamente la Viola odorata L. var. *parmensis* e la cultivar *Victoria*. I fiori che sbocciano in primavera sono impiegati per l'estrazione della concreta. La riviera francese e quella italiana sono le principali regioni di produzione di violette a scopo estrattivo. L'olio essenziale non si trova in un tessuto specifico ma nel citoplasma di tutte le cellule.

Le violette devono quindi essere trattate non appena raccolte affinché non perdano profumo e freschezza. Per l'estrazione si può applicare il procedimento a freddo -enfleurage à froid-; di macerazione a caldo nel grasso o a freddo nell'olio, o la distillazione in particolare per le foglie. L'essenza pura ottenuta con solventi volatili è un liquido verdicciastro con un forte odore che ricorda appena quello della violetta. I costituenti dell'essenza di violetta fiori sono: alcool benzilico; 2-6-nona-dien-1-ol; n-esanolo; 2-6-nonadien-1-ol; parmone; eugenolo. Gli estratti dei fiori di



Nelle immagini sopra, alcune fasi della preparazione dei bouquet e una veduta Tourrette sur Loup

violetta sono ormai quasi scomparsi dal mercato. All'inizio del XX secolo, malgrado il prezzo di questa essenza fosse molto alto, essa venne utilizzata in grande quantità accanto alle essenze prodotte per sintesi a base di ionone e irone.

La viola fin dall'antichità oltre che nella Terapia, è stata rappresentata in tutte le arti figurative e nell'artigianato. Dipinti su carta e su tela, porcellane e ceramiche antiche, miniature e ricami. Per quanto riguarda la poesia numerosi sono i poeti che hanno cantato la viola, Omero nell'Odissea, Alceo Ovidio Nasone, Boiardo, Poliziano, Lorenzo dei Medici, Shakespeare, Goethe, Leopardi, Pascoli, D'Annunzio, Ottorino Ferrari, Alfredo Zerbini e tanti altri.

**TECNICHE COLTURALI**

Pianta perenne, gambo eretto ad asse contratto e gambi rampicanti ad asse allungato "filetto" o stolone. Foglie erette a limbo cordiforme con piano perpendicolare al picciolo, lungo 30-35 cm in aprile e 10 cm in inverno. Pianta effimera di bosco di caducifoglie, significa che l'80% della sua attività fotosintetica è concentrata in un corto periodo che va da marzo a maggio. Per il fotoperiodo si ha un dimorfismo florale; per fiori sterili con petalo, periodo di luce diurna da 9 a 12 h. Per fiori fertili senza petalo periodi di luce più lunghi di 14

h. Il sistema radicale è vigoroso. L'olio essenziale non è mai contenuto in un particolare tessuto specializzato ma è localizzato nel citoplasma di tutte le cellule. Nella zona di Tourrette sur Loup, sono numerose le varietà coltivate. La varietà *Victoria*,

**OLIO 31**  
SINERGIA DI NATURA

Miscela di 31 oli essenziali e naturali accuratamente selezionati per il corpo

**NATUR FARMA**  
Via Mazzini, 29/f - Pressana (Verona)  
Tel. 0442 411196 - Fax 0442 419616 - www.raihuen.it





Foto di Andrea Gori

Viola odorata L.

che è la più coltivata, ha un'ottima produzione in inverno di fiori, commercializzati dai floricoltori locali, mentre in primavera si ha una buona produzione di foglie impiegate per distillazione.

La riproduzione avviene unicamente per moltiplicazione vegetativa, effettuata tutti i mesi. A luglio, l'abbondanza dei semi, fa pensare ad una possibile disseminazione spontanea. Per evitare di trasmettere malattie crittogamiche e nematodi si utilizza la tecnica di mettere a dimora stoloni pretrattati con ormoni radicananti, della lunghezza di 10-20 cm, privi di foglie e di radici, raccolti nel periodo tra maggio e settembre. La radicazione degli stoloni può avvenire direttamente in campo, oppure nei semenzai o in vaso.

Il clima ideale per la coltivazione della violetta è il tipico clima mediterraneo, con inverni mediamente freddi. Tuttavia per la cultivar Victoria, messa a dimora in pieno campo, il clima ideale è quello dell'areale degli aranci. In queste condizioni si ha una fioritura da ottobre a marzo con raccolta abbondante di foglie.

Gelate con temperature di circa -5°C, anche di debole durata, possono arrecare gravi danni alla fioritura, ma la pianta ha la possibilità di una nuova ripresa, che può assicurare comunque la raccolta.

Il suolo ideale per la coltivazione della violetta, non deve essere né troppo acido né troppo calcareo, deve essere ben drenato durante l'inverno e mantenere d'estate un certo grado di umidità. Il suolo deve essere inoltre esente da nematodi e patogeni.

La preparazione del terreno, è sovente trascurata, infatti non si tiene conto del fatto che la viola sviluppa un sistema radicale molto profondo e vigoroso. Pertanto è necessaria un'aratura profonda, di circa 60 cm, in giugno.

Successivamente, dopo aver preparato il letto di semina, gli stoloni, privi di radici e di foglie, vengono messi a dimora tra maggio e settembre, in numero di 2-3 sulla fila, ad una profondità di 10 cm, e ad una distanza variabile tra i 15-20 cm. La distanza tra le file è di circa 50 cm per permettere la raccolta dei fiori e le operazioni di annaffiatura.

La coltivazione ha una durata triennale e per umificare il terreno, nei mesi di marzo o fine agosto, è opportuno realizzare nei sentieri tra le file, uno scavo della profondità di 25 cm, da riempire

con letame mescolato a torba e paglia.

Dopo l'impianto, la coltivazione necessita di cure culturali quali fresatura, sarchiatura o, nel caso di coltivazione non biologica, l'utilizzo di diserbanti chimici. Nella zona di Tourrette sur Loup, in autunno, per il diserbo, si procede dapprima facendo pascolare le pecore sul terreno. Alla fine della stagione vegetativa, è opportuno tagliare gli stoloni che invadono il sentiero tra le file e rimuovere le foglie dell'annata precedente.

La coltivazione inoltre necessita di soccorso idrico nel periodo febbraio-maggio. Per favorire al primo taglio una buona resa in foglie, il suolo deve essere mantenuto ben irrigato.

Dopo il secondo sfalcio di foglie, da metà luglio a fine agosto, è sufficiente che il suolo sia mantenuto fresco, mentre all'inizio di settembre, quando si ha la ripresa vegetativa, è necessario irrigare abbondantemente affinché questa avvenga in maniera copiosa. A seconda dell'andamento stagionale talvolta si ha la necessità di irrigare anche nei mesi di ottobre-dicembre. Nei mesi estivi più caldi è opportuno ombreggiare la coltura per evitare forti temperature a livello del suolo, mentre nei mesi più freddi, la protezione può essere fatta con tunnel di film plastico.

Per sopprimere al depauperamento del terreno in azoto, fosforo e potassio, dovuto alla coltura, si può procedere fertilizzando con tali elementi per irrigazione.

Per quanto riguarda la raccolta dei fiori, destinati alla preparazione di bouquet, composti da 25 fiori ciascuno, essa ha inizio ad ottobre e termina alla fine di febbraio. La resa di tale raccolta è

da 10 a 30 bouquet per metro quadrato.

Per la raccolta dei fiori destinati ad un utilizzo dolciario, per la realizzazione delle violette candite, la raccolta, effettuata nei mesi di marzo e aprile, ha una resa variabile tra 100 e 300 g/m<sup>2</sup>.

Per quanto riguarda invece la distillazione delle foglie, da effettuarsi entro poche ore dalla raccolta, si procede ad un primo sfalcio, nel mese di maggio, con una resa variabile da 1-3 Kg/m<sup>2</sup> e successivamente, ad un secondo sfalcio, nel mese di luglio, con rese di 0.5-1.5 Kg/m<sup>2</sup>.

Alcuni coltivatori preferiscono non eseguire il secondo sfalcio per evitare la possibilità di attacchi di "ragnetto rosso" e per evitare che le piante vadano a seme, a discapito della resa in fiori destinati ai bouquet.

In questo caso, è opportuno ridurre l'apporto irriguo e l'ombreggiamento durante i mesi estivi.

### LA VIOLA SI PUÒ USARE ANCHE IN CUCINA

#### Canditura delle violette

Prendete circa 200 g di fiori di violetta, che dovranno essere lavate con molta cura e delicatezza ed eliminate i gambi. Con 300 g di zucchero preparate un caramello usando un tegame a basa abbastanza larga perché possa contenere i fiori senza che si sovrappongano e in questo immergeteli rivoltandoli delicatamente. La fase seguente è la più delicata poiché le violette vanno tolte avendo cura di non rompere i petali e messe a raffreddare su

un tagliere a una grata. Le potrete conservare in un vaso di vetro scuro o in una scatola di metallo. (da "Il cuoco francese ove è insegnata la maniera di candire ogni sorta di vivande" Venezia MDC-CIII per Lorenzo Baseggio)

#### Pastiglie alla violetta

"Si scelgono delle violette molto fresche e di odore soave; si mondano dei loro gambi e dei collari e si versi sopra mezzo litro di acqua bollente. Si lascino in infusione i fiori per un giorno in un vaso ermeticamente chiuso. Si passi questo infuso attraverso un panno mediante spremitura e

servitevene per ridurre il vostro zucchero in pasta di cui farete delle pastiglie".

#### Tagliolini alla violetta

"Preparate un sugo con pomodoro, olio e un cipollotto novello finemente tritato e cuocete a lungo a fuoco lentissimo salando e pepando e unendo petali di violetta. Versate il sugo sulla pasta aggiungendo come decorazione altre violette.

#### Zuppa di violetta

Una volta era pratica comune usare le violette come ingredienti di zuppe e minestre insieme a

**Femm**  
CistiFemm con UTIRose™  
Integratore alimentare a base di piante

Una risposta naturale alle infezioni del tratto urinario

www.avdreform.it

AVD REFORM s.r.l. - Via E. Fermi, 6, 43015 NOCETO (PR)

finocchio ed altre erbe aromatiche. Nelson Coon ci dà una versione aggiornata di quelle ricette. Lavare e tritare una tazza di gambi di violetta. Cuocerli al coperto per 10 minuti. Scolarli aggiungendo un cucchiaino di prezzemolo e mezza tazza di brodo di pollo. Far cuocere per qualche minuto. Aggiungere quindi due tazze di latte, sale, pepe. Mischiare due cucchiaini di farina con due noci di burro e aggiungere il tutto alla minestra. Cuocere finché non si sarà ben addensata.

### Insalata di violette e fagioli bianchi

“Fate cuocere fagioli di spagna mantenendoli compatti e teneri. Condire in un’insalatiera con un cucchiaino di succo d’arancia, sale e pepe, la spremitura di mezzo limone e abbondante olio di oliva di grande qualità. Il tutto cosperso abbondantemente con violette”

### Violette allo zucchero

Immergere i fiori di violetta appena colti e ben asciutti nella chiara d’uovo montata a neve, spruzzandoli poi con zucchero a velo. Farli quindi asciugare e disporli in una scatola ben chiusa.

### Limonata di viole

Mettere le viole fresche in infusione nel succo di limone. Quando il succo sarà diventato rosso, filtrare e aggiungere acqua e zucchero a piacere

### Sorbetto alla violetta

Pulite una manciata di violette e pestatele con cura in un mortaio. Aggiungete un bicchiere di acqua calda e 125 g di zucchero. Lasciate in infusione per 1 ora filtrate e mettetle a gelare nel freezer. Servite il sorbetto decorato con foglie di menta e violette.

### Liquore da acquavite di violetta

“Prendete dei fiori di violetta colti nel pieno del fiorire durante un tempo sereno. Puliteli per bene e fateli infondere in acquavite o spirito di vino per 1 mese. Al termine di questo periodo passate la vostra infusione in un filtro, mescolatela con uno sciroppo composto con ratafià e riscaldate fino a rendere questo miscuglio molto chiaro e limpido. Aggiungete un’oncia di iris di Firenze novello” (Toilette des fleurs, Paris, 1773).

### Gelato di violette

Unite a 3/4 di litro di latte caldo 200 g di zucchero montato con 8 tuorli d’uovo e 1/4 di litro di panna. Fate addensare a fuoco lento e unite a questo composto un frullato di liquore con una manciata di violette e versate nella gelatiera. A parte, preparate uno sciroppo di zucchero al quale va unito un frullato di 200

g di fragole e il succo di un limone. Servite il gelato guarnito di questa salsa e cosperso di violette fresche.

### Fondant di violette

Pestare in un mortaio una bella manciata di petali di violetta fino ad estrarne il succo. Mettere sul fuoco 3 etti di zucchero con un cucchiaino di glucosio e quel tanto di acqua che basti a scioglierlo. Fate cuocere lo zucchero fino al punto di cottura detto “alla bolla”. A questo punto si toglie lo zucchero dal fuoco, si aggiungono le violette pestate, un po’ di succo di limone per far prendere al composto un colore brillante. Quindi si comincerà a lavorare lo zucchero con una spatola di legno fino a che non diventerà bianco e fondente. Si stenderà la pasta dolce ritagliandola con stampini della forma desiderata. Si disporranno i fondenti in una scatola ben chiusa dopo averli messi in formine di carte pieghettate.

\* UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PARMA  
Dipartimento Biologia Evolutiva e Funzionale

### BIBLIOGRAFIA

Benigni R., Capra C., Cattorini P.E., (1964). Piante Medicinali. Chimica, Farmacologia e terapia. Vol. II, 1757-1795. Ed. Invernizzi Della Beffa, Milano.  
Favali M. A., Fossati F., Bianchi A., (2002). Verdi-Violetta... Ed. Università degli Studi di Parma, Parma.  
Fenaroli G., (1963). Sostanze aromatiche naturali. Vol. I, 981-983. Ed. U. Hoepli, Milano.  
Ladis D., (1967). “Violette”. Asclepio Editore, Milano.  
Panizzi P., Reggiani C., Pioli C., Bianchi A., (1989). Viola odorata L. “Violetta di Parma”: Aspetti Botanici, Farmacologici, Storici ed utilizzo Industriale. Atti Convegno “Piante Officinali e Funghi: Biologia, Chimica ed applicazioni” Bedonia (PR), 103-105.



La Viola mammola, nell'illustrazione in alto a destra