

nome scientifico
famiglia di appartenenza

nome comune

foto della specie

particolare

area linguistica

area botanica

area gastronomica

area di interesse vario

- **Area gastronomica** – nella quale si precisano le parti della pianta commestibili e i periodi ottimali di raccolta segnalandoli attraverso una barra con i mesi dell'anno [se la parte edule è una sola, i mesi sono indicati con uno sfondo verde, se sono due, per la seconda si usa il colore rosso. Allorquando i mesi di prelievo di entrambe le parti commestibili si sovrappongano, la casella/mese risulta sfumata in verde/rosso]. Cardine della sezione sono le diverse indicazioni d'uso alimentare secondo i dettami del ricettario gastronomico volterrano e di quello toscano. A completare questa sezione sono sintetizzate le principali caratteristiche organolettiche, sapore e odore, della pianta in esame o di altri congeneri da impiegare come succedanei;
- **Area di interesse vario** – è una miscellanea di note e di curiosità che vanno dalle notizie etnobotaniche (usi medicinali, veterinari, magici ecc., secondo la tradizione popolare volterrana o, più in generale, della Toscana), alle indicazioni di carattere fitochimico, di impiego nella farmacopea ufficiale, alle possibili specie vegetali confondibili con le omologhe velenifere e altro ancora.

Le piante esaminate sono trattate in schede, in ordine alfabetico secondo il nome scientifico, e si sviluppano su due pagine:

- nella prima abbiamo un collage di foto che evidenzia la specie nella sua interezza e nel luogo naturale di crescita, con l'aggiunta di illustrazioni di dettaglio delle parti commestibili da raccogliere (foglie, fiori, frutti, radici, semi ecc.). Questo permetterà al lettore di avere un valido strumento per riconoscere sul campo le piante descritte, sempre prestando la dovuta cautela per una corretta identificazione botanica;
- nella seconda, invece – dopo aver indicato il binomio linneano, la famiglia d'appartenenza e il nome italiano – si affrontano quattro aree di interesse:
 - **Area linguistica** – nella quale è proposta l'etimologia più accreditata del nome scientifico, del genere e dell'epiteto specifico. Inoltre sono riportati i principali nomi attraverso i quali la popolazione toscana designa la pianta in esame e quelli registrati localmente nel Volterrano;
 - **Area botanica** – nella quale la singola pianta è descritta in tutte le sue parti, dall'*habitus* alla morfologia delle foglie, dei fiori, dei frutti, con informazioni puntuali sul periodo di fioritura, oltre a specifici dettagli sugli ambienti di crescita e di distribuzione geografica, a livello regionale e nazionale;



Proficua raccolta di erbe selvatiche



Arbutus unedo L.
fam.: Ericaceae

Significato del nome scientifico: *Arbutus* è la denominazione latina di questa pianta; forse trae origine dal celtico *arbois* (ruvido), in riferimento alla superficie verrucosa del frutto. L'epiteto specifico *unedo* è legato al latino *unum* (uno) e *edo* (mangio), ossia "ne mangio uno solo", in relazione alle non pregevolissime qualità organolettiche.

Com'è chiamata in Toscana? Aibbatrella, albatrella, albatro, albeta, albetrello, arbatra, arbatrello, arbetrello, arbetto, arbuto, baciurlo, ciregia marina, chicchirillò, corbezzolo, erbitro, mamponi, marmolotte, marmotla, pan del lupo, rossello, scalbatrella, solbastrelle, sorbezzola, urla/o.

Alcuni nomi registrati nel Volterrano: Arbatro, corbezzole/o.

Come si riconosce? È un arbusto (o albero) sempreverde a chioma espansa, alto 1-8 m. La corteccia è rossastra e desquamante in scaglie sottili. Le foglie sono semplici, alterne, lanceolate, dentellate ai margini, lucide e di consistenza coriacea. I fiori sono ermafroditi, regolari, con corolla a mo' di piccolo otre di colore bianco-crema o rosati, raccolti in grappoli penduli. Fiorisce in ottobre-novembre. Il frutto è una bacca, rugosa, sferica, rossastra a maturità.

Dove vive in Italia? È presente su quasi tutto il territorio nazionale, assente in alcune regioni del settentrione.

In quali ambienti cresce? Macchie, leccete, da 0 a 800 m s.l.m.

Quali parti si raccolgono? Frutti.

Come si cucina? I frutti sono consumati crudi, in macedonia, in marmellata e per aromatizzare la grappa. Una caratteristica gelatina si ottiene dai frutti mediante bollitura, spremitura e aggiunta di zucchero. Dalla vinaccia, messa a fermentare in acqua assieme alle corbezzole, si ottiene, dopo svinatura, una gradevole bevanda detta "vino". In altre zone della Toscana, i frutti sono usati per insaporire l'aceto e per preparare sciroppi, dolci e fermentati alcolici.

Che sapore e odore ha? Il sapore è gradevole, dolciastro, tipico, con la polpa granulosa. L'odore è poco significativo.

Quando si raccoglie?

gen.	feb.	mar.	apr.	mag.	giu.	lug.	ago.	set.	ott.	nov.	dic.
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Note e curiosità: nel Volterrano, dalle foglie si prepara un infuso da bere per aumentare la diuresi e per problemi prostatici, mentre il decotto della radice è bevuto come antidolorifico in caso di sciatalgia. Le corbezzole impiegano un anno a maturare ed ecco perché nello stesso momento compaiono sulla pianta i frutti maturi, acerbi e i fiori.



Asparagus acutifolius L.

fam.: Liliaceae

ASPARAGO SELVATICO

77

Significato del nome scientifico: *Asparagus* deriva dal greco *sparasso* (lacerare), alludendo, forse, alla forma dei getti (turioni), a forma di lancia, mentre il termine *acutifolius* si riferisce alla morfologia delle “foglie”, in realtà fusti appiattiti detti cladodi.

Com'è chiamata in Toscana? Asparago (di monte, selvatico, sarvad'go, petreo), asparagina, corruda, palazzo di lepre, sparaghella, sparagiaja, sparagina, spargio (di bosco, spinoso), sparago selvatico, sparavello, spargio, sparzi, spazzole.

Alcuni nomi registrati nel Volterrano: Asparagio, sparagi.

Come si riconosce? È una pianta perenne, cespugliosa e rizomatosa. Il fusto è di norma legnoso e strisciante, alto 30-150 cm. I rami secondari sono trasformati in foglie rigide (cladodi), aghiformi e pungenti, disposti in verticilli all'ascella delle vere foglie ridotte a piccolissime squame. I fiori sono ermafroditi, regolari, penduli, con sei tepali bianco-verdastri. Fiorisce da luglio a settembre. Il frutto è una piccola bacca, carnosa, sferica e nerastra a piena maturità.

Dove vive in Italia? È presente su quasi tutto il territorio nazionale (assente in alcune regioni del nord).

In quali ambienti cresce? Macchia, lecceta, gariga, siepi, cespuglieti, luoghi sabbiosi, oliveti, incolti, da 0 a 1.300 m s.l.m.

Quali parti si raccolgono? Getti primaverili (turioni).

Come si cucina? I giovani getti si usano nella preparazione di frittate, risotti, sughi per pastasciutte o più semplicemente lessi e conditi con olio, limone o aceto. Nella gastronomia toscana gli asparagi selvatici sono impiegati anche nella preparazione di minestre, minestrone, zuppe e sottolio; è usato anche il congenere *A. tenuifolius* Lam.

Che sapore e odore ha? Il sapore è tipico, gradevolmente amarognolo, mentre l'odore è insignificante.

Quando si raccoglie?

gen.	feb.	mar.	apr.	mag.	giu.	lug.	ago.	set.	ott.	nov.	dic.
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Note e curiosità: la medicina popolare toscana impiega il decotto di germogli, per via orale, come diuretico. Tale proprietà, nota anche alla medicina ufficiale, è legata alla presenza dell'amminoacido asparagina. L'uso alimentare di questa specie è controindicata nei pazienti con calcolosi renale o gotta, poiché la specie è ricca di acido urico e ossalico.



Cornus mas L.
fam.: Cornaceae

Significato del nome scientifico: *Cornus* è il nome latino di questa pianta, forse, legato a *cornu* (corno), in riferimento alla durezza del suo legno. L'epiteto specifico *mas* è l'omonima parola latina di maschile, in riferimento, al dio della guerra, Marte, e all'usanza di realizzare i giavellotti con il suo resistente legno.

Com'è chiamata in Toscana? Corgnolo, cornajo, corniello, cornio, corniole, corniolo, corno, crogna/o, crognola/e/o, grugnale, grugnolo, sanguine, sanguino maschio.

Alcuni nomi registrati nel Volterrano: Crognolo.

Come si riconosce? È un arbusto o un albero alto fino a 8 m, con chioma espansa. Il fusto ha la corteccia grigia con tipiche sfumature rossastre. Le foglie sono opposte, picciolate, semplici, ellittiche, a margine intero, apice acuminato, con 3-5 nervature. I fiori sono ermafroditi, regolari, con quattro petali gialli, raccolti in piccoli grappoli ombrelliformi. La fioritura, tra marzo e aprile, precede la comparsa delle foglie. Il frutto è una piccola oliva rossa e succosa, che matura in agosto-settembre.

Dove vive in Italia? È presente su tutto il territorio nazionale a eccezione delle isole (Sardegna e Sicilia).

In quali ambienti cresce? Boschi di latifoglie (castagneti, querceti, carpineti), dalla collina alla montagna fino a 1.400 m s.l.m.

Quali parti si raccolgono? Frutti.

Come si cucina? I frutti ben maturi si consumano freschi o in marmellata. In Toscana, oltre a questi impieghi ne sono documentati altri, come la preparazione di gelatine, di sciroppi e di liquori, mettendoli a macerare in alcool etilico, acqua e zucchero.

Che sapore e odore ha? Il sapore è dolciastro, gradevolmente acidulo, mentre l'odore è leggermente vinoso.

Quando si raccoglie?

gen.	feb.	mar.	apr.	mag.	giu.	lug.	ago.	set.	ott.	nov.	dic.
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Note e curiosità: nel Volterrano, il legno, noto per la sua durezza e per essere inattaccabile dai tarli, veniva usato per costruire le gabbie e i posatoi per gli uccelli; a tal fine si adoperava anche la specie affine *C. sanguinea* L.

L'azione astringente dei frutti era sfruttata dalla popolazione locale in caso di dissenteria. I frutti hanno un alto tenore di vitamina C, assai maggiore rispetto ai comuni agrumi.



Robinia pseudacacia L.
fam.: Leguminosae

ACACIA, ROBINIA

159

Significato del nome scientifico: *Robinia* è dedicato a Jean Robin (1550-1629), giardiniere del re di Francia Enrico IV, il quale pubblicò un catalogo in cui per la prima volta compariva questa esotica, mentre l'epiteto specifico *pseudacacia* sottolinea la somiglianza con le piante del genere *Acacia*.

Com'è chiamata in Toscana? Acacia, acaggio, acascio, agace, agacia, agaggio, gascia, cascia, falsa gaggia, gaggia, la spinosa, robinia.

Alcuni nomi registrati nel Volterrano: Cascia, acacia.

Come si riconosce? È un albero o arbusto, caducifoglio, alto 2-25 m. I fusti sono eretti, spinescenti, grigiastri, rugosi e con fratture longitudinali. Le foglie sono composte e imparipennate, provviste alla base di spine acuminate, formate da 13-15 foglioline ellittiche, arrotondate all'apice e a margine intero. I fiori sono ermafroditi, con corolla papilionata con cinque petali bianchi, riuniti in racemi penduli. Fiorisce da maggio a giugno. Il frutto è un legume, appiattito e glabro.

Dove vive in Italia? È comune in tutto il territorio nazionale.

In quali ambienti cresce? Siepi, boscaglie, incolti, argini, ambienti sinantropici, dal piano fino a 1.400 m s.l.m.

Quali parti si raccolgono? Infiorescenze e **Getti**.

Come si cucina? Le infiorescenze, raccolte quando i fiori sono semiaperti, vengono passate in pastella e fritte; esiste la duplice versione, salata e dolce. Nel territorio volterrano, questa tradizione gastronomica è di recente acquisizione. In Toscana, i teneri getti si gustano nelle zuppe.

Che sapore e odore ha? Il sapore dei fiori è dolciastro e l'odore è intenso, aromatico.

Quando si raccoglie?

gen.	feb.	mar.	apr.	mag.	giu.	lug.	ago.	set.	ott.	nov.	dic.
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Note e curiosità: nel Volterrano, foglie e rami si aggiungono al foraggio dei conigli come ottimo nutriente capace di favorire il consumo dei denti. Questa specie fu introdotta in Europa nel XVII secolo, acclimatandosi perfettamente. È originaria del continente nordamericano. Inizialmente era coltivata come pianta ornamentale, mellifera, successivamente fu apprezzata come specie forestale per il rapido accrescimento, l'adattabilità e l'assenza di problematiche fitosanitarie, che la rendono, oggi, infestante.

La medicina popolare toscana documenta l'infuso di fiori da somministrare oralmente come carminativo, antinausea e stomachico, mentre quello di foglie è ritenuto un medicamento colagogo e blandamente lassativo.



Taraxacum officinale Weber (group)

fam.: Compositae

TARASSACO, DENTE DI LEONE

179

Significato del nome scientifico: *Taraxacum* è legato ai termini greci *táraxis* (turbamento) e *akos* (rimedio), in relazione alle note proprietà medicinali, mentre l'epiteto specifico *officinale*, dal latino *officina*, nel senso di laboratorio di trasformazione delle piante in farmaci.

Com'è chiamata in Toscana? Capo (di frate, di monaco), cicoria selvatica, dente di (cane, leone), frati, girasole, grugno di porco, ingrassaporci, insalatina selvatica, passalet, pisacan, pisaletto, pisallet, pisciacane, pisciaàne, piscialetto, piscialetto, piscialletto, pissacan, pissalet, pissaletto, radicchietta, radicchio, radicchio (di campo, matto, selvatico), spengelume, stella gialla, soffione, tarassaco, testa de frato.

Alcuni nomi registrati nel Volterrano: Pisciacane, bugie, tarassaco.

Come si riconosce? È una pianta erbacea perenne, polimorfa, con radice grossa, carnosa, a fittone e laticifera. I fusti fiorali sono eretti, afilli (privi di foglie), cavi, alti 15-40 cm. Le foglie, tutte basali in rosetta, sono roncinate, con lobi laterali triangolari e uno apicale assai grande. I fiori sono ermafroditi, ligulati, gialli, raccolti in capolini solitari. Fiorisce nel periodo da febbraio ad ottobre (eccezionalmente, tutto l'anno). Il frutto è un achenio con pappo ombrelliforme.

Dove vive in Italia? È comunissima su tutto il territorio nazionale.

In quali ambienti cresce? Incolti, prati, ruderi, vigneti, oliveti, coltivati, ambienti sinantropici, dal piano fino a 1.700 m s.l.m.

Quali parti si raccolgono? Foglie e **Radice**.

Come si cucina? Le tenere foglie basali si consumano fresche in insalata, cotte e miste ad altre erbe di campo o nella zuppa. Nelle pratiche fitoalimurgiche toscane, ben documentato è l'uso di questa specie, usata fra l'altro nel ripieno delle torte salate e nei minestrini di verdura; si adoperano anche i boccioli preparati come i capperi, mentre con le radici, tostate e macinate, in passato si realizzava un ottimo succedaneo del caffè.

Che sapore e odore ha? Il sapore delle foglie è amaro (variabile), mentre l'odore è insignificante.

Quando si raccoglie?

gen. feb. mar. apr. mag. giu. lug. ago. set. ott. nov. dic.

Note e curiosità: nel Volterrano la tradizione popolare impiega l'infuso di foglie da bere come depurativo e antireumatico. La medicina ufficiale utilizza le foglie e le radici soprattutto per le loro proprietà diuretiche, colagogo-coleretiche e blandamente lassative.