

Dossier di approfondimento:

“Il rooibos :la bevanda del benessere”



- *La pianta e le origini.....pg.1*
- *Il processo produttivo.....pg.2*
- *Le proprietà nutrizionali ed
organolettiche.....pg.2*
- *Il progetto sociale.....pg.4*
- *Il rooibos bio Ctm Altromercato....pg.6*
- *Conclusioni.....pg.7*

La pianta e le origini



La pianta, in latino “*Asoalathus linearis*”, appartiene alla famiglia delle leguminose; si presenta come un cespuglio di 1-2 metri d'altezza con dei rami lunghi, dai quali partono tanti ramoscelli con delle foglioline che danno questo aspetto cespuglioso. Le foglie ricordano gli aghi di pinastro e i fiori gialli sono simili a ginestre. L'arbusto da cui si produce il rooibos cresce in Sud Africa, esclusivamente nella regione del Cedarberg, tra le montagne più calde ed aride ove la pianta può godere delle piogge invernali e del suolo sabbioso di cui necessita.



L'acqua pura, l'aria fresca della montagna ed il caldo sole africano fanno sì che le foglie diventino di color rosso mogano, il colore tipico del Rooibos. L'infuso è caratterizzato da un gusto pieno e piuttosto simile a quello del tè che non a quello delle tisane. Il suo nome deriva dal

afrikans, la lingua parlata dai coloni provenienti dall'Olanda e significa “arbusto rosso”.

Si tratta di una delle poche piante della tradizione indigena che è diventata la bevanda nazionale del Sud Africa e costituisce un'importante coltivazione commerciale.



La bevanda è usata da secoli dalle popolazioni Khoisan che abitano la zona e che ne conoscono da sempre le proprietà. La storia del tè Rooibos non è antica come quella del tè verde o nero. Non si sa esattamente quanto vecchio sia il tè Rooibos neanche quando esattamente la gente dell'Africa del sud abbia incominciato a preparare come il tè la pianta Rooibos. Fu Benjamin Ginsberg, un immigrante russo e pioniere



nella zona, che nel 1904 si interessò al rooibos, e provenendo da una famiglia che era stata nell'industria del tè in Europa per secoli, non gli fu difficile introdurre la nuova bevanda sul mercato.

Il processo produttivo



La preparazione tradizionale prevede la raccolta della pianta in crescita dall'estate fino all'inizio dell'autunno, lo sminuzzamento delle foglie e dei ramoscelli con le asce in pezzi di 4 cm, la battitura con pestelli di legno, la fermentazione del prodotto in cumuli per 8-24 ore:

durante questo processo diventano rosso-marrone e si sviluppa il tipico aroma fruttato. Segue l'essiccamento e infine la preparazione della miscela aromatizzata. Oggi il rooibos è ancora prodotto più o meno allo stesso modo, ma per mantenerne un'alta qualità e purezza, viene



pastorizzato. Il Rooibos altromercato segue la seguente catena produttiva:

la coltivazione dei cespugli

e la raccolta viene effettuata dai singoli produttori della comunità di Wupperthal che trasportano il prodotto fresco alla Tea Court di Wupperthal; qui il rooibos viene sminuzzato e poi essiccato all'aria aperta. Subisce infine un processo di setacciatura prima dell'insaccamento.



Le proprietà nutrizionali ed organolettiche

Da accurati esami scientifici si è appreso che questo tè possiede delle preziose proprietà salutari e che la pianta Rooibos contiene più di 200 sostanze attive. Per queste caratteristiche è stato proclamato la Star fra i tè del Wellness. Tra i fattori nutrizionali a dimostrati effetti sulla salute si possono citare i seguenti:

- **Contiene molte sostanze minerali**, tra cui fosforo, ferro, vitamina C, magnesio che contribuisce a mantenere sano il sistema nervoso. Grazie alla presenza di calcio, manganese e fluoruro rinforza ossa e denti. L'ampio spettro di sostanze minerali presenti rendono questo infuso particolarmente indicato a chi pratica intensa attività sportiva;



- **Funziona da antivirale**: recenti studi dermatologici hanno indicato il tè di Rooibos quale prezioso aiuto nella lotta contro le infezioni virali;
- **Costituisce un rimedio contro i radicali liberi**: si è scoperto che il tè di Rooibos contiene 9 diversi tipi di flavonoidi. Quattro di questi sono particolarmente potenti: sono la **quercetina**, la **luteolina**, l'**isoquercetina** e la **rutina**. E' stato trovato recentemente da scienziati giapponesi il flavonoide **aspalathin**, che attualmente non è stato ritrovato in nessun altro alimento;



La loro sinergia, unita all'elevato contenuto in vitamina C del tè stesso (1,5 mg/ml), dà come risultato una potente azione antiossidante, capace di combattere i radicali liberi presenti nell'organismo.

In questo senso, il tè di Rooibos è particolarmente indicato a chi ha più di 40 anni ed è fisicamente attivo; infatti, più l'età è avanzata, meno l'organismo può combattere autonomamente i radicali liberi.

- Non contenendo caffeina, teina o altre sostanze eccitanti, può essere consumato in ogni momento della giornata e da chiunque; presenta effetti benefici contro il nervosismo: aiuta chi soffre di insonnia e di emicrania con il suo effetto distensivo sul sistema nervoso centrale. Presenta proprietà antispasmodiche e calmanti e perciò viene ampiamente usato per i bambini che soffrono di coliche o come succedaneo del latte per coloro che sono allergici al latte. Ha anche un

effetto calmante sulla pelle: se applicato localmente allevia le irritazioni cutanee ed aiuta a combattere eczemi, acne e macchie cutanee;

- E' usato come **pianta medicinale per i disturbi digestivi** legati a problematiche dello stomaco e dell'intestino; presenta effetti depurativi a livello epatico e non irrita i reni;
- **Non contiene acido ossalico** e quindi può essere assunto anche da chi soffre di calcoli;
- Sono stati evidenziati **effetti contro l'ipertensione**;
- Ha un **apporto calorico pari a zero**;
- L'infuso presenta **colore ambrato**, il gusto ricorda quello della nocciola; grazie al basso contenuto di tannino il suo sapore si rivela tenero, dolce anche senza aggiunta di dolcificanti, lievemente astringente, e anche se lasciato a lungo in infusione non rilascia il retrogusto amaro tipico del tannino;

Il progetto sociale



Il rooibos distribuito dal CTM Altromercato, fa parte del progetto “**Wupperthal Rooibos Farmer**”, che coinvolge circa 55 piccoli produttori della zona ad ovest di Clanwilliams (Western Cape), che coltivano, confezionano e commercializzano questo prodotto tipico. Si tratta di gruppi di agricoltori che

dispongono di poca terra, solo 10 ne possiedono circa 5 ettari a testa mentre gli altri lo raccolgono nelle coltivazioni messe a disposizione da una chiesa locale. Tutto il processo di coltivazione e lavorazione del rooibos è effettuato manualmente e nei mesi estivi, tra gennaio e marzo, quando le temperature medie sono tra i 40 e 45 gradi, assicurando una rapida e corretta fermentazione ed essiccazione.



Le attività produttive della zona sono prevalentemente agricole e in parte artigianali. L'intera comunità ha origine da una missione protestante tedesca (chiesa morava), un cui pastore ha comprato nel 1830 la terra dell'intera zona e ha avviato l'attività di



predicazione e di costruzione di scuole, la chiesa, edifici vari.



La popolazione della zona è interamente “coloured” (lo è anche l'attuale pastore),

probabilmente proveniente da schiavi liberati che con il tempo si sono rifugiati in questa zona isolata.

La proprietà della terra è ancora integralmente della missione, per cui i contadini devono pagare un affitto e chiedere il permesso per utilizzare nuova terra.

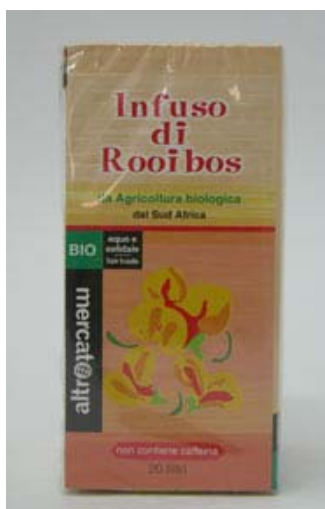


Rispetto ad altri produttori sudafricani (es: honeybush), a Wupperthal sono riusciti a effettuare internamente la prima lavorazione del rooibos, che pertanto non viene quasi più venduto fresco a prezzi bassi.

La cooperativa **HEIVELD COOP** in Sud Africa è sorta nel 2001 nel villaggio di Nieuwooudtville; ha come scopo principale il sostenimento dello sviluppo economico e sociale della comunità del Suid Bokkeveld tramite la coltivazione, lavorazione e vendita del rooibos. L'atto costitutivo, infatti, specifica che il 30% dei ricavi vengano destinati a beneficio degli abitanti precedentemente discriminati in base alla razza o al sesso.



Il rooibos bio Ctm Altromercato



- La confezione contiene 20 filtri
- Prezzo: 1.95 €
- Produttore: Heiveld
- % di ingredienti del commercio equo: 100%

La lavorazione è effettuata presso la Tea Court, un'area impermeabilizzata e recintata che è stata costruita in Wupperthal ed è gestita da un Comitato eletto dagli stessi produttori: qui si effettua la prima lavorazione del prodotto fresco: triturazione, essiccazione su aria protetta, insaccamento in big bags. La ditta Tolbos effettua la vagliatura del prodotto già essiccato, pastorizza in corrente di vapore, imbusta in teabags e confeziona il prodotto finito.

Il rooibos viene importato in Italia tramite l'organizzazione di commercio equo olandese FTO. La distribuzione in Italia è a cura di Ctm Altromercato. La certificazione da agricoltura biologica è realizzata da Ecocert.

Modalità di preparazione base:

Il tè Rooibos può essere preparato caldo o freddo; è possibile gustarlo al naturale essendo già dolciastro, o aggiungendo dello zucchero, del latte o succo di frutta, ed è utilizzabile come



ingrediente principale nelle dissetanti bevande estive.

Per ottenere la classica "bevanda arcobaleno" è sufficiente mettere un filtro in ogni tazza ed aggiungere acqua bollente senza versare direttamente sul



filtro, lasciando in infusione per almeno 5-6 minuti.



Particolarmente gradito se nella tazza si aggiunge una fetta di limone e si addolcisce con miele, anziché con zucchero, oppure rum. Più lungamente è lasciato riposare prima di berlo, più antiossidanti conterrà.

Conclusioni



La mission della cooperativa è quella di produrre e commercializzare rooibos biologico ad un prezzo equo per poter creare migliori condizioni di vita per i piccoli produttori e altri membri meno privilegiati della comunità. Lo statuto della cooperativa infatti ha tra gli obiettivi non solo organizzare persone socialmente svantaggiate in una struttura controllata democraticamente dai suoi membri, ma anche promuovere lo sviluppo sociale ed economico della comunità anche attraverso corsi di formazione, agevolazioni di credito e servizi comuni. Per le persone “coloured” di quest’area il significato di giustizia sociale sta nel vedere riconosciuta la proprietà delle terre che una volta appartenevano ai loro antenati; i primi proventi della vendita del rooibos sono stati infatti utilizzati proprio per riacquistare le terre espropriate.