

## RICETTE - Za'atar: un'erba, un condimento



Uno dei più straordinari mix di spezie del Medio Oriente (diffuso soprattutto in Siria, Libano, Giordania e Palestina) condivide il nome di un'erba aromatica, tanto che a volte è difficile capire se si stia parlando dell'erba oppure del condimento. Si tratta dello za'atar (una parola araba trascritta anche come *zaatar*, *zatar* oppure *zahtar*, di solito con l'accento sulla prima sillaba).

L'erba ha il nome botanico di *origanum syriacum* oppure *majorana syriaca*, è già il nome duplice fa capire che l'aroma della pianta è piuttosto particolare, e si situa in un'area intermedia tra quelli dell'origano, della maggiorana e del timo. In ebraico è chiamato *esob*, o issopo, e curiosamente è proprio quell'issopo di cui parla la Bibbia come strumento di purificazione (per esempio, nel Salmo 50)

Il mix si prepara secondo vari dosaggi a seconda delle varianti locali in Medio Oriente, ma il più tipico prevede, assieme all'erba, semi di sesamo tostati, sommacco (o sumac, composto dai frutti secchi della *rhus coriaria*) e sale. L'erba porta le note aromatiche dei suoi oli essenziali come il timolo, i semi di sesamo aggiungono la loro oleosità dall'aroma di noce, e il sumac introduce un fondo aromatico di limone privo di acidità.

### Ricetta

Un modo molto semplice per preparare lo za'atar a casa è di mantenere queste proporzioni:

- 2 cucchiaini di erba di za'atar;
- 2 cucchiaini di semi di sesamo tostati;
- 2 cucchiaini di sumac;
- mezzo cucchiaino di sale.

A seconda degli usi, gli ingredienti possono essere lasciati interi oppure tritati o pestati.

La migliore qualità di erba di za'atar è quella che contiene solo fogliette secche. Le qualità inferiori contengono anche gambi e rametti, che possono lasciare residui duri anche pestando l'erba in un mortaio. È sconsigliabile usare altre erbe al posto dello za'atar per il mix, ma chi non riuscisse a trovare l'erba giusta può ripiegare su un misto di timo, origano e maggiorana. Il sumac è forse la spezia più infernalmente difficile da trovare in Italia (nonostante, a nostra vergogna, la Sicilia sia piena di piante di sommacco, specialmente nelle province di Palermo e Trapani). Chi non abbia tempo e voglia di fare grandi fatiche per procurarsene, può avere un magro sostituto ripiegando sulla scorza di limone grattugiata e seccata.

Una volta mischiato e/o tritato, lo za'atar si conserva come la maggior parte delle spezie, per due anni o più.

## Uso

Il modo più immediato di consumare questo mix di spezie è su pezzi di pane o focacce. Sono ideali a questo fine i pani arabi, la pita, il *naan* indiano, il *puri* georgiano e tutti i pani larghi, piatti e morbidi. Ecco un esempio di focacce arabe (*manakish*) allo za'atar:



Nello scenario italiano, possiamo provare questo mix su pani da bruschette, piadine, focacce e pizze: i risultati saranno interessanti e appetitosi!

I pani non esauriscono comunque l'orizzonte culinario di questa spezia altamente versatile: lo za'atar può essere aggiunto a zuppe come il gazpacho, a paste come la crema di hummus, alle insalate, alle patate arrosto e a tutta una serie di prodotti da forno. Per esplorare una serie di ricette basate sullo za'atar, c'è un intero sito dedicato a questa spezia:

**[www.eatzaatar.com](http://www.eatzaatar.com)**

***"Mi aspergerai con issopo, e sarò purificato..." (Salmo 50)***