

Montagna.
Attenzione al vin brulé (per via della CANNELLA Cassia)

In montagna, dopo una sciata capita di finire con un assaggio di vin brulé, cioè vino caldo aromatizzato. Chi ha cura del proprio fegato dovrebbe astenersi dal bere vin brulé e dall'uso di prodotti alla cannella. Questa spezia aromatizzante, aggiunta al vin brulé, ha perso la sua buona reputazione. L'Istituto di valutazione dei rischi sanitari (BfR, Germania) mette in guardia dalle cumarine contenute nella cannella: possono nuocere alle cellule epatiche, cioè al fegato.

Le cumarine sono sostanze che si percepiscono con l'odore del fieno fresco. In naturopatia vengono sfruttate soprattutto come antiartritici sotto forma di impacchi di fieno.

In commercio esistono due varietà di cannella: la **cannella Cassia** e la Ceylon. La prima è usata prevalentemente per la produzione di dolci industriali e contiene un'alta concentrazione di cumarine, la seconda, utilizzata comunemente in cucina, non pone problema a livello sanitario. L'uso di cannella Ceylon per la preparazione di dolci casalinghi, o per il classico vin brulé familiare, non presenta quindi rischi per la salute a patto che non se ne faccia un uso eccessivo.

Primo Mastrantoni