

PAISAJISMO COMESTIBLE

JARDINES PARA DEVORAR CON OJOS Y DIENTES

Por Claudio Doratto

Como ya es sabido y recordado, los vergeles de antaño de nuestra hermosa Mendoza se florecían con el uso de árboles frutales, arbustos aromáticos y algunas herbáceas de uso agrícola. Estas reminiscencias siguen vigentes engalanando espacios verdes, paladares y platos.



CALÉNDULA



VIOLETA



TACO DE REINA



GLAVELINA

Las plantas comestibles que otrora despertaron especial interés, continúan haciéndolo en nuestros preciados jardines actuales por la estética visual que aportan con sus flores y hojas y porque nos invaden de aromas invitando a su aprovechamiento en la cocina.

Numerosos son los usos culinarios que podemos darles y que seguramente nuestros lectores conocen a sabiendas cómo incluirlos en sus espacios verdes.

Respecto de las conocidas flores comestibles, hay que tener presente que no todas ellas son definitivamente comestibles, que en algunos casos debe empleárselas enteras y en otros solo una parte.

Los pétalos frescos de la Caléndula (*Calendula officinalis*), son ideales para ornamentar ensaladas y otorgar más sabor a sopas y postres.

Una de las más conocidas por sus virtudes agridulces, que acompaña de grata manera tablas de quesos, ensaladas y hasta se utiliza como adorno en repostería es la Violeta (*Viola spp.*).

El Taco de reina (*Tropaeolum majus*) es una planta muy interesante para tener en el jardín, todo en ella recuerda al berro en su sabor. Podemos usar sus flores de tonos rojos, anaranjados o amarillos para ensaladas. Sus hojas también son comestibles ya que aportan un sabor más fuerte y algo picante mientras que, sus frutos verdes encurtidos pueden reemplazar a las alcaparras en diferentes preparaciones.

Se la encuentra de colores varios, con flores simples y dobles. Es la Clavelina (*Dianthus* spp.) que por su especiada personalidad se emplea para acentuar el gusto de ensaladas y es una buena aliada para la decoración de platos.

ESA PLANTITA QUE SALE POR TODAS PARTES...

No todas nuestras malezas son inútiles y merecen ser arrancadas sin otro afán que abultar canastos de basura.

El Diente de león (*Taraxacum officinale*) se encuentra en todas partes debido a que se adapta fácilmente a los distintos tipos de suelos y climas. Podemos emplear sus flores de sabor algo dulce en ensaladas y arroces. Sus hojas levemente amargas, hacen contrapunto en ensaladas reemplazando la achicoria o la acelga. Un detalle curioso es que, con su raíz deshidratada, tostada y molida podemos realizar una infusión sucedánea del café.

La Lengua de vaca (*Rumex crispus*) habita en los rincones húmedos y con sombra. La forma de sus hojas recuerda a la lengua de este mamífero. Por su sabor suave y algo dulce, es muy empleada en la cocina de igual modo que la acelga o la espinaca.

Otras partes de la fisonomía de plantas, como las semillas de las amapolas (*Papaver rhoeas*), los rizomas de las achiras (*Canna* spp), hojas y tallos de la verdolaga (*Portulaca oleracea*), flores y hojas del vinagrillo (*Oxalis* spp), flores y hojas frescas o secas del trébol blanco (*Trifolium repens*), también pueden ser palatables y acompañar de fresca e ingeniosa manera nuestros platos.

¡Te invitamos a experimentar, ya que el listado es inagotable!!!



VERDOLAGA



LENGUA DE VACA



DIENTE DE LEÓN



AMAPOLA



TREBOL BLANCO



ACHIRA



VINAGRILLO