

# CURRY "ELBANO"

WRITER: DONATO CRETÌ



PHOTO © DONATO CRETÌ

**D**a maggio a settembre potreste riconoscere l'Isola d'Elba ad occhi chiusi, solo annusando l'aria! Lo sa chi ha avuto l'occasione di veleggiare lungo costa, ascoltando il sibilo del vento sulle vele e, sentendone il profumo, quando questo spira dall'entroterra. Nei mesi più caldi quei profumi il poeta li definirebbe "soavi". Sono odori complessi, che derivano da una moltitudine di piante aromatiche, le quali rilasciano invisibili tracce di migliaia di sostanze chimiche odorose. Un miscuglio indefinito tra i quali uno primeggia in particolare. Nonostante il mio allenamento con il senso dell'olfatto, non è stato facile capirne la fonte. Pratico "lo scoglio" da quasi cinque lustri ed ho avuto modo di percorrerlo in lungo ed in largo, dalla costa ai rilievi più alti, di giorno e anche di notte, osservando una moltitudine di stelle. Durante un bagno solare di una calda estate di una quindicina di anni fa, sulla spiaggia de "La Guardiola", mi ritrovai ad ascoltare, ad occhi chiusi, i rumori intorno, dallo sciabordio del mare ai bimbi che giocavano. Ad un certo punto fui colpito da un odore

molto particolare. Era dolcissimo ed indefinito, con note che ricordavano la liquirizia, i covoni di fieno, lo sciroppo di acero ed anche lo zucchero caramellato. Riuscii ad associarlo ad una spezia poco nota, ma molto caratterizzante: il fienogreco (*Trigonella foenum graecum*). Incuriosito mi alzai e come un cane da tartufo mi feci guidare dall'invisibile scia odorosa, trovandone la fonte a mezza altezza di una ripida collinetta, vicino ad un fiumiciattolo in secca, dove si possono trovare ancora i resti di scorie ferrose di un'antica fornace di epoca romana (III sec A.C.). Era una pianta cespugliosa alta non più di 40 cm, i cui fiori gialli hanno forma leggermente conica e le foglie sottili, lunghe e ricoperte da una leggera peluria. Si trattava dell'elicriso (*Helichrysum italicum*). Conoscevo questa pianta perché se ne ricava un olio essenziale impiegato in cosmesi e negli integratori alimentari. Ne avevo annusato l'essenza perché presente nella mia collezione di oli essenziali in laboratorio, ma non avevo mai sentito il profumo della pianta in vivo. Vi chiederete di cosa mai occupo. Presto detto, sono un chimico aromatiere, a

"flavourist" per gli anglofoni, e durante la mia carriera professionale ho analizzato quasi tutti gli alimenti andando alla ricerca delle sostanze chimiche responsabili delle sensazioni gustative ed olfattive che percepiamo con la bocca e con il naso. Ciò significa che ho approfondito, attraverso sofisticati strumenti analitici, quali sono i processi naturali e sintetici che li generano: dalla biogenesi alla biosintesi attraverso processi enzimatici, fino ad arrivare alle reazioni di Maillard, tipiche dei cibi cotti. L'elicriso è una pianta che pare abbia proprietà straordinarie. I francesi la chiamano "immortelle" e dicono che dal suo nettare derivi il siero dell'eterna giovinezza. Ecco perché viene usato per prodotti di cosmesi "anti aging". Da aromatiere ho imparato ad usare l'infuso di elicriso per addolcire il retrogusto dei liquori oppure per alcune preparazioni di fantasia nel campo della dolceria. Ma cosa lega l'elicriso al fienogreco? Hanno in comune la molecola 4,5-dimethyl-3-hydroxy-2(5H)-furanone, che per fortuna ha un altro nome più facile da memorizzare: Sotolone. È una molecola così potente che sono



sufficienti otto parti per miliardo (ppb) per percepirne la presenza. In pratica basterebbero due millilitri di Sotolone per “aromatizzare” una piscina olimpionica ad otto corsie, che contiene circa 2.500.000 litri di acqua! Oltre ad avere una soglia di percezione così bassa è anche persistente nel tempo. Infatti, evapora con molta difficoltà. Se paragonato all’alcool etilico, il Sotolone ha una massa molecolare tre volte maggiore, quasi come il glucosio. Se toccando il fiore dell’elicriso, lo si strofina tra le dita, il suo sentore rimane appiccicato alla pelle per molte ore. Tornando alla pianta, la colsi per analizzare la sua composizione aromatica e scoprii la presenza di Sotolone in tracce, attraverso l’analisi al GC-MS, un gascromatografo munito di rivelatore di massa. Il GC-MS è uno strumento analitico tra i più avanzati per identificare sostanze di qualsiasi genere anche a concentrazioni molto basse. In pratica è il “giocattolo” che mi piace di più al mondo e se non costasse qualche centinaio di migliaia di euro, ne terrei uno in salotto. Analizzata una parte della pianta raccolta con l’altra iniziai a fare esperimenti a carattere sensoriale. Gli aromateristi sono un po’ scienziati ed un po’ artisti e dopo anni di esperienza nel combinare gli

elementi aromatici e gustativi, viene quasi spontaneo pensare a nuovi “accordi” aromatici, così come fa un musicista con le note musicali ed un pittore con i colori. Ed ecco che per “analogia sensoriale” mi venne in mente di usare l’elicriso come fosse il fienogreco che è la spezia cardine di una miscela aromatica famosa in tutto il mondo: il curry. Le varietà migliori di curry indiano contengono tutte una certa quantità di fienogreco. Con il suo apporto aromatico questa spezia, ricca di Sotolone, fa da anello di congiunzione della miscela di spezie di cui il curry è composto, addolcendo e smussando le spigolature aromatiche della noce moscata, della cannella, del cumino, della curcuma e dei chiodi di garofano in un unico inconfondibile e ben apprezzato gusto: il curry! Poteva l’elicriso avere lo stesso potere ovvero quello di congiungere una miscela di erbe mediterranee in un unico accordo aromatico? Ebbene sì. Così iniziai a raccogliere le erbe aromatiche elbane: salvia raccolta a Procchio, rosmarino dell’Enfola, alloro di Marciana, finocchietto selvatico, nepitella e mentuccia della Pila e timo di Pomonte. L’elicriso lo si trova un po’ ovunque, ma io lo raccolgo in prevalenza passeggiando sul Monte Capanne o al Volterraio. Una volta

raccolte tutte le erbe, le mondo, le miscelo tra di loro con una ricetta che ho messo a punto negli anni, con un processo che consente il mantenimento di tutte le essenze contenute nelle erbe aromatiche fresche, senza essicarle. La mia preparazione prevede anche l’aggiunta di aglio e cipolla, gli unici due aromi che essiccò al sole prima di tritararli finemente. L’aggiunta di sale e di un altro ingrediente naturale, segreto, sono gli unici conservanti della miscela. Il “Curry Elbano” si tiene in frigorifero in piccoli vasetti per mantenere inalterata la fragranza a lungo, fino a due anni. I vasetti, che spesso regalo agli amici, sono sempre a portata di mano per il barbecue di carne o di pesce, gli stufati o le marinature, le patate arrosto ed altre sfiziose ricette. Quella che ritengo più riuscita fra tutte è il “Peposo di Polpo all’Elbana”. Si tratta della versione marinara del noto piatto dell’Impruneta, nella quale ho sostituito il manzo con il polpo e rivisitato gli odori. La mia scorta di Curry Elbano sta per terminare, ma a breve riapproderò all’Elba per raccogliere le mie pepite odorose sparse in po’ ovunque. Sarà l’occasione per farmi delle belle camminate. C’è chi cerca l’isola del tesoro, io credo di aver trovato la mia isola dei profumi!

*Il curry elbano fu presentato per la prima volta da Donato Cretì nel 2010 presso la Collegiata di Marciana e successivamente a Marciana Marina, a cura del Circolo Pertini Elba*





**H**elichrysum (*Helichrysum italicum*) has a highly distinctive perfume. It is very sweet and indefinite, with notes that remind us of liquorice, haystacks, maple syrup and even caramelised sugar. It resembles a little-known, but very characteristic spice, the fenugreek (*Trigonella foenum-graecum*). Those who go along the coast by boat, are often struck by the perfumes that come from the island. One of these is certainly that of helichrysum. It is a bushy plant, not more than 40cm high. Its yellow flowers have a slightly conical shape and the leaves are long, thin and covered with a light down. It would seem to have extraordinary properties. The French call it

“immortelle” and say that from its nectar comes the serum of eternal youth. That is why it is used in cosmetics as an anti-aging factor. As a flavourist, I have learned to use a helichrysum infusion to sweeten the aftertaste of liqueurs. Helichrysum and fenugreek have the Sotolone molecule in common. Flavourists are part scientists and part artists and after years of experience combining aromatic and tasting elements, it is almost natural to think of new aromatic “accords”, just as a musician would with musical notes or a painter with his colours. So I thought I would use helichrysum in the same way I use fenugreek, the key spice used in curry. I started collecting sage in Procchio, rosemary in Enfola, bay

leaves in Marciana, wild fennel, calamint and pennyroyal in La Pila and thyme in Pomonte. You can find helichrysum just about everywhere but I usually pick it while walking on Monte Capanne or Volterraio. I mix them all together with a recipe that manages to maintain all the essences without drying them. I add garlic and onion, the only two ingredients that I sun dry before chopping them finely. The addition of salt and another natural, secret ingredient are the only preservatives in the mixture. The “Elban Curry” is to be kept in the fridge in small jars to keep the fragrance intact and it is excellent for adding to barbecued meat or fish, stews or marinades, roast potatoes and other tasty recipes.

