

REGIONE PUGLIA • ASSESSORATO P.I. • CRSEC FG/34 CERIGNOLA

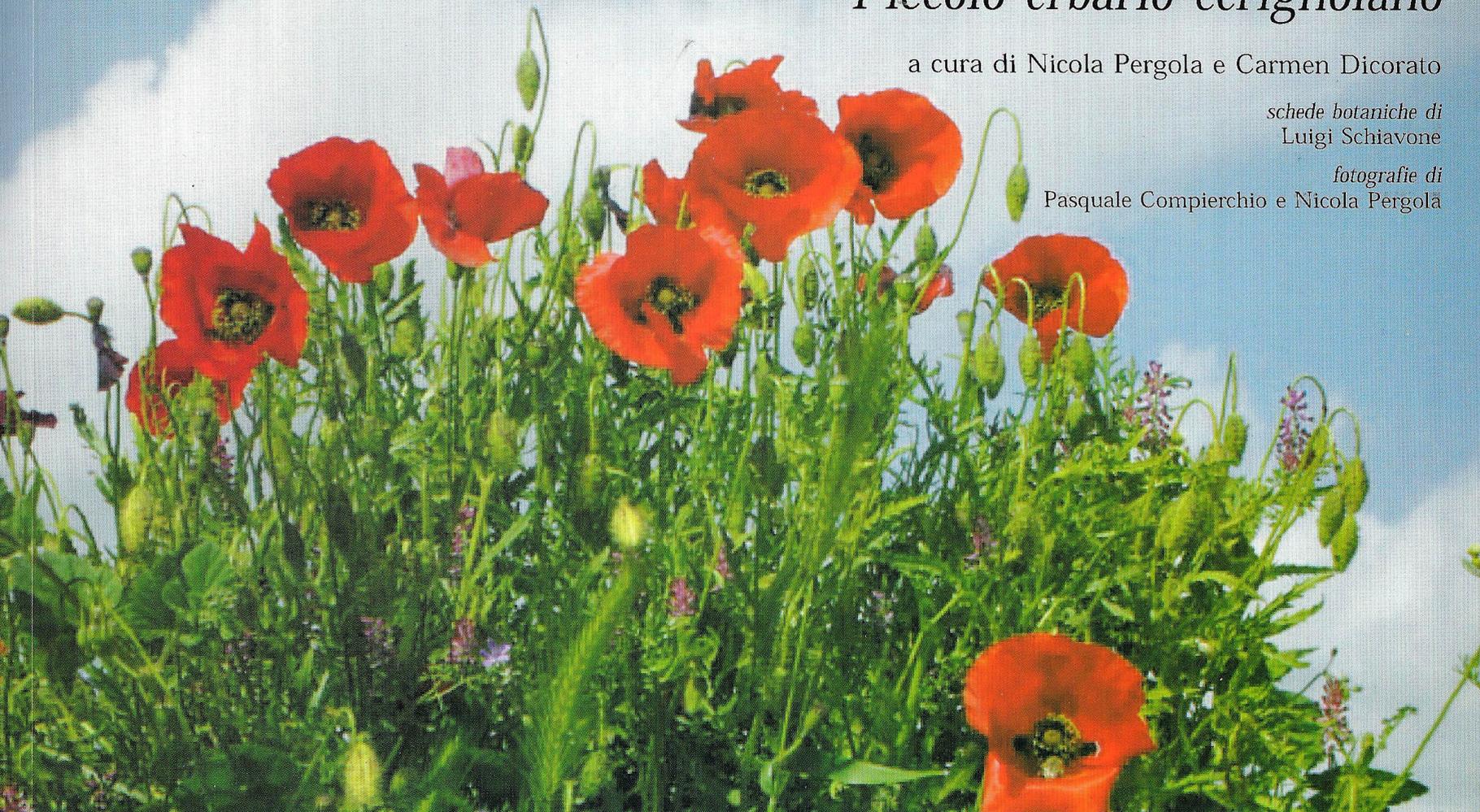
Per strada nei campi

Piccolo erbario cerignolano

a cura di Nicola Pergola e Carmen Dicorato

schede botaniche di
Luigi Schiavone

fotografie di
Pasquale Compierchio e Nicola Pergola



REGIONE PUGLIA
ASSESSORATO P.I.



Per strada nei campi

Piccolo erbario cerignolano

a cura di

Nicola Pergola e Carmen Dicorato

schede botaniche di

Luigi Schiavone

fotografie di

Pasquale Compierchio e Nicola Pergola

Per strada nei campi : piccolo erbario cerignolano / a cura di Nicola Pergola e Carmen Dicorato ; schede botaniche di Luigi Schiavone ; foto di Pasquale Compierchio e Nicola Pergola. Cerignola : Centro regionale di servizi educativi e culturali, 2004.

48 p. : ill. ; 17x24 cm. (Materiali ; 21).

In testa al front.: Regione Puglia, Assessorato P.I.

I. Piante - Cerignola I. Pergola, Nicola II. Dicorato, Carmen III. Schiavone, Luigi

IV. Compierchio, Pasquale

581.945 757

Progetto e cura editoriale: Nicola Pergola e Carmen Dicorato

Finito di stampare, nel mese di settembre 2004,

da TIPOLITO MIULLI, San Ferdinando di Puglia

Le foto di p. 13, 15, 39 sono di Giuseppe Antonelli, le foto di p. 11, 35, 36 sono di Luigi Schiavone

Ringraziamo vivamente quanti hanno collaborato a questa pubblicazione, e in particolare

- **Giuseppe Antonelli**, esperto di botanica e cancelliere presso la Pretura di Cerignola
- **Luciano Antonellis**, storico locale e folclorista
- **Luigi Conte**, esperto di botanica e già docente presso l'Istituto Professionale di Stato per l'Agricoltura di Canosa di Puglia
- **Francesco Demonte**, vicesindaco e assessore alle Attività Produttive del Comune di Cerignola
- **Rosa Di Chiara**, esperta di botanica e docente presso la Scuola Media Statale *Padre Pio* di Cerignola
- **Vincenzo Digregorio**, coltivatore diretto
- **Giandonato Giancola**, fiorista titolare della Golden Fleur di Cerignola
- **Francesco Mazzilli**, agricoltore
- **Michele Pinnelli**, imprenditore agricolo
- **Lucio Russo**, entomologo
- **Michele Sacco**, bracciante

a p. 23: *Freddizze e tagghie* realizzati con segmenti di ferula

a p. 25: Finocchio selvatico

a p. 29: Lampascione e *càvalambasciüne*

Indice

<i>Premessa</i>	7	<i>Lentisco (Stinge)</i>	30
<i>Acetosa (Bosche)</i>	9	<i>Liquirizia (Pastorizzie)</i>	31
<i>Aglio selvatico (Agghielidde)</i>	10	<i>Malva (Malve)</i>	32
<i>Alliaria (Marasciule)</i>	11	<i>Marrobio (Marugge)</i>	33
<i>Asfodelo (Avuzze)</i>	12	<i>Menta (Amende)</i>	34
<i>Asparago (Spàrege)</i>	13	<i>Origano (Arighene)</i>	35
<i>Bietola (Jete)</i>	14	<i>Ortica (Ardicule)</i>	36
<i>Borragine (Vurràscene)</i>	15	<i>Papavero (Papagne)</i>	37
<i>Calendula (Cucchevascedde)</i>	16	<i>Parietaria (Muraioule)</i>	38
<i>Camomilla (Cambumille)</i>	17	<i>Piantaggine (Lengue de pècure)</i>	39
<i>Cardo santo (Cardoune)</i>	18	<i>Porcellana (Chiappareine)</i>	40
<i>Cardoncello (Cardungelle)</i>	19	<i>Rosmarino (Rosmareine)</i>	41
<i>Cicoria (Cecorie)</i>	20	<i>Rovo (Revetàle)</i>	42
<i>Crespigno (Sevoune)</i>	21	<i>Ruchetta (Rüche)</i>	43
<i>Ferula (Frévule)</i>	22	<i>Ruta (Rüte)</i>	44
<i>Finocchio selvatico (Fenucchiastre)</i>	24	<i>Salvia (Salvie)</i>	45
<i>Fumaria (Fumeterie)</i>	26	<i>Senape bianca (Fogghie bianche)</i>	46
<i>Gramigna (Gramigne)</i>	27	<i>Senape nera (Cimamarelle)</i>	47
<i>Lampascione (Lambascioune)</i>	28	<i>Tarassaco (Cecoria salvagge)</i>	48

Avvertenze per la lettura dei termini dialettali

- la *e* di corpo minore è muta come in *sevoune*, *cecorie*;
- il simbolo *â* esprime la *a* velarizzata di parole come *cemederâpe*, *pânegrusse*;
- il simbolo *ü* esprime la *u* turbata di parole come *cardiüne*, *rüte*;
- sono accentate le parole tronche (*cucené*, *sparagné*) e quelle sdrucciole (*arìghene*, *trìvele*), ma non le parole piane (*marugge*, *papagne*) che sono la stragrande maggioranza.

Premessa

*Là dove c'era l'erba
ora c'è una città
e quella casa in mezzo al verde
ormai dove sarà?*

Le immagini di degrado urbano evocate da Adriano Celentano nella sua canzone *Il ragazzo della via Gluck* non sono ancora sovrapponibili, per fortuna, all'esperienza che quotidianamente facciamo delle nostre città.

Qui a Cerignola, a poche centinaia di metri dal centro, è infatti ancora possibile ammirare campi di grano verdeggianti, oliveti e vigneti: e dal centro alla periferia sono davvero tante le specie vegetali – dal Tarassaco alla Ruchetta, dalla Parietaria alla Fumaria, dalla Malva alla Porcellana – che colonizzano gli interstizi del basolato, si moltiplicano nelle fessure dei muri, e convivono pacificamente con le piante ornamentali poste nei vasi o con le essenze messe a dimora nei viali alberati.

Queste piante spontanee – mangerecce, officinali o comunque utili – connotano da secoli il nostro paesaggio urbano; e hanno lasciato traccia di sé nell'immaginario collettivo (i proverbi dialettali), nelle ricette gastronomiche e medicamentose, nelle testimonianze letterarie di studiosi locali del passato quali Teodoro Kiriatti, Luigi Conte, Antonio Lo Re, Francesco Cirillo.

Ci è dunque sembrato utile predisporre questa piccola guida: quasi un viatico per chi – giovane o meno giovane – voglia scoprire le virtù nutritive dell'Ortica, o sperimentare quelle terapeutiche del Marrobbio, o semplicemente imparare a distinguere i *marasciule* dalle *cimamarelle*.

Una guida che non pretende affatto di sostituirsi alla numerosa letteratura disponibile in materia, riferimento obbligato per eventuali approfondimenti scientifici. Non a caso i nostri informatori sono stati prevalentemente ex braccianti come Michele Sacco, agricoltori come Vincenzo Digregorio, operatori occasionalmente incontrati durante la campagna fotografica. E non a caso vengono trascurate – non avendo l'ambizione di essere esaustivi – piante ben presenti nel vissuto collettivo come *code de volpe* e *scenische*, *trivele* e *caulicchie*, *lattughidde* e *galandùmene*, *cime dulce* e *rasapide*, *pânegrusse*, *rezzetidde*, *appizzecacammeise*.

Una guida che, con i suoi continui rimandi alla microstoria e al quotidiano di questa città, mira a riannodare i fili della memoria, ad avvicinare le generazioni presenti a quelle che ormai non ci sono più, a ricostruire – e restituire – sprazzi della vita passata, ma in parte ancora presente, di questo microcosmo.

Nicola Pergola
responsabile del CRSEC

ACETOSA

(scient. *Rumex acetosa* L., dial. *Bosche*)

L'acetosa è una pianta erbacea così chiamata per avere un grazioso sapore di aceto, di cui se ne coltivano due specie per uso da mangiare, cioè il rumex acetosa ed il scutatus, detta l'ultima anche acetosa romana o rotonda ... quest'erba viene assai coltivata in Francia ... ma in Italia non si accostuma di rado, venendo molto a torto trascurata dagli ortolani la sua coltivazione (Giornale degli atti della Reale Società Economica di Capitanata, XI, Bari, per Sante Cannone e figli, 1846, p. 95).

Pianta erbacea perenne della famiglia delle *Poligonacee*, con radice ingrossata e fusto eretto alto fino a 1 metro, fiorisce da maggio ad agosto. I fiori, minuti e fitti, assumono un colore rosso vivo e sono disposti in fascetti su una pannocchia slanciata. Predilige il clima temperato caldo. Appetita dal bestiame, cresce bene su qualsiasi terreno.

Utilizzo

Si consuma generalmente cotta nelle minestre “maritate”: piatto di verdure miste a base di cicorie selvatiche, finocchietti e diverse altre specie con legumi. Oppure da sola, in zuppa, dopo averla lessata e insaporita in padella con burro e sale, si unisce alle uova sbattute e si rimesta con brodo caldo. Si aggiunge pane raffermo tagliato a dadini e soffritto, si condisce con parmigiano. In passato è stata utilizzata per le sue qualità antiscorbutiche – dovute all'alto contenuto di vitamina C presente nelle foglie – diuretiche, rinfrescanti e antinfiammatorie.

Proverbi

U bianche e russe, ne vene da u musse
(Il colorito deriva da una buona alimentazione)



AGLIO SELVATICO

(scient. *Allium ursinum* L., dial. *Agghielidde*)

*Le diverse piante ortensi molto bene allignano nei nostri orti, e danno pregevoli prodotti; come a dire, finocchi, cipolle, agli, cavoli, broccoli, lattughe di grosso cesto, pomodoro, poponi, cicoria ortense, endivia, scarola, cavolo fiore e cavolo comune, rapa, rafano, senape, rucola, cocomero, borragine, selleri, zucche, ec. ec. (L. CONTE, “Cerignola”, in *Il Regno delle Due Sicilie descritto ed illustrato*, Napoli, stabilimento tipografico di G. Nobile, 1853-1857, VIII, p. 74)*

Pianta erbacea perenne della famiglia delle *Liliacee*, bulbosa, cresce spontanea nei luoghi freschi e umidi dal piano fino alla fascia submontana. Ha il fusto eretto, spesso cavo, con foglie ovali larghe da 2 a 5 centimetri, lungo peduncolo e fiori bianchi raccolti in una ombrella. L'aglio selvatico, alto fino a 40 centimetri, fiorisce da aprile a giugno.

Utilizzo

L'utilizzo alimentare di questa comunissima pianta è attualmente poco diffuso, anche se le sue foglie tenere possono insaporire le insalate. Per la sua nota attività battericida, era anticamente consuetudine scacciare i parassiti intestinali dei bambini mettendo loro al collo una collana di bulbi: gli effluvi sprigionati paralizzavano i vermi e calmavano il mal di pancia. Il bulbo, macerato nell'aceto, era utilizzato per disinfettare le ferite. Lo stesso, schiacciato, sprigiona poi un antibiotico, l'allicina, che agisce contro molti batteri e funghi. Ha inoltre proprietà ipotensive.

Proverbi

Chiande l'agghie quanne sinde u magghie
(Pianta l'aglio quando senti battere il maglio)



ALLIARIA

(scient. *Alliaria officinalis* Andz, dial. *Marasciuole*)

Qui vi sono tre piante dette marasciuole, cimamarelle e cime di rape, mentre i semi della senapa coltivata servono per le salse, e sono un rimedio tonico, febbrifugo, antiscorbutico, diuretico. (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 47)

Erba biennale di stagione fredda, della famiglia delle *Crucifere*, l'alliaria può raggiungere il metro di altezza. Produce fiori bianchi riuniti in racemi, allungati alla fruttificazione. Le foglie sono cuoriformi, dentate, con peduncolo molto lungo. Diffusa dal mare alla regione montana, nei boschi e nelle siepi dell'Italia continentale e insulare, predilige il clima mediterraneo e i terreni incolti, argillosi e calcarei.

Utilizzo

La pianta trae il nome dal fatto che le sue foglie, stropicciate, danno odore di aglio, e in sua sostituzione possono insaporire le insalate. Oltre che come contorno a piatti di carne, *i marasciuole* sono solitamente consumati con la pasta. Per realizzare questo “primo” vengono lessati, aggiungendo gli spaghetti a metà cottura. Il tutto viene poi saltato in padella con aglio e peperoncino soffritto in olio d'oliva. In alternativa agli spaghetti la cucina tradizionale cerignolana prevede anche una sorta di spaghetti “alla chitarra”, *i turchie*, ricavati con l'omonimo attrezzo in ottone o legno da una spessa sfoglia di pasta, *la làghene*, stesa con *u laghenatiüre*, il mattarello. Nella medicina popolare l'alliaria è stata utilizzata come espettorante e antiscorbutico.

Proverbi

Erve amàre tìnene càre: amàre a la vocche e dolce au core
(Erbe amare tienile care: amare alla bocca e dolci al cuore)



ASFODELO

(scient. *Asphodelus ramosus* L., dial. *Avuzze*)

Qui chiamate porrazze ed avuzze, con i fiori dei quali gl'inglesi sogliono adornare i giardini. (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 50)

Nota anche come porraccio, è una pianta erbacea perenne e rustica, della famiglia delle *Liliacee*, col fusto eretto e ramificato. Le foglie, assenti nella parte superiore del fusto, sono evidenti nella parte inferiore, diventando sempre più piccole man mano che salgono. I fiori, numerosi, sono bianchi e disposti a pannocchia, con nervature bruno-rossastre sui tepali. Adatta al clima mediterraneo, cresce – dalla pianura alla regione montana – in terreni secchi, incolti, e anche in terreni interessati da incendi in quanto gli organi sotterranei, bulbo e tuberi, conservano la loro vitalità anche in condizioni di elevate temperature.

Utilizzo

Diffuso nelle mezzane, specialmente nelle zone Madonna di Ripalta e borgo La Moschella, l'asfodelo fungeva da *appecciatore* – accendifuoco di carboni, legna o carbonella – ma serviva anche per cuocere sponzali e lampascioni nel braciere, dopo essersi ridotto in cenere. Era altresì utilizzato per accendere i falò di S. Lucia e dell'Immacolata, la cui brace veniva recuperata per economia oltre che per devozione. I tubercoli – raccolti in settembre-ottobre e tagliati a fette longitudinali – erano impiegati per scottature solari, per la cura di dermatosi, e per schiarire le efelidi. Le radici sono usate nella fabbricazione dell'alcool.

Proverbi

Specàsce u sevone e specàsce l'avuzze
(Sfiorisce il sivone e sfiorisce l'asfodelo)



ASPARAGO

(scient. *Asparagus officinalis* L., dial. *Spàrege*)

Gli Asparagi, le Cicorie selvestri, ed ogni altra sorta di erba destinata all'uso umano, e medicinale, nascono in abbondanza in questi terreni per potersene a dovizia provvedere ... (T. KIRIATTI, *Memorie storiche di Cerignola*, Napoli, nella stamperia di Michele Morelli, 1785, p. 140-141)

Di questa pianta erbacea perenne della famiglia delle *Liliacee* – ritenuta originaria del bacino Tigri-Eufrate – il rizoma e le radici sono denominati zampe. Da queste, ogni anno, spuntano i germogli – o turioni – che sono la parte commestibile. Questi vengono raccolti appena spuntano dal terreno, prima del loro sviluppo aereo, poiché dopo questo stadio lignificano e si trasformano in steli con foglie, fiori e frutti. Largamente coltivato altrove, l'asparago è poco prodotto nel territorio di Cerignola. Un tempo diffuso nelle mezzane, cresce spontaneo nei pressi di Borgo Libertà e Borgo la Moschella. Si sviluppa nei terreni sabbiosi e freschi, non molto umidi e poco calcarei, dal piano costiero fino alle zone submontane, nell'Italia peninsulare e in Sicilia.

Utilizzo

L'asparago ha proprietà diuretiche e digestive; in cucina vengono utilizzati solo i turioni. Come antipasto o contorno vengono cotti a vapore e conditi con olio e aceto o limone. Le punte più tenere si consumano generalmente in insalata; insieme a sale, prezzemolo, aglio tritato e formaggio insaporiscono le frittate o, da sole, le uova in tegamino.

Proverbi

Se vu sté sâne pisce spisse cume u câne
(Se vuoi esser sano, urina spesso come fa il cane)



BIETOLA

(scient. *Beta vulgaris* L., dial. *Jete*)

Si mangia cotta ed è emulgente contro gl'ingrossamenti del fegato. (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 48)

È una pianta erbacea perenne, della famiglia delle *Chenopodiacee*, con radici fittonanti, fusto ascendente lungo fino a 50 centimetri con foglie ovate, piatte e carnose, dotate di nervature e piccioli grossi e carnosi. I fiori, piccoli e bianco-verdastri, raggruppati in lunghe spighe, sono evidenti da marzo a settembre. Cresce bene nei terreni argillosi, anche non lavorati e asciutti. Spontanea lungo le coste del Mediterraneo, predilige il clima caldo, esposta al sole ma anche all'ombra, e soffre molto i venti. Questa pianta, nella pratica colturale, ha dato origine a quattro note varietà: la barbabietola da zucchero, quella da distilleria, da foraggio e da orto. Tutte, in diversa quantità, contengono zucchero.

Utilizzo

La medicina popolare la contemplava fra le piante antianemiche e antinfettive. Il succo estratto dalle sue foglie serviva ad alleviare il mal di denti, e in decozione agiva come rinfrescante; mentre il cataplasma ricavato schiacciando le foglie fresche era utile nella cura degli eritemi solari. Come pietanza la bietola, lessata e poi saltata nella *sartàscene*, la padella, preferibilmente con *u sartascenidde* – sughetto di pomodorini soffritti con aglio, prezzemolo e *diavellicchie*, il peperoncino, in olio d'oliva – viene consumata solitamente con una pasta “corta”. Lessata e condita con olio crudo e limone accompagna infine i piatti di carne.

Proverbi

Erva chiatte ghenghie u piatte
(L'erba piatta riempie il piatto)



BORRAGINE

(scient. *Borago officinalis* L., dial. *Vurràscene*)

*Le diverse piante ortensi molto bene allignano nei nostri orti, e danno pregevoli prodotti; come a dire, finocchi, cipolle, agli, cavoli, broccoli, lattughe di grosso cesto, pomodoro, poponi, cicoria ortense, endivia, scarola, cavolo fiore e cavolo comune, rapa, rafano, senape, rucola, cocomero, borragine, selleri, zucche, ec. (L. CONTE, “Cerignola”, in *Il Regno delle Due Sicilie descritto ed illustrato*, Napoli, stabilimento tipografico di G. Nobile, 1853-1857, VIII, p. 74)*

È una pianta erbacea annuale della famiglia delle *Borraginacee*. Le foglie basali, molto grandi, hanno lembo ovale; le apicali sono più piccole, prive di picciolo, e ricoperte da setole pungenti bianche. I fiori, cascanti e ispidi, compaiono a maggio. La corolla ha la forma di una stella e in fiore assume il colore azzurro. È una pianta spontanea ma anche coltivata: nel territorio di Cerignola è presente sia nelle zone a nord dell’abitato (Cerina, Cerinella, Tressanti, Posta Angeloni) sia in quelle a sud (Moschella, Gubito, Pozzo Monachiello, Borgo Libertà).

Utilizzo

In erboristica si utilizzano foglie e fiori, filtrando accuratamente i preparati per eliminare i peli della pianta, che risulterebbero irritanti per lo stomaco. In cucina vengono utilizzate solamente le foglie giovani, cotte a vapore, soffritte o crude in insalata. I fiori si fanno canditi. Ha proprietà diuretiche, rinfrescanti, emollienti ed anche depurative.

Proverbi

Borago ego gaudia semper ago
(Io, borragine, porto sempre gioia)



CALENDULA

(scient. *Calendula officinalis* L., dial. *Cucchevascedde*)

Vi si gode un orizzonte estesissimo, e si offre allo sguardo incantevole prospettiva di sterminate pianure, di fertili campi in cui largamente annua biondeggia la messe, e di spaziosi prati rivestiti di odorose erbe, e di variopinti fiorellini, che porgono al bestiame aromatica pastura. (L. CONTE, “Cerignola”, in *Il Regno delle Due Sicilie descritto ed illustrato*, Napoli, stabilimento tipografico di G. Nobile, 1853-1857, VIII, p. 65)

La calendula è una pianta erbacea annuale o biennale, della famiglia delle *Compositae*, con fusto alto dai 20 ai 50 centimetri, fiori singoli o doppi a forma di margherita, di colore giallo-arancio, dal tenue profumo di limone. Le foglie, di colore verde chiaro, sono lanceolate, morbide e pelose. I fiori sbocciano da novembre a giugno, sempre rivolti verso il sole, e si chiudono al tramonto. Adatta al clima caldo, cresce bene in terreni asciutti e poveri, coperti da colture erbacee e arboree, lungo le coste, e nel piano submontano limitatamente all'Italia meridionale e insulare: per ciò è pianta infestante. In assenza di erbicidi, questa pianta – insieme alla fumaria, la camomilla e altre erbe che infestavano i campi di grano – veniva asportata mediante scerbatura, *la pungeime*.

Utilizzo

La calendula era utilizzata principalmente per uso esterno quale antinfiammatorio, antisettico e cicatrizzante. Le corolle, schiacciate, curavano le verruche, in infuso davano invece una tisana utile contro la febbre.

Proverbi

Ogne bene da la terre vene
(Ogni bene dalla terra viene)



CAMOMILLA

(scient. *Matricaria chamomilla* L., dial. *Cambumille*)

Matricaria o camomilla. Tonica stimolante, emmenagoga antispasmodica, vermifuga e febrifuga. Volendosi adoperare come rimedio antispasmodico devesi preparare l'infusione dei suoi fiori a guisa di the entro vasi ben chiusi onde non si disperda l'olio volatile. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 45)

La camomilla è una pianta erbacea annuale, spontanea e infestante, della famiglia delle *Compositae*. Cresce nei campi di grano, e da noi anche in piantagioni arboree come l'oliveto. Si sviluppa in luoghi moderatamente soleggiate e caldi, dal mare al piano submontano, in tutta l'Italia continentale e insulare, fiorendo da maggio ad agosto: l'infiorescenza è un capolino giallastro circondato da brattee bianche. Arreca danni per l'azoto che assorbe dal terreno durante il ciclo vegetativo. È particolarmente presente in alcune zone del territorio di Cerignola, quali San Martino, Scarafone, Santo Stefano, Pozzo Terraneo.

Utilizzo

Ancora oggi, raccolti i fiori di camomilla con tutto il gambo se ne fanno mazzetti, poi ripiegati in due nel senso della lunghezza e legati con uno dei gambi stessi. Posti in canestri di vimini o sopra *u tavelire*, la spianatoia, venivano in passato fatti seccare al sole su sedie sospese al muro davanti alla porta di casa. Se ne facevano infusi calmanti, usati anche per il bagnetto dei neonati. Era un fluidificante nel raffreddore.

Proverbi

L'erbe ca non vu all'urte nasce
(L'erba che non vuoi cresce nel tuo orto)



CARDO SANTO

(scient. *Cnicus benedictus* L., dial. *Cardoune*)

In quanto ad erbe balsamiche e medicinali, il nostro territorio offre in abbondanza asparagi, cicorie selvastri, camomilla, fumaria, papavero, cardo-santo, ec. (L. CONTE, "Cerignola", in Il Regno delle Due Sicilie descritto ed illustrato, Napoli, stabilimento tipografico di G. Nobile, 1853-1857, VIII, p. 73)

Nota anche come Cardo benedetto, è una pianta erbacea perenne della famiglia delle *Compositae*, dal fusto eretto e ramificato alto fino a 40 centimetri, ricoperta di peluria, con foglie alterne e spinose terminanti in aculei. I capolini, di colore giallo, spuntano da maggio ad agosto, protetti da un involucro spinoso. Spontanea nell'Italia centro-meridionale, dalla pianura alla collina, predilige il clima caldo mediterraneo.

Utilizzo

Della pianta sono note diverse varietà: *i cardüne de ciucce* (bassi, radenti il terreno e scuri), *u scappone* (più alto del primo), *i grattamünce*, *i scalene*. Si utilizzavano prevalentemente per l'alimentazione degli asini: a tal fine le piante erano date in pasto un paio di giorni dopo il taglio perché si ammorbidissero le spine. Le coste superiori, tagliate a pezzi e mondate dalle spine, si consumano lesse e gratinate. Dopo la lessatura è opportuno immergerle nell'acqua fresca per non farle scurire. *I cardüne d'acque* si consumano crudi, col pane, intinti nel sale.

Proverbi

*Biâte a vüe cafüne ca mangiâte pâne e cardüne:
gheje pòvere mòneche svendurâte la mateine agnille e la sere castrâte*
(Beati voi cafoni che mangiate pane e cardì:
io povero monaco sventurato agnello al mattino e alla sera castrato)



CARDONCELLO

(scient. *Scolymus hispanicus* L., dial. *Cardungelle*)

Vi sono pure diverse specie di cardi oltre quella dei cardoni coltivati. Ma degli spontanei si novera solo il carduccio o cardoncello (seguendo in appresso gli altri). Questo carduccio è rinfrescante e la radice dà funghi di ottima qualità. (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Pescatore, 1914, p. 51)

È una pianta biennale della famiglia delle *Compositae*, con fusti ramosi alati e alti fino a 80 centimetri, percorsi da ali spinose, foglie allungate dai denti profondi e margine spinoso, radici fittonanti e carnose. I fiori spuntano da aprile a giugno, gialli e raccolti in capolini piumosi dall'involucro spinoso. Predilige il clima temperato; è comune nelle macerie, negli incolti sabbiosi, lungo le strade della regione mediterranea.

Utilizzo

Se ne possono mangiare cotte le radici, lunghe 20-25 centimetri e grosse come un dito, ma soprattutto le coste delle foglie, che sono gustose come i cardi: queste, infatti, caratterizzano il tradizionale brodetto pasquale cerignolano, *u vredette*. Per questo tipico monopiatto – nel quale la verdura funge da “primo”, mentre la carne è un gustoso “secondo” – si mondano le foglie dalle spine e si lessano. Si soffriggono intanto separatamente piccoli pezzi di coscia di agnello, e li si unisce alle *cardungelle* lessate al dente, ricoprendo integralmente con acqua calda salata. Quando il tutto bolle lo si amalgama con battuto di uova, prezzemolo tritato, pepe, pecorino, rimestando delicatamente.

Proverbi

Chi sèmene speine scalze non pote sceie
(Chi semina spine non può andare scalzo)



CICORIA

(scient. *Cichorium intybus* L., dial. *Cecorie*)

Come rimedio eccita blandamente gli organi digerenti, corregge la crasi del sangue ed è diuretica. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 48).

Di questa pianta erbacea perenne, della famiglia delle *Compositae*, il territorio di Cerignola è ricco. È facile confonderla con il tarassaco, le cui foglie sono meno pelose. Cresce in tutta l'Italia continentale e insulare, anche in terreni incolti e lungo le strade: in questi casi risulta meno tenera e più amara. Le foglie, disposte a rosetta alla base, sono lunghe, lanceolate, dentate e con lobo terminale acuto. Sono caratteristici i fiori di colore azzurro chiaro, disposti a due o a tre lungo il fusto.

Utilizzo

Le foglie giovani e tenere si possono consumare crude in insalata, anche miste ad altre erbe coltivate o di campo, e stimolano l'appetito. Il sapore è gradevole, benché amarognolo. Le foglie grandi si consumano preferibilmente lessate, sole o insieme alle fave *muzzecâte* – fave secche private del nasello e lessate – o con puré di fave secche sbucciate, sempre condite con olio, o ancora in brodo con la carne e un po' di parmigiano. Sono anche adatte per preparare – insieme ad altre erbe campestri come l'acetosa e la bietola – zuppe, risotti e minestrone. Le foglie di questa pianta – iscritta nella Farmacopea Ufficiale Italiana – hanno proprietà depurative del fegato, lassative, toniche e diuretiche. La radice, torrefatta, produce invece il ben noto surrogato del caffè.

Proverbi

Chi mange fâve e cecorie, o 'nParaveise o 'nPregatorie
(Chi mangia fave e cicorie, o in Paradiso o in Purgatorio)



CRESPIGNO

(scient. *Sonchus oleraceus* L., dial. *Sevoune*)

Oltracciò, fra le piante utili profittevoli agl'industriosi contadini, abbiano l'asclepio, l'apio silvestre, la borra-selvatica, l'edera, il porraastro, che serve di nutrimento alle pecore, il serpillio, il trifoglio, il finocchio selvatico, la ruchetta Cerignolana, la sivone, ec. (L. CONTE, "Cerignola", in *Il Regno delle Due Sicilie descritto ed illustrato*, Napoli, stabilimento tipografico di G. Nobile, 1853-1857, VIII, p. 74)

È una pianta erbacea annuale o biennale, estiva, raramente annua invernale, della famiglia delle *Compositae*. La radice grassa, se recisa, secerne abbondante lattice. Il fusto, ramificato alla base, glabro e di forma cilindrica, è cavo e poco ramoso. I fiori, di colore giallo oro, spuntano da giugno a ottobre e si aprono solo al mattino. Il pappo ha setole bianche piumose lunghe fino a 3 centimetri. Pianta molto diffusa, simile al Tarassaco, predilige il clima temperato. Cresce nei campi, nei giardini, e fra le macerie, in luoghi soleggati. Arreca danni alle colture per lo spazio che occupa e per l'azoto che assorbe dal terreno.

Utilizzo

Le foglie giovani e tenere si consumano crude in insalata, oppure cotte con altre verdure, con i fagioli, o con *i fâve muzzecâte* – fave secche private del nasello e lessate – o ancora con la pasta. Le radici, torrefatte possono essere anche utilizzate come succedaneo del caffè. Nella medicina popolare la radice era utilizzata come digestivo e diuretico.

Proverbi

Chi mange skitte sevüne perde u guste de pâne e cardüne
(Chi mangia solo "sivoni" perde il gusto di pane e cardoni)



FERULA

(scient. *Ferula communis* L., dial. *Frévule*)

Nella primavera, e nell'autunno piovoso si raccolgono i Fonghi, che all'eccesso ne' nostri prati si producono dalle radici della pianta nominata Ferula: tali Fonghi si seccano all'ombra, o pure cotti e salati si conservano lungamente: servono essi di manicaretti da noi usitatissimi e ricercati da forastieri. (T. KIRIATTI, Memorie storiche di Cerignola, Napoli, nella stamperia di Michele Morelli, 1785, p. 140)

È una pianta erbacea perenne, della famiglia delle *Ombrellifere*, con fusto alto da 1 a 3 metri, ramificato superiormente, foglie grandi e fiori piccoli, gialli e numerosi riuniti in infiorescenze a ombrella. A Cerignola è abbondante sulle strade provinciali per Manfredonia e Melfi. Vive nei terreni incolti e su cunette di strade, spesso associata all'asfodelo.

Utilizzo

Dissetò gli spagnoli in marcia su Cerignola per la battaglia del 1503. Le foglie, *i cuscke*, venivano vendute in paese per l'alimentazione degli asini. Con i fusti si fabbricavano bastoni, *freddizze* (sgabelli), tappi per *cicene* (orciuoli), per damigiane e barili; i barbieri vi affilavano i rasoi, con essi i maestri bacchettavano gli alunni indisciplinati dando *i spalmâte*. Un segmento di ferula, spaccato nel senso della lunghezza, memorizzava i debiti contratti con un negoziante mediante segni incisi contemporaneamente sulle due parti, *i tagghie*. Da ciò il detto: *Faceime i cunde e spezzâme i tagghie* (Facciamo i conti e spezziamo le ferule).

Proverbi

I segge anna sceie 'nnanze e i freddizze rete
(Le sedie devono stare avanti e gli sgabelli dietro)





FINOCCHIO SELVATICO

(scient. *Foeniculum vulgare*, dial. *Fenucchiastre*)

Officinale, stomachico, carminativo, sudorifico, diuritico, aperitivo. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 46).

È una pianta erbacea biennale o perenne, della famiglia delle *Ombrellifere*, molto aromatica, con gusto gradevole come quello dell'anice. Ha un fusto cilindrico ramificato che può raggiungere i 2 metri di altezza. In condizioni climatiche favorevoli può vivere anche 3 o 4 anni. Le foglie hanno segmenti quasi filiformi; i fiori, di colore giallo, sono raggruppati in ombrellette che a loro volta ne formano una più grossa. I frutti, chiamati impropriamente semi, sono diachenii lunghi 8 millimetri e larghi 2, di colore bruno alla maturità. Presente in tutto il territorio di Cerignola, si adatta sia al caldo che al freddo. Cresce nei terreni aridi e assolati, sulle cunette delle strade di campagna, fra le macerie, particolarmente nel Mezzogiorno d'Italia. Fiorisce da luglio a settembre.

Utilizzo

La pianta giovane veniva mangiata cotta con la pasta, ma anche cruda col pane; le estremità fiorite sono tuttora usate a mazzetti, nelle *feseine* (anfore di coccio) o nei vasi di vetro, per profumare le olive verdi in salamoia del tipo Bella di Cerignola (nota anche come oliva di Spagna) o Sant'Agostino. I semi insaporiscono *scallatille* – tipici taralli salati caserecci scottati e infornati – insaccati, carni grasse, formaggi, vini, liquori. Da fiori e frutti, e da tutta la pianta, si estrae un decotto digestivo, stimolante, espettorante, antispasmodico, aromatico, diuretico.

Proverbi

Pèttela vastarde e fenucchidde

(Pasta di forma irregolare e finocchio selvatico)





FUMARIA

(scient. *Fumaria officinalis* L., dial. *Fumeterie*)

Qui detta fumiterra. Famiglia delle fumariacee. Amaris-sima, potente rimedio risolvente, discretico, antiscorbutico, tonico, depurativo. (F. CIRILLO, Cenzo storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 48)

Il nome le deriva dall'odore di fumo che emana quando viene sfregata. È una pianta erbacea annuale della famiglia delle *Papaveraceae*, con fusto ascendente o prostrato, ramificato, alto fino a 60-70 centimetri, con radice molto sviluppata. Le foglie, divise in molti lobi e rivestite di uno strato ceroso, sono di colore verde chiaro. I fiori, piccoli e irregolari, sono infiorescenze a racemo in cima alla pianta, che spuntano da gennaio a settembre; hanno due sepali di forma variabile e quattro petali di colore rosa-porporino. Adatta al clima temperato caldo, cresce – dalla pianura alla fascia submontana – nei terreni lavorati, coperti da colture erbacee e arboree: e per ciò è una pianta infestante.

Utilizzo

Fortemente infestante dei campi di grano, di fave e di piselli, questa pianta – quando gli erbicidi non erano ancora diffusi – veniva estirpata insieme agli altri *seme stranie* con la *pungeime*, la scerbatura a mano, o quando si andava a *zappunescé* o a *sarchié* con la zappetta. Ritenuta capace di alleviare le affezioni epatiche, l'amarissima fumaria è stata usata in medicina come tonico-digestivo. Tra le altre proprietà riconosciute c'è quella depurativa e antispasmodica, e quella leggermente lassativa e diuretica. Essa trova anche impiego nelle affezioni cutanee.

Proverbi

U mèdeche cùre, ma la natüre sâne
(Il medico cura ma la natura guarisce)



GRAMIGNA

(scient. *Cynodon dactylon* Pers., dial. *Gramegne*)

I medici si servivano della radice in decozione come rimedio temperante, diuretico, deostruente e attualmente è base delle tisane. (F. CIRILLO, Cenzo storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 48)

La gramigna è una pianta erbacea perenne della famiglia delle *Graminacee*, a fusto strisciante e nodoso, spontanea e infestante, con foglie lineari inferiormente pelose, e lunghe spighe verdi. Cresce in maniera rigogliosa e si diffonde con rapidità grazie all'apparato radicale costituito da rizomi, che hanno la caratteristica di conservare quella freschezza grazie alla quale si moltiplica velocemente, così da soffocare le piante circostanti. Tale rizoma è straordinariamente resistente alle avversità ambientali, e capace di sopravvivere a lungo anche se spezzato e portato alla superficie del suolo. L'habitat della gramigna sono i luoghi erbosi, sassosi e i campi, dal mare fino alla zona subalpina.

Utilizzo

Le sue parti verdi e i rizomi costituiscono un buon foraggio per l'alimentazione dei cavalli, e sono stati anche utilizzati per la fabbricazione della birra; con i soli rizomi – raccolti tutto l'anno, eccetto l'inverno, ed essiccati al sole – si approntavano invece decotti diuretici, purgativi e depurativi del sangue. La gramigna è stata spesso impiegata per la formazione di prati, anche se non della migliore qualità. A causa delle sue proprietà fortemente infestanti, era oggetto di una dissodazione estesa, *la scatene*, volta ad estrarne definitivamente dal terreno le radici.

Proverbi

La gramigne è cume la tigne
(La gramigna è come la tigna)



LAMPASCIONE

(scient. *Muscari comosum*, dial. *Lambascioune*)

Si rinvencono inoltre grandi quantità di bulbi di muscari che sono buoni per i visceri ed appartengono alla famiglia delle gigliacee il popolo li chiama lampasciuni, e da qualche anno sono esportati in America specialmente da Ascoli e da Minervino. (F. CIRILLO, Cenzo storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 50)

È una pianta erbacea perenne della famiglia delle *Liliacee*. Somiglia alla cipolla, per cui prende il nome di Cipolla selvatica o Cipollaccio col fiocco. Il suo bulbo è globoso, con tuniche rosso vinose o rosaceo. Le foglie sono basali e lineari, con tendenza ad afflosciarsi mano mano che si allungano. I fiori, azzurro-violacei, sono disposti in racemi, che nella parte terminale assumono la forma di un candelabro. Comune dal mare alla regione montana, fiorisce da maggio a giugno. Nel territorio di Cerignola si trova allo stato selvatico, sia nella parte nord (Tressanti, Marrella, Posta Angeloni, Santa Maria dei Manzi) che nella parte sud (Borgo Libertà, Ragucci, Tre Titoli, Borgo La Moschella, Madonna di Ripalta, Cafiero). Viene estratto, con particolare abilità, mediante lo specifico piccone dalla lama lunga e curva chiamato *càvalambasciùne*.

Utilizzo

I bulbi sono assai ricercati nell'Italia meridionale: privati della radice, e arrostiti sotto la cenere, diventano dolci, e si consumano conditi con olio, pepe e prezzemolo; lessati si conservano sott'olio, o ancora si gustano da soli o nella frittata. Hanno proprietà lassative e diuretiche.

Proverbi

Mmizze au giardeine ò nàte nu lambascioune
(In mezzo al giardino è nato un cipollaccio)





LENTISCO

(scient. *Pistacia Lentiscus* L., dial. *Stinge*)

In Cerignola la materia del fuoco sono i Carboni che si portano da varii luoghi; ma i rami, e le radici del Lentisco, che ivi si trovano è la più usata; questa è una pianta arborea che nelle nostre campagne la natura produce a dovizia; ... dalle Bacche del Lentisco i contadini n'estraggono con furia di pressione, un olio che usano per lo lume, e spesso per condire, ed è rimedio a più malattie degli animali addetti all'agricoltura. (T. KIRIATTI, Memorie storiche di Cerignola, Napoli, nella stamperia di Michele Morelli, 1785, p. 142)

È una pianta arborea rustica sempreverde della famiglia delle *Anacardiacee* – anticamente diffusa nelle mezzane della masseria Ciminarella, nei pressi dell'azienda Santo Stefano di Pavoncelli – a portamento cespuglioso o ad alberello alto fino a 3 metri. I rami sono densi e contorti; i frutti sono drupe rosse, poi nere. Fiorisce da marzo a giugno.

Utilizzo

Se ne facevano fasci, *i pruveine*, utilizzati con i rami dei perazzi come accendifuoco e per fare *u pâne arrestüte*, la bruschetta. Dal Potentino venivano carbonai a farne carbone (pezzi di 15-20 centimetri di diametro), *carviine a cannule* (4x10 centimetri), *rüsce* (frantumi), e carbonella. Si utilizzava spesso come sfondo per il presepe, ornato di mandarini e di fiocchetti di cotone che simulavano la *pannatedde*, la neve. La sua resina era anche usata nella preparazione di gengivari e mastici dentari.

Proverbi

U virne ce vole fuche e strafuche
(D'inverno ci vuole fuoco e cibo)



LIQUIRIZIA

(scient. *Glycyrrhiza glabra* L., dial. *Pastorizze*)

Lo scavo che si fa della radice Glyciriza che nel suolo di Cerignola copiosamente vegeta, dà materia considerevole per l'estratto che si lavora con vera arte chimica, per ispeziale attività de' Calabresi: si trasporta di là de' monti, servendo ad usi medicinali, per la composizione della Birra, e per la tinta de' panni, onde è un capo di commercio. (T. KIRIATTI, Memorie storiche di Cerignola, Napoli, nella stamperia di Michele Morelli, 1785, p. 140)

È una pianta erbacea perenne cespugliosa, della famiglia delle *Leguminose*, spontanea nell'Italia meridionale e insulare, con radici profonde e legnose – giallastre e dolciastre – lunghe fino a due metri, e fiori di colore lilla. Fiorisce in giugno-luglio. Greci e romani ne utilizzavano le radici durante le marce per le sue qualità dissetanti e antifatica. Nel territorio di Cerignola è spontanea a Borgo La Moschella, Borgo Libertà, Corneto, Gubito, San Vito, sulla strada del Macello, nella zona chiamata *Acqua Zumbellande* sulla strada provinciale per Manfredonia.

Utilizzo

La radice è iscritta nella Farmacopea Ufficiale Italiana, ed è largamente utilizzata – in tisane – per curare gastriti e ulcere gastroduodenali, nonché l'alitosi. Secca o fresca, veniva venduta agli angoli delle strade, per essere utilizzata in infuso come espettorante ed emolliente, o per essere masticata come ottimo antinfiammatorio di bocca e gengive. Mediante la bollitura delle radici si prepara la liquirizia in bastoncini.

Proverbi

Disse la morte: mange ca non mure
(Disse la morte: mangia e non morirai)



MALVA

(scient. *Malva silvestris* L., dial. *Malve*)

In decotto è emolliente e addolcitivo. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 48)

È una pianta biennale della famiglia delle *Malvacee*, raramente annua, spontanea e infestante, alta fino a un metro, ramosa, vellutata. Le foglie sono dentate, spesso macchiate di nero alla base; i fiori sono di colore rosa-violetto, con striature più cariche. Presente un po' ovunque, dal mare fino alla regione submontana, cresce ai bordi delle strade, presso depositi di macerie, in terreni non coltivati; a Cerignola colonizza il Piano delle Fosse. Si sviluppa in luoghi soleggiati e caldi, fiorendo da maggio a ottobre. Arreca danni per la grande quantità di sostanze nutritive che sottrae al terreno. Contiene vitamine A, B, C, E e carotene.

Utilizzo

Pianta iscritta nella Farmacopea Italiana, la malva ha effetto nelle flebiti, contro i catarrhi intestinali, le tossi, i bruciori interni. Le foglie e anche i fiori, in infusi e decotti, sono un rimedio sedativo, emolliente, rinfrescante e addolcitivo. L'etimologia del nome deriva appunto dall'espressione latina *Quia mollit alvum* (perché ammorbidisce il ventre). In passato se ne facevano bevande che facilitavano il parto e, successivamente, miglioravano la produzione del latte. La radice della pianta, strofinata sulle gengive infiammate, calmava nei bambini i dolori della dentizione. Gli adulti, invece, la usavano per la pulizia dei denti. Foglie e gemme si possono anche aggiungere, con moderazione, alle insalate.

Proverbi

La malve da ogni mâle te salve
(La malva da ogni male ti salva)



MARROBIO

(scient. *Marrubium vulgare* L., dial. *Marugge*)

Erba amarissima dal volgo detta maruggia, tonica, incisiva, antiverminosa emmenagoga, detersiva. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 47)

È una pianta erbacea perenne, della famiglia delle *Labiata*, di odore fortemente aromatico, pelosa, alta fino a un metro, il cui nome ha origini ebraiche e significa “succo amaro”: foglie e sommità fiorite hanno infatti sapore acre-amarognolo. Il fusto è eretto, quadrangolare, poco ramificato. Le foglie sono picciolate, opposte, arrotondate e crestate, con la pagina inferiore cotonosa. I fiori, piccoli e bianchi, spuntano dalla primavera all’estate. Diffusa nel territorio di Cerignola, la troviamo abbondante nelle zone Madonna di Ripalta, Cerina e Cerinella, oltre che nelle borgate La Moschella, Tressanti, Borgo Libertà. Adatta al clima caldo mediterraneo, si rinviene un po’ ovunque – dal mare alla regione submontana – nei terreni aridi, tra ruderi e macerie, negli incolti, nelle mezzane, ai bordi delle strade, nei terreni sassosi.

Utilizzo

Le foglie e le sommità fiorite del marrobio – usate come antisettico, tonico e digestivo – venivano anche utilizzate, per il loro cattivo odore, come repellente contro gli scarafaggi. Da queste proprietà deriva l’ironico detto *Vu ghesse beneditte che l’acque de la marugge* (Che tu sia benedetto con l’acqua del marrobio). La malaria si combatteva anticamente, oltre che con il chinino, con il decotto dei rami di questa pianta.

Proverbi

La marugge destrugge
(Il marrobio distrugge ogni male)



MENTA

(scient. *Mentha piperita* L., dial. *Amende*)

Vi sono sette specie di menta ma le più note in questo agro sono: menta verde o menta romana – alta da 30 a 60 centimetri. Menta peperita – con foglie larghe e fiori purpurei, si coltiva per il suo aroma. Menta selvatica o mentastro – fiori color rosso chiaro, forma un elisir digestivo e si fanno le pasticche rinfrescanti. (F. CIRILLO, Cenzo storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 46)

È una pianta perenne della famiglia delle *Labiatae*, con rizoma legnoso e stoloni striscianti, foglie ovali di colore verde intenso, fiori riuniti in una spiga. Spontanea, ma anche coltivata, di odore e sapore forti, è diffusa nel territorio di Cerignola nella parte collinare dei terreni incolti di Borgo La Moschella, Gubito, Pozzo Monachiello e Borgo Libertà.

Utilizzo

La menta ha proprietà digestive, dissetanti, rinfrescanti. Cura l'alitosi, le emicranie e le nevralgie dentarie. Le foglie fresche, strofinate, erano in passato anche una sorta di profumo; quelle essiccate e polverizzate rendono invece ancora oggi i cibi più digeribili. Utilizzata nell'industria dei liquori, in cucina dà ottimi risultati solo se fresca. Insieme a olio e aceto, le foglie fresche di menta aromatizzano i *ciamaruchidde* (le lumachine), le melanzane, le zucchine arrostiti, e a volte le frittate.

Proverbi

*La fèmene è cume na foglie d'amende:
chiù la strapazze e chiù addore*
(La donna è come una foglia di menta:
più la stropicci e più odora)



ORIGANO

(scient. *Origanum vulgare* L., dial. *Arìghene*)

Energico stimolante entra in molte preparazioni officinali. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 45)

L'origano è una pianta perenne della famiglia delle *Labiatae*, a fusto eretto, legnoso alla base ed erbaceo nella parte superiore. Si sviluppa fino all'altezza di 70-80 centimetri circa, ha fiori rosa e rizomi striscianti. Presente in tutte le regioni italiane, particolarmente in quelle meridionali e insulari, cresce in collina e in montagna, nei luoghi sassosi e negli incolti secchi. Si sviluppa prevalentemente nelle zone soleggiate e calde, fiorendo da giugno a settembre. Appetito dal bestiame, le api ne ricavano un ottimo miele profumato. Nel territorio di Cerignola è spontaneo nelle zone di Bellaveduta, Moschella, Topporusso, Gubito, Pozzo Monachiello, Borgo Libertà, Madonna di Ripalta.

Utilizzo

Il suo impiego in cucina ha avuto una forte crescita: l'origano aromatizza infatti piatti a base di pomodoro, insalate, carni, pesce, bruschette, friselle e, non ultima, la pizza. Le sue virtù sono racchiuse nell'aroma che aiuta le digestioni difficili. Raccolto e fatto seccare al sole in mazzetti, se ne frantumano fra le mani foglie e sommità fiorite, e lo si conserva sotto vetro. È un ingrediente dell'*acquasàle*: un piatto povero della cucina tradizionale cerignolana fatto di cipolle e pomodori affettati – con aggiunta di poca acqua e sale, una “croce d'olio” e un po' di origano – in cui si inzuppano fette di pane molto rafferme.

Proverbi

L'arìghene leve la vènnete all'agghie
(L'origano toglie spazio nella vendita all'aglio)



ORTICA

(scient. *Urtica urens* L., dial. *Ardicule*)

In decozione è un astringente contro le emorragie e la dissenteria, mentre l'estratto dell'ortica agisce contro l'emorragie uterine, ed i semi sono dotati di virtù diuretiche e litontrittica. Altrove l'ortica viene coltivata ed i gambi posti in macerazione danno filo da tessere. (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 49)

L'ortica *urens*, a differenza della dioica, è una pianta erbacea annuale, della famiglia delle *Urticacee*, spontanea e infestante, tutta ricoperta di peli urticanti, con rizoma strisciante, foglie opposte, picciolate e pelose, piccoli fiori verdi a grappoli. Il fusto, alto fino a un metro, possiede fibre molto pregiate, simili a quelle del lino. Cresce in prossimità di concimaie e di stalle, in terreni fertili ricchi di azoto e nitrati, fra le macerie e nei luoghi soleggati, dal mare al piano montano. La si trova frequentemente anche nel territorio urbano. Fiorisce per tutta l'estate.

Utilizzo

Alimento estremamente nutriente, l'ortica è ricca di vitamine A e C ma anche di minerali, in particolare ferro, silicio e potassio. Le foglie più giovani e tenere, lessate, vengono mescolate alla farina, in alternativa agli spinaci, per rendere verde la pasta, e ottenere così ravioli di ortica. Utilizzata in infuso come diuretico e per la cura dei capelli, il suo succo è un ottimo rimedio contro morsi e punture di insetti. Dal fusto si ricavano poi fibre tessili molto resistenti, che costituiscono il *ramiè*.

Proverbi

La malerve è quedde c'arregne
(La malerba è quella che attecchisce)



PAPAVERO

(scient. *Papaver rhoeas* L., dial. *Papagne*)

Ma se l'esterno della città è di giocondo aspetto, il sito che occupa l'abitato, è ancor esso ridente e pittoresco. Vi si gode un orizzonte estesissimo, e si offre allo sguardo incantevole prospettiva di sterminate pianure, di fertili campi in cui largamente annua biondeggia la messe, e di spaziosi prati rivestiti di odorose erbe, e di variopinti fiorellini, che porgono al bestiame aromatica pastura (L. CONTE, "Cerignola", in *Il Regno delle Due Sicilie descritto ed illustrato*, Napoli, stabilimento tipografico di G. Nobile, 1853-1857, VIII, p. 65)

È una pianta annuale della famiglia delle *Papaveraceae*, spontanea e infestante. Cresce nei campi di cereali, fra le macerie, nei terreni incolti, ai bordi delle strade, dal mare al piano submontano. Si sviluppa in luoghi soleggiati e caldi, fiorendo da marzo a luglio. È dannosa per la grande quantità di azoto e sostanze nutritive che sottrae al terreno.

Utilizzo

Tutta la pianta veniva utilizzata per l'alimentazione dei conigli. Le sole foglie, non frequentemente, venivano consumate in insalata, o con le fave. Le capsule secche, contenenti papaverina, venivano frantumate e messe in piccole garze a formare *i puppetedde*, che si facevano succhiare ai lattanti capricciosi per calmarli. I fiori erano chiamati *scquàcchele* (nome forse onomatopeico, dal gioco infantile di ripiegare a sacchetto un petalo e farlo scoppiare con un rumore caratteristico).

Proverbi

A la Scenzione u verme russe indr'au grâne
(All'Ascensione il verme rosso nel grano)



PARIETARIA

(scient. *Parietaria officinalis* L., dial. *Muraioule*)

Emolliente, diuretica, emmenagoga e lenitiva specialmente nelle congiuntiviti come lavaggio. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 49)

È una pianta erbacea della famiglia delle *Urticacee*, perenne e infestante – chiamata anche Muraiola, perché molto comune sui vecchi muri, o erba vetriola, perché usata per pulire vetri e bottiglie – che può superare i 50 centimetri di altezza. Il fusto assume forma eretta o sdraiata. Le foglie sono spicciolate, di forma ovato-lanceolata e con peli ricurvi: se strappate si attaccano con estrema facilità agli abiti. I fiori sono piccoli e verdognoli, riuniti a gruppi in infiorescenze ascellari. Fiorisce da giugno a settembre. Ama il clima temperato caldo, e vive bene un po' ovunque, dal mare fino alla regione submontana. Cresce in colonie più o meno numerose, in luoghi freschi e in terreni ricchi di nitrati, ma anche su ruderi e macerie, spesso insieme all'ortica.

Utilizzo

Le foglie, raccolte in maggio-giugno, venivano utilizzate per infusi diuretici, emollienti e depurativi, oltre che in cataplasmi atti a curare dermatiti e scottature; masticate alleviavano il mal di denti. Il succo estratto dalle foglie fresche era altresì utilizzato contro i calcoli renali. Benché la pianta provochi notoriamente allergie, le foglioline tenere della parietaria possono essere consumate cotte, da sole o aggiunte ad altre erbe, in minestroni. Eccellenti sono poi in minestra con le ortiche.

Proverbi

La malerve non more mé
(La malerba non muore mai)



PIANTAGGINE

(scient. *Plantago lanceolata* L., dial. *Lengue de pècure*)

Per le piante in uso della farmacia sono le seguenti. L'acetosella, la beccabunga, il nasturzio, lo scordio, l'altea, l'acanto, la gramigna, il trifoglio, il capel-venere, la glicerriza, la tussillagine, la malva, la piantagine ... (Giornale degli atti della Reale Società Economica di Capitanata, II, Foggia, pei tipi di Giacomo Russo, 1846, p. 126-127).

Nota anche come Mestolaccia, è una pianta erbacea perenne della famiglia delle *Plantaginacee*, con rizoma corto e molte radichette sottili. Priva di fusto, ha solo uno o più scapi senza foglie e raggiunge l'altezza di 30 centimetri. Le foglie, disposte a rosetta, sono lungamente picciolate, ovali, lanceolate, con 5 nervature abbastanza evidenti. I fiori, di colore giallo chiaro, sono contenuti in spighe cilindriche e appaiono evidenti da aprile a ottobre. Predilige il clima temperato caldo, ma si adatta anche a climi più freddi. Cresce in terreni argillosi e sabbiosi umidi, nei campi lavorati, nei prati e negli incolti, lungo canali e bordi di strade, nelle stazioni boschive submontane e montane.

Utilizzo

Le foglie si consumano fresche in insalata, oppure cotte nelle minestre. Il succo fresco è efficace contro le punture di api e insetti. Le radici grattugiate sono un antidoto per il mal di denti. Ha anche proprietà rinfrescanti, diuretiche, depurative, astringenti, emollienti. Se ne fanno cataplasmi cicatrizzanti, e calmanti per dermatiti e pruriti da piaghe.

Proverbi

L'urtelâne de fridde se more ma noute de fâme
(L'ortolano muore di freddo ma non di fame)



PORCELLANA

(scient. *Portulaca oleracea*, dial. *Chiappareine*)

Tutto dee servire o per la famiglia – pane, combustibile, minestra – o per cavarne qualche po' di denaro vendendo il supero su la piazza o per le vie. (A. LO RE, Capitanaata triste, Cerignola, stabilimento tipografico dello Scienza e Diletto, 1902, p. 96)

È una pianta erbacea annuale della famiglia delle *Portulacaceae*, con fusti cilindrici carnosi, molto ramificati, internamente cavi, di colore rossastro. La radice è a fittone, con radici secondarie a filamenti. Le foglie, carnose e cuneiformi, alternate, ovali e glabre, sono lunghe fino a 3 centimetri. In punta ai rami sbocciano numerosi fiori gialli, a rosellina, che si aprono in presenza di sole. I semi sono contenuti in una capsula che rappresenta il frutto. Predilige il clima temperato caldo, e cresce in ogni tipo di terreno: la troviamo in prossimità di ruderi, ai margini delle strade, nei terreni sabbiosi e drenati. È un'erba infestante, e impoverisce il terreno delle sostanze necessarie alle piante coltivate.

Utilizzo

È una pianta stagionale: e data l'impossibilità di essiccarla può essere utilizzata solo fresca o sotto aceto. Le parti giovani possono essere consumate sia cotte – in minestre e frittate – sia crude, sole o associate ad altre erbe e al pomodoro fresco per la preparazione di ricche insalate. Nella medicina popolare era utilizzata per la cura dello scorbuto, in quanto ricca di vitamina C, ma anche come pianta con specificità diuretiche, depurative del sangue, e risolutive nelle infezioni urinarie.

Proverbi

Erva chiatte è sembe bone
(L'erba piatta è sempre buona)



ROSMARINO

(scient. *Rosmarinus officinalis* L., dial. *Rosmareine*)

Tutta la pianta, ma particolarmente le foglie sono dotate di un principio eminentemente aromatico e resinoso, avente un sapore amarognolo non ingrato, per cui servono frequentemente delle sue tenere sommità per aromatizzare varii cibi, e singolarmente gli arrostiti ... (Giornale degli atti della Reale Società Economica di Capitanata, XI, Bari, per Sante Cannone e figli, 1846, p. 112).

Il rosmarino è un arbusto della famiglia delle *Labiatae*, con fusti rami-
ficati. Le foglie sono persistenti, lineari, di colore verde scuro sulla
pagina superiore, biancastre su quella inferiore, fortemente addensate
lungo i rami. I fiori, di colore azzurro, sono riuniti in verticillastri.
Pianta molto rustica aromatica ma anche ornamentale – particolarmente
per siepi – e fondamentalmente coltivata, cresce anche spontanea.
Nel territorio di Cerignola è presente nelle zone collinari di Borgo La
Moschella, Borgo Libertà, Gubito, Montagna spaccata, Bellaveduta.

Utilizzo

Il rosmarino è un'erba condimentaria di grande importanza industriale,
alimentare e terapeutica. Pianta iscritta nella Farmacopea Ufficiale
Italiana, ha proprietà stomachiche, emmenagoghe, antispasmodiche e
antiparassitarie. Il suo olio frena la caduta dei capelli, e apporta sol-
lievo alle articolazioni dolenti; le sue radici sono talvolta utilizzate
come diuretico e aperitivo. In cucina viene spesso utilizzato, fresco o
secco, per aromatizzare gli arrostiti di carne, in alternativa alla salvia.

Proverbi

Pinele de cucine, e sceruppe de candeine
(Pillole di cucina, e scioppo di cantina)



ROVO

(scient. *Rubus fruticosus* L., dial. *Revetâle*)

Il frutto ossia le more danno uno sciroppo rinfrescante, mentre un'altra qualità distinta dalla prima perché senza spine è chiamata lampona anche rinfrescante color fragola, ma si adopera specialmente in Francia per dare il senso ai sorbetti (framboise). (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 49)

È una pianta arbustiva, caducifoglia, perenne, della famiglia delle *Rosacee*, alta fino a 2 metri, con rami pungenti circolari – a volte prostrati e a volta eretti – di colore verde, rosa o rosso sul lato rivolto verso il sole. I rami rosso-bruni, dotati di robuste spine, crescono prima eretti, per poi arcuarsi fino a toccare il terreno. Le gemme sono piccole e tozze, dello stesso colore del fusto. I fiori, rosa o bianchi, sono riuniti in racemi o pannocchie terminali. Le foglie sono alterne e opposte, di forma ellittica, con apice acuminato e margine seghettato. I frutti, ricchi di vitamina A e C, di sapore dolce e di colore nerastro, sono aggregati di piccole drupe. Predilige il clima temperato, ma vive anche in ambienti freschi di sottobosco. Cresce in terreni abbandonati, soprattutto lungo sentieri, scarpate, strade ferrate. Fiorisce da giugno a settembre.

Utilizzo

Dai rami se ne faceva carbonella, insieme a legna di perazzo, lentisco, mandorlo e a sarmenti; con i suoi frutti, *i merâsce*, si faceva la “mostarda” di more. Le more sono utilizzate per la preparazione di marmellate e confetture, e in pasticceria per la confezione di dolci e gelati.

Proverbi

Da na mâla speine nasce na bona rose
(Da una cattiva spina nasce una buona rosa)



RUCHETTA

(scient. *Diplotaxis tenuifolia* L., dial. *Rüche*)

Oltracciò, fra le piante utili profittevoli agl'industriosi contadini, abbiano l'asclepio, l'apio silvestre, la borra-na selvatica, l'edera, il porraastro, che serve di nutrimento alle pecore, il serpillio, il trifoglio, il finocchio selvatico, la ruchetta Cerignolana, la sivone, ec. (L. CONTE, "Cerignola", in Il Regno delle Due Sicilie descritto ed illustrato, Napoli, stabilimento tipografico di G. Nobile, 1853-1857, VIII, p. 74)

È una pianta erbacea perenne della famiglia delle *Crucifere*. Le foglie, disposte alternativamente lungo lo stelo ascendente, larghe inferiormente e più strette superiormente, hanno forma oblunga; emanano un odore particolarmente accentuato dopo la primavera. I fiori, riuniti in racemi, sono formati da quattro petali di colore giallo paglierino. Adatta al clima temperato, esposta al sole o all'ombra, cresce ovunque, dal mare al piano submontano, ma soffre i venti. Le foglie, quanto più il terreno è arido, tanto più hanno sapore piccante e diventano più spesse.

Utilizzo

I piatti tradizionali di Cerignola sono la "bandiera" – *cavatidde* di farina bianca cavati a mano, cotti con ruchetta e conditi con salsa di pomodoro – e *pânecutte e rüche*. Per tale pietanza si lessano due grosse patate a tocchetti, a cui si aggiungono poi due manciate di ruchetta, e pezzi di pane raffermo; si condisce il tutto con olio d'oliva, in cui si è fatto dorare aglio e peperoncino. Si consuma anche fresca in insalata.

Proverbi

La rüche fâce püre sop'a la chièreche du prèvete
(La ruca nasce pure sulla chierica del prete)



RUTA

(scient. *Ruta graveolens* L., dial. *Rüte*)

Famiglia delle rutacee. Rimedio stimolante, antispasmodico, emmenagogo, antelmintico. Tutte le sue parti hanno odore e sapore spiacevole. (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 49)

È una pianta perenne della famiglia delle *Rutacee*, di odore fortissimo e sgradevole, glabra, legnosa nella parte basale a partire dal secondo anno, sempreverde, inizialmente di colore verde-azzurro, a portamento cespuglioso. Alta circa 50 centimetri, è anche coltivata per la realizzazione di bordure di aiuole o siepi. Le foglie sono piccole, lobate e ovaleggianti; i fiori sono piuttosto grandi, pedunculati e gialli. Adatta al clima temperato caldo, con predilezione del pieno sole, la ruta vive bene anche in ambienti freschi a mezz'ombra. Cresce nei terreni drenati, pietrosi e sostanzialmente poveri, fiorendo da maggio ad agosto.

Utilizzo

In cucina questa pianta è prevalentemente utilizzata per marinare la selvaggina – in un infuso di semi di ruta e menta – oltre che per aromatizzare piatti di pesce; è inoltre indicata per la preparazione di acqueviti, grappe e amari dalle spiccate proprietà toniche e digestive. Ha proprietà antitossiche, antinfiammatorie, antispasmodiche ed espettoranti. Foglie e fiori, in uso esterno, combattevano pidocchi, tigna e scabbia; ed erano rimedio sovrano contro i vermi dei bambini. Un impiego domestico efficace è quello di tenere ramoscelli di ruta fresca in ambienti infestati dai topi, perché questi non ne sopportano l'odore.

Proverbi

La rüte ogne mâle stüte
(La ruta spegne ogni male)



SALVIA

(scient. *Salvia pratensis* L., dial. *Salvie*)

Salvia campestre. Si adopera in cucina per condimento di alcune vivande. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 46)

È una pianta ad arbusto cespuglioso della famiglia delle *Labiatae*, alta fino a un metro, con foglie di colore verde-grigio argentato, rugose al tatto e crenate ai margini, coltivata in orti e giardini, oltre che in vaso. Cresce abbondante e spontanea in quasi tutti i tipi di terreno e sui dirupi sassosi, dal piano mediterraneo fino a quello submontano della Penisola e delle Isole, prediligendo un buon drenaggio, azoto, ed esposizione al sole pieno. I fiori, grandi e violacei, spuntano da maggio a luglio. Nel territorio di Cerignola è stata localizzata nelle zone di Bellaveduta, Moschella, Gubito, Pozzo Monachiello, Borgo Libertà.

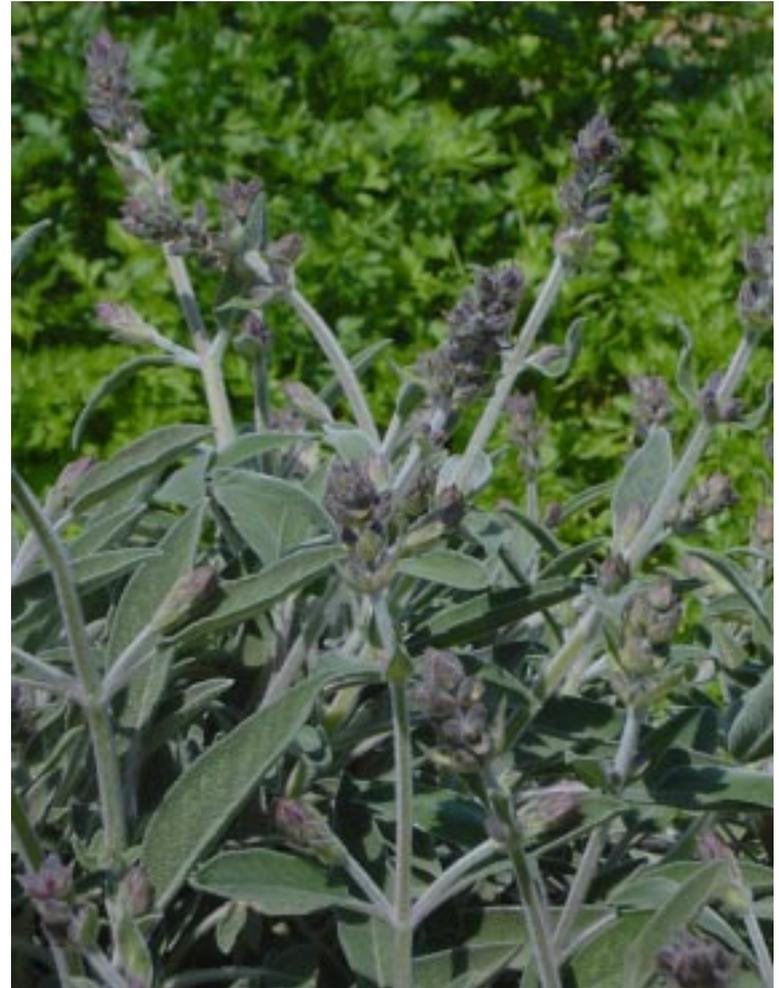
Utilizzo

Pianta iscritta nella Farmacopea Ufficiale Italiana, ha proprietà disintossicanti sui reni e sul fegato, antidisepatiche, e facilita la traspirazione. La tisana di salvia era un ottimo rimedio contro il raffreddore. Il suo impiego è comunque largamente diffuso soprattutto in ambito alimentare, con utilizzazione delle foglie e delle sommità fiorite. Con la salvia, sia fresca che secca, si aromatizzano infatti molte pietanze: ad esempio le patate, lessate e tagliate a spicchi – saltate in padella con olio, pangrattato, sale, pepe e aglio a fettine – si amalgamano con foglie di salvia e dadini di pancetta affumicata. Nella preparazione di cibi ricchi e pesanti è spesso utilizzata per aumentarne la digeribilità.

Proverbi

Arravugghie ca so' fogghie

(Raccogli perché è comunque erba commestibile)



SENAPE BIANCA

(scient. *Sinapis alba* L., dial. *Fogghie bianche*)

Nell'un caso e nell'altro, il suo nutrimento giornaliero è formato di un chilogramma di pane accompagnato da una certa quantità di sale ed olio, con i quali, quando sì e quando no, fa una minestra di pancotto, con o senza l'aggiunta di erbe cotte e d'un pò di legumi. (A. LO RE, Capitanata triste, Cerignola, stabilimento tipografico dello Scienza e Diletto, 1902, p. 36)

È una pianta annuale della famiglia delle *Crucifere*, alta sino a 80 centimetri, densamente coperta di setole biancastre su fusto e foglie, con radice fittonante, fusto ascendente o eretto, foglie picciolate, lirate, pennatosette. I fiori hanno petali gialli, e spuntano da maggio ad agosto. È comune nei campi, lungo i muri e le siepi e nei luoghi incolti, dal mare fino al piano submontano, di tutta l'Italia continentale. Frequentemente coltivata come pianta foraggera, trova impiego nella produzione di senape da condimento mediante macinazione dei suoi semi.

Utilizzo

Nella medicina tradizionale la farina di semi aveva fama di stimolante della funzione gastrica, oltre che di antiscorbutico. Si utilizzavano anche l'olio e la carta senapati, per la loro energica funzione revulsiva. In cucina si usano le foglie, private dei piccioli e della nervatura centrale, condite e consumate a guisa di spinaci, sole o con i *cavatidde* cavati a mano.

Proverbi

*Carnevàle meie so' chieine de dogghie
gousce maccariine e carne e cré fogghie
(Carnevale mio son pieno di dolori
oggi maccheroni e carne e domani verdura)*



SENAPE NERA

(scient. *Sinapis arvensis*, dial. *Cimamarelle*)

Qui vi sono tre piante dette marasciuole, cimamarelle e cime di rape, mentre i semi della senapa coltivata servono per le salse, e sono un rimedio tonico, febbrifugo, antiscorbutico, diuretico. (F. CIRILLO, Cenno storico della città di Cerignola, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 47)

È una pianta della famiglia delle *Crucifere*, dal fusto eretto alquanto ramificato, che può raggiungere il metro di altezza. Le foglie inferiori sono pennate e picciolate, i fiori sono gialli. Originaria dell'Asia Occidentale, attraverso la coltivazione si è diffusa in tutta Italia. La si rinviene inselvaticata un po' dappertutto, nei campi incolti e ai margini dei coltivi, dalla pianura alla bassa montagna. Si utilizzano i semi maturi essiccati. Oltre a essere l'elemento essenziale della nota salsa piccante che si aggiunge a piatti di carne o pesce, i semi di senape rendono piccante la conserva di frutta nota come mostarda di Cremona.

Utilizzo

Le *cimamarelle*, più gustose dei *marasciuole*, vengono solitamente lesate e – unite agli spaghetti – insaporite saltandole in padella con dell'olio d'oliva in cui si è fatto soffriggere aglio, *diavelicchie* e mollica di pane casereccio molto raffermo. Le cimette si preparano anche in *Pregatorie*, mettendole in una *sartàscene* con olio, aglio, peperoncino, sale e pochi pomodorini, cucinandole con coperchio e a fuoco lento.

Proverbi

*Verde e specâte i cemederàpe de l'urtelâne
nu mazze de rafanidde, monzegnore senza cappidde*
(Verdi e sfiorite le cipe di rape dell'ortolano
un mazzo di ravanelli, monsignore senza cappello)



TARASSACO

(scient. *Taraxacum officinale* Weber, dial. *Cecoria salvagge*)

Tarassaco dente di leone – È quella specie di cicoria che ha le foglie runcinate disugualmente, dentate simile alla dentiera del leone, molto amara, rinnova il sangue ossia depurativo, aperitivo, diuretico, antiscorbutico, tonico, febbrifugo. (F. CIRILLO, *Cenno storico della città di Cerignola*, Cerignola, Pescatore, 1914, p. 48)

È una pianta erbacea perenne della famiglia delle *Compositae*, con radice a fittone di colore bruno-nerastro ma biancastra all'interno. Le foglie basali, raggruppate in rosetta, erette o sdraiate sul terreno, sono verdi, di forma lanceolata con apice spesso triangolare. I fiori, di colore giallo vivo, si aprono di giorno e sono riuniti in grandi capolini singoli. I fusti, semplici e senza foglie, arrivano fino a 40 centimetri di altezza. I frutti formano il soffione, e sono dotati di una corona di peli – il pappo – composto da setole bianche piumose inserite su un lungo peduncolo. Pianta adatta al clima temperato caldo, cresce nei campi lavorati come nei prati, negli incolti, lungo i canali e i bordi delle strade, nelle fessure di basolati, diffusa dalla pianura alla montagna.

Utilizzo

Pianta officinale nota nella medicina popolare, agisce sull'organismo come lassativo, depurativo, diuretico, tonico, amaro antidispeptico. Le foglie tenere si possono consumare crude in insalata, e sono ricche di vitamine B e C, e di minerali come potassio e ferro. Le radici tostate costituiscono un buon surrogato del caffè, gustoso ma privo di caffeina.

Proverbi

Prudeite e mangé: tutte sté a 'ccumenzé
Prurito e mangiare: tutto sta a cominciare



