

Red gold Zafferano

a cura di Simona Tatasciore, Lilia Neri e Paola Pittia

Lo zafferano, *Crocus sativus* L. (famiglia: Iridaceae) è una pianta bulbosa perenne. Originaria dell'Asia minore, ora è coltivata in vari Paesi del bacino Mediterraneo, inclusa l'Italia compresa la regione Abruzzo che annovera il noto zafferano dell'Aquila DOP.

I fiori, di colore lilla- violaceo, possiedono tre stigmi di colore rosso da cui si ricava la spezia. Durante il periodo della fioritura, la raccolta si svolge la mattina, all'alba, prima che la luce del sole faccia aprire i fiori. Gli stigmi, separati dai fiori manualmente, sono successivamente essiccati con vari metodi convenzionali che variano a seconda dell'area di produzione, seguendo usi e tradizioni.

Lo zafferano è ampiamente utilizzato fin dall'antichità come erba medicinale e spezia con proprietà coloranti e aromatizzanti.



PROPRIETÀ e APPLICAZIONI

Lo zafferano è impiegato in campo alimentare per le proprietà aromatizzanti, coloranti ed amaricanti legate alla presenza di tre principali componenti: il **safranale**, le **crocine** e la **picrocrocina**, rispettivamente. Il contenuto di questi componenti, assieme all'umidità (< 12%) dipende da numerosi fattori (coltivazione, raccolta, essiccamento, stoccaggio) sono utilizzati per definire la classe di qualità (I, II, III) in accordo alle norme ISO (3632 1,2:2010-2011) Lo zafferano contiene inoltre proteine, carboidrati e grassi come pure altri composti bioattivi quali i **flavonoidi** (specie i flavonoli e i loro glicosidi corrispondenti), **monoterpeni** e derivati e quella dei composti contenenti azoto come amminoacidi e **alcaloidi**.

L'insieme di tutti i composti bioattivi presenti conferisce allo zafferano numerose proprietà. I carotenoidi, ed in particolare le crocine, ad esempio, svolgono attività antiossidante, antinfiammatoria e immunomodulante.

Alla spezia vengono attribuite anche proprietà farmacologiche antivirali, antitumorali, ipoglicemizzanti, ipolipidemiche e di potenziamento della memoria. Ha dimostrato, inoltre, potenzialità nel trattamento di malattie cardiovascolari, disturbi psichiatrici, malattie neurodegenerative, aterosclerosi, disturbi dell'apprendimento e della memoria, depressione, diabete e cancro. Oltre all'impiego nelle industrie alimentari come colorante aromatizzante e additivo alimentare, viene utilizzata nel settore nutraceutico ed erboristico sotto forma di tisane o integratori alimentari e nella cosmesi sotto forma di creme e profumi.