

“I Martedì a Palazzo Ducale”
Palazzo Ducale, Sala Francesco Borlandi, Società Ligure di Storia Patria
Genova 12 aprile 2011

USI E NOMI TRADIZIONALI DELLE PIANTE NEL GENOVESATO E IN LIGURIA

Laura Cornara e Arianna La Rocca
Polo Botanico Hanbury, Dip.Te.Ris., Università degli Studi di Genova

La ricerca etnobotanica

Il territorio della Liguria che è stato oggetto di indagini etnobotaniche riguarda una superficie di circa 1200 Km², corrispondente al 22 % dell'intera regione. Al fine di ampliare e approfondire la conoscenza etnobotanica del nostro territorio, il Polo Botanico Hanbury dell'Università di Genova, ha ripreso le ricerche in questo settore, a partire dal 2006, nell'area della Riviera spezzina, comprendente i comuni di Deiva Marina, Framura, Bonassola e Levanto (Cornara et al., 2009). La ricerca è stata poi estesa al territorio del Golfo Paradiso, coinvolgendo i comuni costieri di Bogliasco, Recco, Camogli, Sori, Pieve Ligure, e quelli più interni di Uscio e Avegno ed è ormai in fase conclusiva. Per quanto riguarda, invece, le altre provincie liguri, alcuni dati preliminari sono stati raccolti nella zona di Quiliano, nel savonese, e nel comune di Sanremo e di Cosio d'Arroscia, nell'imperiese.

Le informazioni sull'utilizzo tradizionale delle piante spontanee, sono state raccolte per mezzo di interviste alla popolazione locale. Fino ad oggi, gli informatori intervistati, scelti sulla base di precisi requisiti (nati o residenti da tempo nella zona d'indagine, usi delle piante appresi esclusivamente per tradizione orale all'interno della comunità locale), sono stati 130, con una netta prevalenza di donne (84 donne e 46 uomini), dato che rivela come la conoscenza delle piante e dei loro utilizzi sia un sapere trasmesso di generazione in generazione, prevalentemente “al femminile”.

La fascia di età più rappresentata risulta quella compresa tra 76 e 85 anni, fatto che dimostra l'importante ruolo ricoperto dalle persone anziane, quali depositari della memoria storica e delle tradizioni del territorio.

Le piante censite, tramite più di 2000 citazioni raccolte, rientrano in diversi settori d'uso che sono stati raggruppati in una serie di categorie generali, tra cui quelle alimentare e medicinale sono le più rappresentate. Altri usi comprendono quello domestico, cosmetico, artigianale, agro-pastorale, veterinario, magico/rituale e religioso, oltre ad usi minori.

I nomi delle piante

Nel linguaggio comune le piante sono individuate spesso in maniera poco precisa, ad esempio facendo riferimento ad “un'erba che si mangia”, “un arbusto spinoso” o “una pianta profumata”.

I nomi comuni sono noti per la maggior parte delle specie coltivate (pomodoro, cavolo, grano, vite, ecc) e per le specie arboree di importanza economica (pino, quercia, melo, ecc). Molte specie spontanee, però, sono chiamate con lo stesso nome in virtù di una particolare caratteristica o proprietà (come nel caso delle specie officinali). Ad esempio, l'Erba di San Giovanni è il nome dato a diverse specie raccolte al solstizio d'estate, in corrispondenza della Festa di S. Giovanni Battista (24 giugno), come *Hypericum perforatum* e *Achillea millefolium*, che appartengono a famiglie diverse, rispettivamente *Hypericaceae* ed *Asteraceae*. Come riferisce Penzig (1924), con il nome di Erba di San Giovanni in Toscana si indica anche *Sedum telephium*, mentre in Piemonte si indica anche *Verbena officinalis* e in provincia di Modena *Lavandula spica*. Inoltre, tra le erbe di San Giovanni, in molte zone d'Italia sono comprese specie come l'assenzio e la ruta.

Per quanto riguarda i nomi dialettali delle piante, questi variano sia tra regioni diverse che all'interno di una stessa regione. **Corbezzolo**, per esempio, è il nome comune italiano della specie *Arbutus unedo*, dove *Arbutus* deriva dall'etimo celtico *arboise*, alberello aspro, e *unedo* dal latino *unum edo* (ne

mangio uno), indica che i frutti, con proprietà lassative, vanno mangiati con moderazione; il termine **corbezzolo** deriva invece dal vocabolo germanico kirsch-büschel, grappolo di ciliegie o, secondo una diversa interpretazione, dal latino corbíceus, da corbus, corvo, con il significato di “albero del corvo”.

Per quanto riguarda i vari nomi con cui la pianta è indicata nelle diverse regioni italiane, sono estremamente diversificati, come illustrato dai seguenti esempi: in Liguria: armurtìn, mèellarmutti (SP), armùn (GE), murta, mèelli da murta (SV), arbüssaru (San Remo, IM) e audùn (Pigna, IM); in Toscana albatro, albatrello; in Piemonte frola marina, frola d’Natal; in Veneto fraghe de montagna; in Umbria lallerone, allerone; in Campania suorvo di macchia, suorvo marino; in Puglia rusciolo; in Calabria cacùmmaro; in Sicilia mbriàculu, miràculi; in Sardegna olidoni, ghilisoni.

Vale poi la pena ricordare che nel periodo risorgimentale, l’albero per la contemporanea presenza in autunno dei tre colori bianco (fiori), rosso (frutti) e verde (foglie), coincidenti con quelli della bandiera italiana, era considerato simbolo dell’unità nazionale.

In realtà, solo il **nome scientifico** individua con precisione la specie: esso è dato da un binomio seguito dal nome dell’autore, colui che per primo ha descritto validamente e dato un nome a quella specie, seguendo la “nomenclatura binomia” generalizzata e codificata da Linneo nell’opera Species Plantarum del 1753. La **nomenclatura botanica** è una branca della sistematica vegetale, che si occupa delle norme che regolano la formazione e l’attribuzione dei nomi di specie, generi, famiglie, ecc., per evitare ambiguità, secondo le regole del Codice Internazionale di Nomenclatura Botanica, o ICBN (Greuter et al. 2000).

Un esempio può essere Galanthus nivalis L., che corrisponde al nome scientifico della specie conosciuta come bucaneve, dove Galanthus è il nome del genere, nivalis rappresenta l’epiteto specifico e “L.” indica l’autore, in questo caso lo stesso Linneo, che per primo ha descritto questa specie. Il nome del genere deriva dal greco γάλα, latte e ανθος, fiore, e significa “fiore bianco come il latte”. L’epiteto specifico deriva dal latino nix, nivis, e quindi nivalis, sta a significare “delle nevi”, sia per il colore bianco che per la precoce fioritura.

Dietro ai nomi latini delle piante spesso ci sono anche riferimenti diversi dalle caratteristiche morfologiche o ecologiche della pianta. Per esempio, Atropa belladonna deve il nome generico ad Atropos, la terza delle Parche della mitologia greca, che recide il filo della vita ai comuni mortali. ad indicare la velenosità della pianta, che contiene alcaloidi tossici, mentre l’epiteto specifico belladonna ricorda l’uso cosmetico che se ne faceva in passato per dilatare la pupilla (midriasi) e conferire fascino allo sguardo femminile.

Va poi ricordata come curiosità la **Teoria della Segnatura**, teorizzata da Paracelso (1493-1541), medico e filosofo del Rinascimento, che sosteneva che non si doveva trascurare la forma dei “semplici” (piante medicinali), tenendo conto: della somiglianza della pianta/porzione con un organo umano; della pianta con forma/comportamento di un animale; del colore della pianta con colore dei sintomi della malattia/fenomeno medico. Alcuni esempi: l’**equiseto**, per il fusto articolato (vertebre), era impiegato per la cura delle malattie originanti dalla colonna vertebrale; l’**iperico** con foglie bucherellate (ferite) e ghiandole secrete con un pigmento di colore rosso (sangue) era ritenuto utile per curare le ferite; la **chelidonia**, come altri fiori gialli, tipo tarassaco e linaria, erano indicati per la cura del fegato e dell’itterizia.

Se ora analizziamo il **nome dialettale** di alcune piante, possiamo comprendere come talvolta esso si riferisca a caratteristiche e proprietà della pianta, o a credenze ad essa legate, sebbene spesso sia invece difficile comprendere il reale significato dei termini con cui le piante sono indicate.

Equisetum, è il nome del genere che deriva da équus, cavallo, seta, setola, crino, e ad esso appartengono diverse specie, il cui principale utilizzo è collegato alle loro proprietà diuretiche e antinfiammatorie delle vie urinarie, dovute alla presenza di flavonoidi e sali minerali.

Alcuni nomi dialettali usati in Liguria per gli **equiseti** fanno riferimento alla somiglianza della pianta alla coda di un animale, o dei suoi rametti agli aghi di una conifera: **còdeghe** (Sarzana), **pinèlla**, **cua vulpina** (Riviera spezzina), **erba cipressina** (Uscio), **cua de cavallo**, **cua d’ase** (GE), **pinetta** (San Bernardo), **pin d’aegua** (Porto Maurizio), **erba setaria** (Valle Arroscia).

Un'altra pianta tipica della nostra riviera e di antico utilizzo a scopo diuretico è il **finocchio di mare**, *Crithmum maritimum*, il cui nome ha etimologia incerta: secondo una teoria, *Crithmum* deriverebbe dal greco *kréas*, carne, e *témno*, tagliare, in riferimento alle sue foglie carnose, 2-3-pennatosette, oppure potrebbe derivare dal termine greco *krité*, orzo, per la somiglianza dei frutti a questo cereale. L'epiteto specifico *maritimum*, invece, richiama il tipico habitat della pianta, diffusa prevalentemente nelle zone costiere, in prossimità del mare. Ai nomi comuni di **finocchio di mare**, **finocchio marino**, **critmo**, **cretamo**, **spaccasassi**, **erba di San Pietro**, corrispondono i nomi dialettali liguri di **fenuggiu marin**, **fenuggiu men** (Golfo paradiso, Porto Maurizio), **risìn**, **rizu de ma** (Bogliasco), **bassiga**, **basciggia**, **bassiggia** (Ge, Riviera spezzina) ed **erba de San Pié** (Pontedecimo), in quest'ultimo caso con un preciso riferimento a San Pietro, protettore dei pescatori. In virtù delle sue proprietà antiscorbutiche (è ricco infatti di vitamina C), nell'800 marinai e naviganti del Mediterraneo facevano commercio delle foglie di **critmo** come valido antiscorbutico, da portare nei lunghi viaggi per mare, conservandole nelle tipiche arbanelle sotto sale, come i capperi.

La chelidonia, *Chelidonium majus*, secondo Dioscoride deve il nome del genere al termine greco *chelidòn*, rondine, in relazione al fatto che il suo ciclo vegetativo coincide con l'arrivo e la partenza di questo uccello; la pianta era infatti nota presso i latini con il termine di *Hirundaria*.

I nomi dialettali usati in Liguria, **erba da porrìn**, **erba purinn-a** (GE), **toescegu** (SV), **erba de sugu giallu** (IM), richiamano le note proprietà della pianta, il cui lattice giallo-arancio ha azione cheratolitica ed è impiegato per il trattamento di verruche e porri.

Nella Riviera ligure sono diffusamente note e utilizzate prevalentemente per curare mal di denti e gengiviti o come rinfrescante e lassativo due Malvaceae, **malva** e **lavatera**. *Malva sylvestris* è chiamata in dialetto **varma**, **marva servèga** (GE), **varmetta** (SV), mentre *Lavatera arborea* è nota come **marvùn** (GE), **varmetta dumestega**, **varmelùn** (SV). Questi nomi sembrano derivare direttamente dal nome latino del genere, *Malva*, dal greco *malakòs*, molle, in virtù delle proprietà emollienti della pianta.

Anticamente, per curare pustole e foruncoli infetti (ciavelli), si usavano le foglie di diverse specie di **romice**, appartenenti al genere *Rumex*, che in latino significa lancia, evidenziando la similitudine delle foglie astato-sagittate di queste piante, alla lancia di un'antica alabarda. Alcuni nomi dialettali in Liguria riprendono il nome del genere: **rùmexa**, **rémexa** (GE), **rüumexa** (levante ligure), **rùmixa** (Mele), **rùsma** (Masone), mentre con il termine **erba gretta** (GE) si fa riferimento alla modalità di utilizzo delle foglie, sminuzzate (da *gretìn*, che si sgretola).

Per la cura della pelle, e in particolare per curare ferite e ustioni, è ancor oggi usato l'oleolito di **iperico**, chiamato "olio per tagli", ottenuto per macerazione al sole delle sommità fiorite di *Hypericum perforatum*, in olio d'oliva. La pianta è una delle erbe raccolte in prossimità della festa di San Giovanni Battista (24 giugno), ritenute dotate di potenti virtù, quasi "magiche". Infatti, lo stesso nome del genere sembra derivare dal greco *huper-eikon*, che scaccia le immagini, allontana gli spiriti (per l'uso della pianta come amuleto). Alcuni nomi dialettali liguri riprendono le caratteristiche sopra descritte: **erba de San Giambattista**, **scacciadiäu** (GE), mentre il nome di **sanguespesso**, anch'esso usato nel genovesato, si riferisce al tipico colore rosso assunto dall'oleolito e dovuto alla presenza del pigmento (ipericina) di cui la pianta è ricca. Altri termini come **erba peja** (Masone) e **pelissan-a** (San Bernardo) potrebbero invece derivare dal termine dialettale *peja*, pellicina, con riferimento all'uso topico.

Un altro oleolito, curiosamente impiegato solo nell'entroterra di Sori, per la cura di piccole ferite, scottature, punture e piaghe infette, è quello ottenuto con la **felce** *Ophioglossum vulgatum*, il cui nome generico deriva dal greco e significa lingua di serpente. Un simile uso della pianta è riferito in Italia solo per la Toscana (Uncini-Manganelli e Tomei, 1996). I nomi dialettali con cui la felce è nota nel genovesato sono **erba serpentìn-a**, che richiama la forma della pianta, ed **erba contrainin-a** (termine di cui non si conosce la derivazione).

In campo veterinario, anticamente si usava la radice di diverse specie di **ellebori**, appartenenti al genere *Helleborus*, che riprende il nome originale greco della pianta e fa riferimento al suo antico utilizzo medicinale, per curare la pazzia. Alcuni nomi dialettali in Liguria fanno riferimento alla

tossicità di queste Ranunculacee, per esempio *toescegu* (GE), o alla porzione della pianta utilizzata, *erba da réixa* (levante ligure, da réixa, radice), o ancora *erba spùssia* (IM), per il tipico odore spiacevole emanato da alcune specie (*H. foetidus*). La pianta era impiegata per trattare animali, principalmente suini e bovini, colpiti da una serie di patologie note come “male dell’erba” o “mal rossino”. Con l’introduzione della radice nella parte malata era rilasciato un alcaloide, l’elleborina, in grado di stimolare le difese dell’organismo, facendo così sviluppare un ascesso; l’eventuale disseccamento dell’ascesso nel giro di pochi giorni portava alla guarigione dell’animale.

Alcune specie di **euforbie** e **dafne** erano, invece, utilizzate come piante ittiotossiche, soprattutto per la cattura di anguille. In particolare, *Euphorbia dendroides*, che deve il suo nome a Euphorbos medico del re Giuba di Mauritania (I secolo a.c.), che per primo usò il suo lattice a scopo curativo, e dendroides dal greco dendron, alberello, per il suo portamento. I nomi dialettali di *E. dendroides* sono *lassùn* (SP), *vàregu* (IM), mentre quelli della specie affine, *E. characias*, usata anch’essa in modo analogo sono *erba lazza* (SP) e *erba laccio* (GE). Anche *Daphne laureola*, pianta tossica in tutte le sue parti, chiamata in dialetto *lamìn* (SP), *varègu* e *olivella* (GE) era impiegata per questo scopo. *Daphne* deriva dal greco Δαφνη, alloro, e richiama la ninfa che nella mitologia greca, per sfuggire al dio Apollo invaghitosi di lei, chiese aiuto alla Madre Terra e fu trasformata in una pianta d’alloro; laureola, per la somiglianza delle foglie a quelle dell’alloro.

Con il nome dialettale di *erba da püia*, *setrunetta* (GE), *erba da pòia* (SP), o *erba limunina* e *cedronella* (IM), in Liguria erano indicate due Lamiaceae ritenute dotate di simili proprietà: **betonica** o **stregona**, *Stachys recta*, e **melissa**, *Melissa officinalis*. Il nome del genere *Stachys* deriva dal greco e significa “spiga” riferendosi alla disposizione dei fiori, mentre *recta* deriva dal latino e indica l’infiorescenza dritta. *Melissa*, dal greco mèlitta (ape da miele), indica l’importanza della specie come pianta mellifera, mentre *officinalis* da officina (laboratorio), ricorda il suo antico utilizzo in campo erboristico. Queste piante erano raccolte preferibilmente in estate, a San Giovanni (solstizio d’estate), e usate per preparare l’acqua che era poi impiegata in una serie di riti che servivano a “togliere la paura”, contro l’ansia o un diffuso senso di malessere e dolore.

Il **gigaro**, *Arum italicum* deve il nome del genere probabilmente al termine greco aron (caldo, calore), collegato alla produzione di calore dello spadice alla piena fioritura, mentre il nome specifico (*italicum*) si riferisce alla zona dove la specie cresce spontanea. I nomi dialettali liguri si riferiscono alle sue proprietà velenose, *toescegu* (GE), *tòssegu* (Sarzana), alla forma triangolare della foglia, *oeggia d’ase* (Voltri), al fatto che il rizoma sia gradito a maiali e cinghiali, *patatte de porchi* (Valle Arroscia), e soprattutto all’utilizzo che veniva fatto della pianta come indicatore ecologico per prevedere l’andamento dei raccolti, *buna annâ* (Busalla), *erba d’annâ* (GE). Inoltre, è noto anche con i nomi di *erba biscia* (GE), *pan di biscia*, *erba baggio*, rospo, in quanto, come riferito da Penzig (1924) “i frutti rossi carnosì sono realmente ricercati e mangiati da bisce e lucertole”. Infine, la pianta è chiamata anche *lùgu* (Levanto) e *ligéa* (GE), forse per analogia con i termini dialettali lagò o ligò, che significano ramarro.

Altri esempi di utilizzi delle piante riguardano il campo artigianale, come l’uso della *Poacea*, nota con il nome comune di **tagliamani**, *Ampelodesmos mauritanicus* per confezionare corde per le reti da pesca, in particolare per la tonnellata di Camogli. A San Fruttuoso di Camogli, infatti, le foglie di questa pianta furono raccolte e lavorate a questo scopo fino circa agli anni ’60. *Ampelodesmos* deriva dal greco desmos (legame) e ampelos (per la vite), infatti nell’antichità la pianta era usata per legare le viti; *mauritanicus* da Mauritania, paese nel quale la pianta cresce abbondante. Il nome dialettale ligure di *lisca* forse fa riferimento alla caratteristica delle foglie, dai margini molto taglienti. Le corde di *lisca* erano poi trattate con coloranti naturali, ottenuti macinando **corteccia di pino** (*Pinus pinaster*) ricca di tannino, per limitare marcescenza e colonizzazione di alghe.

E’ importante ricordare che le piante avevano e hanno ancor oggi un ruolo importante in festività e cerimonie religiose, in particolare nel periodo pasquale quelle utilizzate per decorare il Santo Sepolcro (**violaciocca**, **garofano**, **grano**), e le foglie di **palma** intrecciate per la benedizione della Domenica

delle Palme, chiamate *parmurélu* (IM) o *parmê* (GE). A questo proposito, va sottolineato che la tradizionale offerta dei parmureli al Vaticano da parte dei comuni di Bordighera e Sanremo (IM), deriva da un antico privilegio papale, ottenuto dal marinaio sanremese Capitan Bresca, in occasione dell'innalzamento dell'obelisco egiziano, nel 1586, sotto Papa Sisto IV.

Un'altra importante categoria che caratterizza l'uso tradizionale delle piante in tutta la Liguria è quella alimentare. Le erbe spontanee commestibili vantano una lunga tradizione come alimenti sostitutivi. Nel periodo di stretta sussistenza, coincidente con le due guerre mondiali, le popolazioni liguri erano solite integrare la dieta con le verdure spontanee che raccoglievano nelle fasce e che cucinavano secondo le ricette tipiche della zona. Il recupero e il mantenimento di questa pratica è stato condizionato, almeno fino all'ultimo dopoguerra, principalmente dalla necessità di integrare le scarse risorse di cibo con verdure e frutti facilmente reperibili sul territorio, mentre oggi l'interesse per le piante spontanee utilizzabili in campo alimentare riveste una valenza del tutto nuova, legata da un lato a un rinnovato interesse per i "prodotti naturali" e, dall'altro, al desiderio di recuperare tradizioni culinarie tipiche della cucina mediterranea.

Le conoscenze etnobotaniche sull'utilizzo tradizionale delle piante rappresentano, perciò, un patrimonio culturale che si è mantenuto tutt'oggi, soprattutto tra le popolazioni rurali, ed è, perciò, parte integrante delle tradizioni liguri, pur essendo presente anche in altre regioni italiane.

Lo studio delle piante utilizzabili a scopo alimentare viene indicato col termine di "fitoalimurgia", la cui etimologia si può far risalire ai termini greci *phyton* (pianta), *άλιμος* (che toglie la fame) e *έργον* (azione, lavoro), o al latino *urgeo* (incalzare), e indica, perciò, un modo per rendere meno gravi le carestie ricorrendo all'uso dei prodotti spontanei della terra, principalmente alle verdure.

Il termine fu usato per la prima volta dal medico fiorentino Targioni Tozzetti nell'opera "De alimenti urgentia. Alimurgia" che scrisse nel 1767 in seguito alla carestia del 1764, e fu ripreso nel 1918 da Oreste Mattiolo, docente di Botanica all'Università di Torino, nell'opera "Phytoalimurgia pedemontana", un censimento di tutte le specie vegetali alimentari della flora spontanea del Piemonte.

Sulla base delle indagini svolte in varie province liguri, è stato evidenziato l'uso a scopo alimentare di oltre 100 diverse specie di piante spontanee, di cui le più conosciute appartengono alle famiglie delle Compositae (o Asteraceae) e delle Labiatae (o Lamiaceae).

Le piante alimurgiche utilizzate trovano impiego soprattutto come aromatizzanti per insalate e carni, o sono consumate sottoforma di ripieno per ravioli e torte verdi, frittata, contorno, insalata, zuppe, pasta, salse e condimenti, dolci (torte, marmellate ecc.), bevande (sciropi, liquori ecc.), frutta (fresca, secca o cotta), sottaceti e sottoli, ecc.

Secondo i dettami del sapere contadino, occorre raccogliere una mescolanza di erbe che tradizionalmente ne comprende 10 o 15, scelte fra una trentina di specie appartenenti a famiglie differenti, in base alla presenza nelle varie stagioni (dall'autunno alla primavera). Nell'entroterra di Recco, ad esempio, la tradizione vuole che nella mescolanza rientrino sette piante diverse, mentre in altre zone se ne raccolgono molte di più.

La raccolta delle parti eduli della pianta, prevalentemente le foglie basali, giovani e tenere nonché ricche di nutrienti, avviene generalmente prima della fioritura, quando cioè la pianta non presenta ancora tutte le caratteristiche (fiori, frutti ecc.) generalmente necessarie per la sua identificazione scientifica.

Nel genovesato, la tipica mescolanza di erbe spontanee viene chiamata *prebuggiùn* o *prebôggiôn*, la cui etimologia è dubbia. Potrebbe derivare da *pro Buglionis*, espressione di epoca medioevale che fa riferimento alla raccolta di erbe spontanee come cibo e/o medicina per il condottiero dei crociati Goffredo di Buglione durante l'assedio di Gerusalemme (Prima Crociata intorno al 1096 d.C.). Secondo un'altra ipotesi deriverebbe da *pre-boggî*, per bollire, in riferimento alla modalità di preparazione delle erbe, o da *buggêu*, bugliolo, calderone sul prato. Quest'ultima tesi è avvalorata da un'usanza conservata fino a tempi recenti a Sestri Ponente, secondo la quale per la festa di Sant'Eusebio, in agosto, si mandavano i bambini di casa in casa e dai bottegai a chiedere un contributo

per il prebuggiùn (pasta secca, verdure, legumi ecc.), e questo insieme eterogeneo veniva cotto in grandi pentoloni e servito sotto forma di una densa minestra (menestròn) in piazza.

La “regina del prebuggiun ligure” è senza dubbio *Reichardia picroides*, una pianta diffusamente utilizzata non solo in Liguria, ma apprezzata anche in tutta Italia per il gusto tipico e per le proprietà organolettiche. Viene chiamata comunemente **terracrepolo** o **crepaterra** perché cresce negli incolti aridi e sulle crepe di muri, prevalentemente lungo le fasce costiere, o **latticino**, **latticrepolo**, in riferimento alla presenza di lattice in tutte le sue parti.

Il nome dialettale di *lacette* (SV) fa riferimento alla forma allungata delle foglie, che vengono raccolte quasi tutto l’anno e consumate sia crude che cotte in molteplici preparazioni culinarie, mentre i nomi di *ciaccalégue* (SP) e *talégue* (GE) hanno forse il significato di caccia-lepre. Infine, nello spezzino è nota anche col nome dialettale di *scréppue*.

Della mescolanza del prebuggiùn fanno parte diverse specie come *Taraxacum vulgare* e *Hyoseris radiata* che vengono chiamate indistintamente *denti de can* per la caratteristica forma delle foglie a margine dentato, o *piscianléu* per le loro proprietà diuretiche, blandamente lassative e digestive.

Altri nomi dialettali liguri del tarassaco sono *susción* (GE), *sufiùn* (SP), *suscium* (Porto Maurizio), *erba de lanterne* (GE), *barba du Signu* (Levanto), in riferimento al pappo, o *radiciùn* e *radiccia sarvaega* (GE) in riferimento alla radice edule, ricca di vitamina K.

Hyoseris radiata, invece, viene comunemente chiamata *tagiainettu* (GE), *taggianuìn* (Lavagna), *spinassu sarvaegu* (Cogorno, Pieve, Sori) per la forma delle foglie dentate, ma più piccole di quelle del tarassaco.

Un’altra pianta spontanea molto comune, di cui si raccolgono le foglie basali in ogni stagione dell’anno, è *Sonchus oleraceus*, il cui nome generico deriva da *soncos*, cavo, in riferimento al fusto cavo, e da *olera* (ortaggio) in quanto assai adoperata a scopo alimentare a stregua di una normale insalata. Tra i nomi dialettali liguri più comuni si possono citare *scixerboa* nel genovesato, *lacciùssa* nello spezzino, *laciànsùn* nel savonese.

Un’altra specie abbastanza conosciuta e utilizzata a scopo alimentare nel genovesato è *Hypochoeris radicata*, il cui nome generico deriva dai termini greci *hypò*, sotto, e *chòiros*, maiale, in relazione all’apparato radicale molto appetito dai maiali, mentre l’epiteto specifico *radicata* sta a indicare che la pianta, ben saldata al terreno, è difficile da sradicare. Il nome della pianta in dialetto genovese, *pateletta*, si riferisce alla tipica rosetta di foglie basali, adesa al terreno.

Nella mescolanza di erbe del prebuggiùn rientrano anche erbe dal gusto amarognolo. L’erba amara per eccellenza è senza dubbio *Urospermum dalechampii*, chiamato in dialetto genovese, a tale proposito, *scentadiu*, termine che deriva dal termine *scentâ* e che significa “che fa scappare” il diavolo (*diau*). Anche il nome comune *amarago* fa riferimento al sapore molto amaro, tant’è vero che le foglie, raccolte giovani, si devono usare in modesta quantità e previa cottura. Le foglie hanno proprietà depurative e il decotto si beve come attivatore epatico.

Il nome del genere deriva dai termini greci *ourà* (coda) e *spérma* (seme), in riferimento al frutto provvisto di un pappo con un vistoso becco.

I nomi dialettali di *grasciaporchi* (Dolceacqua) che significa “ingrassa porci”, e *grugnu* (Bonassola), si riferiscono alle foglie leggermente carnose, mentre i nomi di *bunommi*, *beliommi* (Chiavari), *belommu* (Pieve) fanno forse riferimento all’infiorescenza piuttosto vistosa e di un particolare colore giallo chiaro.

Una ricetta tipica della Riviera spezzina sono i gattafin, una sorta di ravioli nel cui ripieno compaiono molte delle erbe spontanee proprie dei ravioli di prebuggiùn genovesi ma che, a differenza di questi ultimi, vengono fritti in olio. Il termine gattafin ha un’etimologia dubbia, secondo un’ipotesi potrebbe derivare da “finesse da-gatta” (finezze della gatta), riferendosi ad una località del promontorio del Mesco (Levanto). Presso “Punta Gatta” si trovava, infatti, una cava di arenaria: le mogli dei picchettini pare raccogliessero nella zona le erbe spontanee per cucinare queste frittelle, finché un giorno il proprietario, il barone Massola Tagliacarne, le assaggiò e, trovandole deliziose, le fece inserire come portata nei suoi convivi. Secondo un’altra ipotesi, più probabile, il termine *gattafin* deriverebbe dalla

parola trecentesca gattafura che indicava preparazioni culinarie in cui le verdure erano imprigionate in due strati di pasta. Le prime notizie dei gattafura si hanno da Maestro Martino nell'opera "De Arte Coquinaria" (XV secolo), e da Bartolomeo Scappi, cuoco segreto di Papa Pio V, che riporta la ricetta della "Gattafura alla Genovese", torta di erbe e formaggi simile alla più recente torta Pasqualina.

Nel ripieno dei *gattafin* compaiono erbe come Sanguisorba minor chiamata in dialetto *pimpinella*, *pimpinella*, o *erba noxe* per il particolare sapore di noce, e *Centranthus ruber* chiamata comunemente *valeriana rossa*, nome medioevale che deriva dal termine latino *valere*, guarire, in riferimento alle sue proprietà medicinali. Le foglie basali, giovani e tenere, si utilizzano invece a scopo alimentare, bollite e in modeste quantità, soprattutto nella Riviera spezzina. I nomi dialettali di *canuèza* (SP), *cannerezza* (Porto Maurizio), *canna rossa* (Bordighera), *canéla* (Val di Vara) fanno probabilmente riferimento al portamento della pianta simile a quello di una canna, mentre i nomi di *favoia* (SP), *fava grassa* (Pegli), *basan-a grassa* (Ge), *erba grassa* (Voltri), *erba da vacche* (Borzoli) si riferiscono alle foglie leggermente carnose, appetite anche dagli animali al pascolo.

Un piatto tradizionale dell'Alta Valle Arroscia (IM) sono le *raviore*, una sorta di grossi ravioli ripieni di varie erbe spontanee tra cui borragine, menta e ortica, cime di clematide e rovo, mescolate con formaggio, olio, sale e uova. Il ripieno viene chiuso in una sfoglia quadrata, grande come un fazzoletto, di cui si ripiegano gli angoli verso il centro e che si cuoce nel forno a legna. Tra gli ingredienti compare anche *Chenopodium bonus-henricus*, pianta comune nei prati e nei pascoli montani dai 1000 ai 1800 metri, molto conosciuta con i nomi comuni di *spinacio di montagna* o *spinacio selvatico*, e utilizzata dalle soprattutto dalle popolazioni alpine.

Tra i nomi dialettali compaiono *engrari*, *aengri* (Valle Arroscia) dal significato sconosciuto, e *erba sana* (Porto Maurizio) in relazione alle molteplici proprietà medicinali della pianta, ampiamente utilizzata come lassativo, depurativo e come ricostituente.

L'asparago selvatico o *Asparagus acutifolius* presenta fusti lianosi e cresce tipicamente in boschi e macchie in zone dal clima mediterraneo. I giovani germogli della pianta si mangiano in frittata.

Sia il nome generico, che deriva dal termine greco *sparàssō*, strappare, sia l'epiteto specifico *acutifolius*, fanno riferimento al caratteristico aspetto spinoso, dovuto alle "foglie" appuntite. La stessa caratteristica è ripresa anche dai nomi dialettali *spàragu sarvaegu*, *spaego sarvaego* (Ge, SP), *spargiu* (SP), *spaighèa* (Leivi), *spàragu sarveigu* (Porto Maurizio), *spunsìn* (Porto Maurizio), *grattacù* (Pieve ligure).

La parte edule è rappresentata dai turioni (dal latino *turio*, getto, gemma), ricchi di vitamine, aminoacidi come l'asparagina, e sali minerali, dal sapore leggermente amarognolo e proprietà diuretiche e aperitive. Dell'asparago selvatico sono noti anche usi domestici, ad esempio a Pieve ligure i rami appesi intorno ai quadri, servivano da trappola per le mosche, mentre a Sori si usavano per lavare le botti.

Altri germogli cucinati in frittata sono, ad esempio, quelli di *Clematis vitalba* il cui nome generico deriva dal termine greco *klèma*, viticcio, e allude al portamento della pianta simile alla vite, mentre l'epiteto *vitalba* deriva dall'espressione latina *vitis alba* e significa "vite con fiori bianchi".

Anche i nomi dialettali di *ligaboschi* (S.Margherita), *ligasso* (Masone), *clemati* (Ge), *vitalba* (Ge), *viàrboa* (Mele), *vièrbura* (Valle Arroscia) fanno riferimento alle caratteristico portamento lianoso. Nonostante la pianta appartenga alla famiglia delle Ranunculaceae, che comprende molte specie velenose, l'eventuale tossicità viene evitata dalla raccolta precoce in primavera dei soli getti giovani costituiti, dove le sostanze tossiche sono in concentrazioni scarse o non sono ancora state sintetizzate.

Cichorium intybus, chiamata in dialetto ligure *radiccia sarvaega*, è una delle erbe spontanee dei campi più conosciute e raccolte e forse quella che, per la sua onnipresenza, più ha contribuito al sostentamento dei nostri avi. Conosciuta già in tempi antichi (Plinio riporta il nome *cichoria*, Teofrasto e Dioscoride *kikhoreia*), è stata coltivata dall'uomo ottenendo molte varietà orticole chiamate comunemente cicoria, indivia e radicchio.

Le foglie della rosetta basale, raccolte in autunno e inverno, dal sapore molto amaro, hanno un elevato contenuto in sali e vitamine, e possiedono proprietà diuretiche, leggermente lassative e depurative dovute all'acido di-caffeil-tartarico. In tempo di guerra, le radici di cicoria seccate, macinate e tostate, sono state impiegate come surrogato del caffè, dal gusto amaro e privo di caffeina.

Da questa trattazione risulta evidente che il patrimonio etnobotanico della Liguria è di grande importanza culturale e può contribuire alla rivalorizzazione delle tradizioni e dell'identità storica della nostra regione, che devono essere conservate e trasmesse alle nuove generazioni.

Inoltre, questo insieme di conoscenze può fornire utili informazioni per una corretta gestione del territorio ed avere importanti risvolti applicativi. Per esempio, l'utilizzo di aree marginali e dismesse per la coltivazione di piante spontanee di uso alimentare o medicinale, nuovi impulsi per il settore del turismo ambientale, con itinerari naturalistici ed enogastronomici, e nuovi stimoli per tutto il comparto ricreativo e culturale.

Bibliografia generale

Casaccia G., 1997. Vocabolario genovese-italiano, Genova, Pagano 1851 [ed. anastatica, Genova 1997]

Cornara L., La Rocca A., Marsili S., Mariotti M.G., 2009. Traditional uses of the plants in the Eastern Riviera (Liguria, Italy). *Journal of Ethnopharmacology*, 125: 16-30.

Penzig O., 1924. Flora popolare italiana. Raccolta dei nomi dialettali delle principali piante indigene e coltivate in Italia. Vol. 1 e 2. Ed Agricole.

AA.VV. Vocabolario delle parlate liguri, a c. di Petracco Sicardi G., Toso F. e altri. Genova, Consulta Ligure 1985-1992.

Uncini Manganelli R. E., Tomei P. E., 1996. Indagini farmaco-botaniche in Garfagnana (Lucca): il versante apuano. *Atti Soc. Tosc. Sci. Nat., Mem., Ser. B*, 103: 63-80.