

«Erbëtta»

Nome scientifico *Rumex alpinus* L.

Nome volgare Rabarbaro alpino

Nome dialettale lavassa

Come si raccoglie

A primavera si raccolgono le foglie giovani

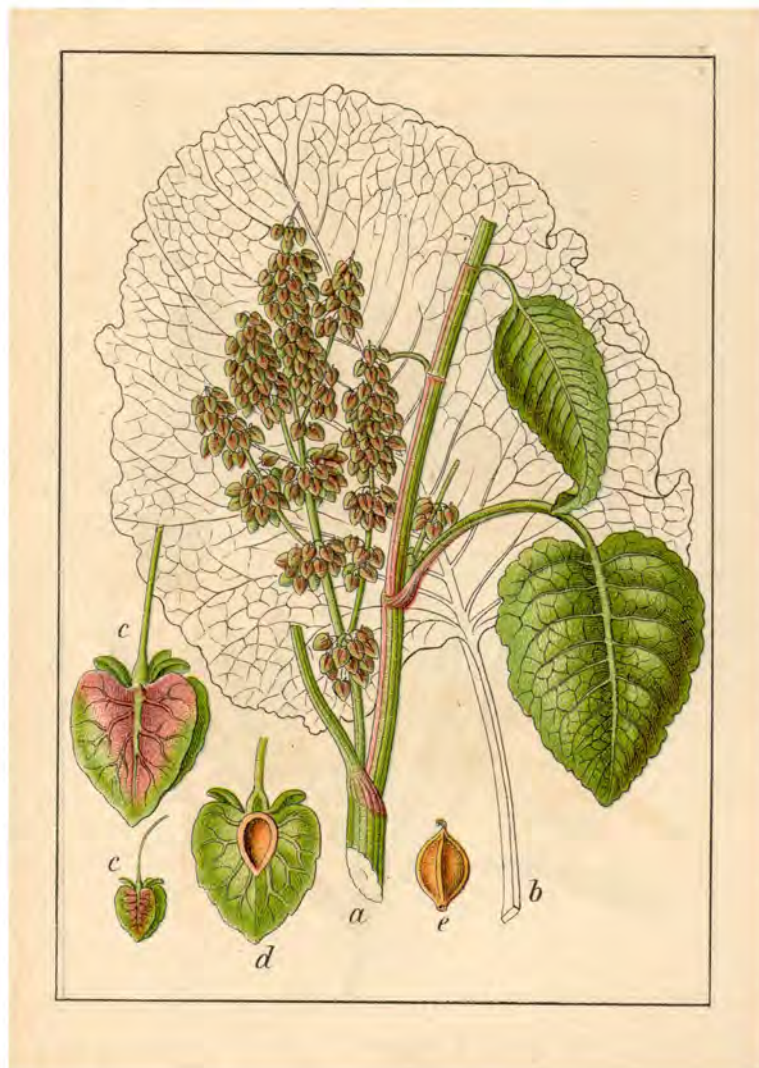
Gastronomia

Le foglie vengono utilizzate come quelle dell'acetosa (*Rumex acetosa* L.) nelle minestre, in ottime frittate e nel *frichj*: sorta di fonduta senza uova, composta da formaggio fuso con burro ed un po' di latte, vivanda tradizionale della Valle dell'Elvo. In una variante valdostana, la «*fondua d sèille*», si prepara una densa crema da mangiare con polenta o con crostoni di pane, costituita da formaggio fuso, latte, uova e foglie di acetosa.

Curiosità

Il Rabarbaro alpino è tipico della zona montana ed alpina, dove lo si può trovare nei prati fortemente concimati ed in vicinanza delle malghe.

Le foglie vengono utilizzate dagli alpigiani per avvolgere i pani di burro, mentre in alcuni casi vengono cotte per l'alimentazione dei maiali.



La ricetta

Frittata di acetosa

Ingredienti per quattro persone: 1 manciata di foglie di acetosa, 2-3 steli di *Allium tuberosum* e 2-3 di erba cipollina, 40 gr. di lardo di Arnad, 2 cucchiai di olio di oliva, 8 uova, 4 cucchiai di latte, sale, pepe.

Lavare, sgocciolare e tagliuzzare le erbe; pestare il lardo con qualche ago di rosmarino e lasciare fondere in padella con olio di oliva. Sbattere le uova con latte, sale e pepe, unire le erbe tritate, mescolare, versare in padella e formare la frittata rivoltandola. Ottima gustata con qualche goccia di vero aceto balsamico.