Un autunno di foglie

Testo e foto di Simonetta Chiarugi

L'autunno, al pari della primavera, è una stagione di grandi trasformazioni. Le piante si preparano al riposo vegetativo e le foglie, prima di cadere, si tingono di affascinanti gamme cromatiche, ancor più enfatizzate dal suggestivo gioco dei fasci solari, che in questo periodo dell'anno giungono obliqui a illuminare anche boschi, parchi e giardini.

Le ore di luce diminuiscono e la produzione di clorofilla nei vegetali si arresta. In alcune piante, le reazioni chimiche che si verificano per le particolari condizioni climatiche della stagione incrementano nel fogliame la presenza di pigmenti solitamente mascherati dal colore verde, prodotto dal processo di fotosintesi. Responsabili della formazione del colore giallo sono le xantofille, i carotenoidi dell'arancione, mentre le antocianine, prodotte solo ora, trasformano gli zuccheri rimasti nelle cellule delle foglie nel fulgido scarlatto.
La magia è compiuta, e in molti luoghi a forte concentrazione boschiva dove sono presenti essenze che mutano il colore delle foglie, il fenomeno attira l'interesse di tanti appassionati e prende il nome di Foliage, vocabolo inglese di origine francese la cui traduzione letteraria significa appunto fogliame. Si susseguono le straordinarie tonalità delle foglie di *Acer japonicum, Ginkgo biloba, Liquidambar styraciflua, Betula pendula, Fagus sylvatica, Cotinus coggygria* e poi di *Malus, Prunus* e

Magnifici aceri
Tutti gli aceri in autunno offrono colorazioni spettacolari.

tante altre, unite a quelle degli innumerevoli arbusti. In alcune regioni dell'America del nord e dell'Europa centrale le radio trasmettono bollettini giornalieri sull'avanzamento dei colori.
Ogni foglia ha un particolare disegno che la rende unica. Pensiamo alla perfezione ed eleganza del piccolo ventaglio del *Ginkgo biloba*, o alla foglia di quercia, o alla forma a cuore del *Cercis siliquastrum*, l'albero di Giuda.
Nel passato era uso comune custodire le foglie tra le pagine dei libri. Sovente venivano inserite varietà di essenze aromatiche come l'alloro per tenere lontano *Lepisma saccharina*, il minuscolo insetto chiamato comunemente pesciolino d'argento, dannosissimo per la carta.
Possiamo limitarci ad ammirarle, immortalando magari la loro bellezza in uno scatto fotografico, o collezionarle dopo averle pressate per arricchire un erbario o per preparare una decorazione o ancora utilizzarle in giardino come semplice ed economico ammendante naturale.

Compost di foglie

Raccogliere le foglie che cadono in autunno è spesso considerato un noioso lavoro di routine al quale si aggiunge il problema dello

Prima i colori poi il compost
Prima di sbiadire e assumere un tono marrone uniforme, molte possono essere le tinte del fogliame autunnale.

smaltimento. Per alcuni virtuosi giardinieri, il materiale raccolto diventa invece una preziosa fonte organica che opportunamente compostata si trasforma in sostanza utile per tutte le piante dell'orto e del giardino, da incorporare al terreno o da spargere in superficie.
Le foglie, decomponendosi, danno origine a un terriccio povero di sostanze nutritive, ma particolarmente friabile e degno sostituto della torba.
Possiamo destinare al cumulo una zona del giardino, possibilmente situata all'ombra di un albero, in modo che d'estate sia ombreggiata e d'inverno prenda il poco sole disponibile. Occorre raccogliere abbondante fogliame e disporlo in strati di differenti specie in modo da ottenere un compost più equilibrato. Ogni specie apporta infatti elementi nutritivi diversi.
Sono da preferire possibilmente le foglie che si disfano più velocemente, come in generale quelle provenienti dagli alberi da frutto o quelle di carpino che apportano al compost soprattutto calcio, e ancora olmo, betulla, pioppo, acero e noce che danno luogo adun terriccio a tendenza più acida assieme a quercia, faggio e castagno. Di questi ultimi occorre però fare un uso moderato. Se in eccesso infatti, la presenza di tannini nella loro composizione potrebbe rallentare il processo di trasformazione. Resistenti alla degradazione per la consistenza più coriacea sono invece lauroceraso, magnolia e le foglie delle conifere.
Per agevolare l'attività microbica e ridurre i tempi di decomposizione è consigliabile raccogliere e utilizzare le foglie quando sono ben bagnate di pioggia. Avendone la possibilità, è buona pratica sminuzzarle finemente con un biotrituratore.
Per la maturazione attendere circa due anni, rivoltando dopo il primo anno il compost. Aggiungere eventualmente calce e un po' di terra avendo cura di bilanciare il livello di umidità bagnando con un po' d'acqua, se necessario.
Il terriccio ottenuto è utilizzabile come ammendante o concime di superficie, incorporato al terreno nelle aiuole in varie zone del giardino, o nei vasi sul terrazzo per i quali va mescolato in parti uguali con sabbia e buona terra, per ottenere un miscuglio perfetto.
Non tutti hanno un giardino o lo spazio adatto alla preparazione di un cumulo. Si possono comunque raccogliere e conservare le foglie nell'attesa che si decompongano o per avere sempre una pronta e utile scorta, in grandi

Aromatiche per l'inverno
L'essiccazione delle erbe aromatiche per la cucina si effettua appendendole a testa in giù.

Utili in cucina e per la salute

• Foglie di erbe entrano in cucina per donare un aroma particolare alle pietanze o per sfruttare i loro benefici principi naturali con ottime tisane. Si usano secche, per esaltarne meglio il gusto e per praticità di conservazione. Le più sane e buone si raccolgono di primo mattino e si legano in fasci non troppo stretti che saranno appesi capovolti in luogo fresco e arieggiato.

• Il tempo di essiccazione dipende dalla quantità di acqua di cui sono costituite le piante, saranno pronte quando non rilasceranno più tracce di umidità. Si potranno in seguito conservare in contenitori ermetici al riparo da aria e luce.

• Preziose per la cucina sono ad esempio: alloro, origano, maggiorana, salvia, timo.

• Per buone e benefiche tisane, segnaliamo, tra le tante: melissa, menta, limoncina, salvia.

• Con le foglie più grandi possiamo invece creare decorative e utili corone da appendere in cucina e come riserva pronta all'uso quando serve.

• Le foglie di alloro si prestano alla perfezione, utili e necessarie in molte preparazioni. Procuriamoci rami freschi di *Laurus nobilis* (che andrà lavato e asciugato) e del fil di ferro, a cui daremo forma di un cerchio di circa 10 centimetri di diametro. Un'estremità sarà chiusa ad anello e nell'altra infileremo più foglie fresche fino a completare la corona. Congiungiamo le due estremità di fil di ferro e facciamo passare un nastro di tessuto, rafia o corda, sul punto di unione per appenderla.

Ricordiamoci che occorre ogni anno preparare nuove scorte in quanto con il passare del tempo i principi attivi diminuiscono.

La corona d'alloro
Con filo di ferro e pazienza si compone la corona di foglie d'alloro per arrosti invernali.

sacchi traspiranti di juta o in quelli di plastica nera utilizzati solitamente per l'immondizia, nei quali avremo cura di praticare alcuni fori di aerazione. Una volta che il sacco è pieno di foglie semplicemente lo dimentichiamo e lasciamo che il tempo faccia la sua parte.

Pacciamatura naturale

Le foglie sono un ottimo materiale, sempre pronto all'uso. Si può distribuire sul terreno al piede delle piante come pacciamatura, utile sia a trattenere le riserve idriche che a limitare la crescita delle erbacce, oppure utilizzare in uno spesso strato come coperta naturale per proteggere le radici dai rigori della stagione invernale. Sotto l'azione degli agenti atmosferici il fogliame decomponendosi si trasformerà lentamente in humus.

Raccolta delle foglie per essiccazione sotto pressa

Per preservare la bellezza delle foglie possiamo pressare gli esemplari più belli per collezionarli in opportuni erbari o per utilizzarli

Foglie per l'erbario
La pressa serve per essiccare le foglie in modo decorativo.

Carta, colla e fantasia
Una volta seccate, le foglie si prestano per quadretti decorativi.

in composizioni e ornamenti.
Andranno raccolte in giornate asciutte, poiché la rugiada, la pioggia o la brina potrebbero comprometterne l'essiccazione. I campioni vanno puliti e accuratamente distesi tra due fogli di carta assorbente alternata a pagine di quotidiani, così preparati saranno collocati sotto a dei pesi che esercitino una forte pressione, come i grossi volumi di enciclopedia, oppure chiusi tra due tavolette di legno strette con morsetti. Il segreto per mantenere i colori inalterati è di rimuovere l'umidità il più rapidamente possibile. Si avrà cura di controllare sovente il processo di essiccazione e sostituire nei primi giorni di pressatura le pagine di carta inumidite per scongiurare la formazione di muffe, evitando però di toccare il primo foglio assorbente che contiene la foglia per non spezzarla.
Per essiccare foglie a basso contenuto di acqua bastano 5-6 giorni, mentre per quelle più ricche di umidità e mucillagine occorre talvolta anche un mese.

Decorazioni per la casa

Le foglie sono dei piccoli capolavori di perfezione, spesso sono protagoniste e soggetto base per tante decorazioni che ne valorizzano la valenza estetica. Anche un'unica foglia, semplicemente incorniciata e trattenuta tra due lastre di vetro per cogliere i dettagli di entrambe le lamine foliari, può arricchire una parete.
Creiamo festoni o corone con fogliame fresco o essiccato, adoperato da solo o mescolato ad altri elementi vegetali.
Aiutati da un poco di manualità, sfere di polistirolo o di spugna per fiori secchi, scelte in varie dimensioni e muniti di pistola con colla a caldo, possono essere rivestite dalle foglie fresche come alloro o dalle bellissime foglie di *Stachys lanata* dall'effetto vellutato, chiamate dagli inglesi *Lamb's Ear*. Le sfere così preparate, disposte ad abbellire qualche angolo della casa, dureranno a lungo.

A ogni albero la sua foglia

Raccogliere le foglie con i bambini, in gita nei boschi o semplicemente frequentando un parco cittadino, è divertente passatempo e utile esercizio che aiuta a riconoscere e classificare alberi e piante, avvicinando i piccoli allo studio del mondo vegetale.
Il ricco bottino sarà utile materiale per istruttivi collage dove la fantasia potrà creare paesaggi in cui una foglia di felce sostituisce

un albero e una di castagno diventa una piccola collina, o dove buffi personaggi o animali sono disegnati da fogliame differente per colore, forma o texture.
Si divertiranno a preparare segnaposti per la tavola o utili etichette per le piante in giardino scrivendo con un pennarello indelebile sulle foglie coriacee di *Magnolia grandiflora*.
O ancora potranno imparare, guidati da un adulto, come scoprire e mettere in evidenza il sottile disegno delle venature che formano lo scheletro della foglia, con un semplice esperimento che accelera i processi che normalmente avvengono in natura.
Per questo piccolo esperimento occorre una pentola con un litro d'acqua al quale aggiungere un cucchiaio di bicarbonato di sodio e un cucchiaino di cremor tartaro o lievito in polvere.
Poco prima dell'ebollizione si immergono nella soluzione le foglie. Non tutte sono adatte allo scopo: buoni risultati si ottengono con foglie di castagno (*Castanea sativa*), betulla (*Betula pendula*), faggio (*Fagus sylvatica*) e acero (*Acer campestre*).
Si mescola delicatamente e si fa continuare l'ebollizione per circa 30 minuti. Si toglie la pentola dal fuoco e si lascia raffreddare. Le foglie si trasferiscono poi in una bacinella contenente acqua fredda pulita, procedendo quindi alla rimozione della lamina fogliare strofinando delicatamente con uno spazzolino da denti.
La foglia ridotta a scheletro può essere poi sbiancata in acqua e candeggina ed eventualmente sottoposta a nuova tintura. Per una perfetta essiccazione, sarà importante inserirla tra due fogli di carta assorbente posti tra le pagine di un quotidiano. Il tutto andrà poi collocato sotto a dei pesi. La foglia sarà pronta in 2-4 giorni.

L'autrice

Appassionata da sempre del verde, organizza mostre di giardinaggio e si occupa della realizzazione di giardini. Il 27 ottobre 2012 terrà un corso di acquerello botanico presso l'azienda agricola di Maurizio Feletig ad Arignano -TO, aperto anche ai principianti. Potete seguire i consigli di Simonetta Chiarugi attraverso il suo blog
http://aboutgarden.wordpress.com/