VareseNews

Erbe varesine e alimurgia: L’erbario di sopravvivenza varesina di Antea Franceschin a Materia

Pubblicato: Mercoledì 23 Luglio 2025

«Non aspettatevi ricette», ha esordito Antea Franceschin, «Prima bisogna imparare a riconoscere le piante. Non vogliamo fare la fine del protagonista di Into the Wild.»

Un martedì sera all’insegna della natura e della consapevolezza quello del 22 luglio, nella sede di **Materia Spazio Libero**, dove **Antea Franceschin** — guida ambientale escursionistica e fondatrice di Controvento Trekking — ha guidato i presenti in un affascinante viaggio attraverso il mondo delle erbe spontanee del territorio varesino.

Varesotta doc, da nove anni accompagna adulti e bambini lungo i sentieri della provincia per raccontare la natura da più punti di vista: scientifico, storico e mitologico. «Con mio papà e mio fratello dormivamo in tenda nelle nostre terre», ha raccontato con un sorriso. «Quella è stata la mia scuola.»

Attraverso le sue camminate urbane e gli eventi come Le sette streghe di Venegono, Franceschin ci invita a guardare con occhi nuovi il territorio varesino. «Varese è ricchissima di storie legate al mondo naturale. E prima di scrivere un ricettario, dovremmo tutti costruire il nostro erbario personale.»

ALIMURGIA O FORAGING: COS’É

Il cuore dell’incontro è stata l’alimurgia, ovvero l’antica arte della raccolta spontanea di piante, erbe,

fiori e cortecce. Una pratica oggi tornata in voga e al tempo conosciuta come foraging, ovvero il nutrirsi con ciò che offre spontaneamente la natura.
Varese, con la sua ricchezza botanica, offre un terreno fertile proprio per esplorare e riconoscere erbe e piante benefiche.

QUANDO RACCOGLIERE LE ERBE

La primavera, ha spiegato Franceschin, è la stagione chiave: coincide con la rinascita, con la purificazione del corpo e dell'anima e anche con molti miti antichi. Dalla purificazione di Teseo con erbe amare prima della sfida con il Minotauro, al mito di Demetra e Persefone, in cui il papavero — pianta simbolo — diventa consolazione per il dolore della madre privata della figlia.

Curioso che proprio sull'Isolino Virginia, uno dei quattro siti UNESCO della provincia, siano stati rinvenuti oltre cento semi di papavero risalenti al Neolitico. Un chiaro segnale che questa pianta, oggi spesso trascurata, aveva un ruolo importante nella cultura materiale e simbolica del passato del territorio.

di Nicole Pecchio