



cucine del territorio

“cucine del territorio”

volumi già pubblicati:

- La cucina abruzzese dei trabocchi*, di Maria Teresa Olivieri
La cucina ampezzana, di Rachele Padovan
La cucina aretina, di Guido Gianni
La cucina bresciana, di Marino Marini
La cucina dei Genovesi, di Paolo Lingua
La cucina della Carnia, di Pietro Adami
La cucina della Terra di Bari, di Luigi Sada
La cucina delle Murge, di Maria Pignatelli Ferrante
La cucina del Piemonte collinare e vignaiolo, di Giovanni Gorla
La cucina ferrarese, di M.A. Iori Galluzzi, N. Iori, M. Jannotta
La cucina fiorentina, di Aldo Santini
La cucina istriana, di Mady Fast
La cucina livornese, di Aldo Santini
La cucina maremmana, di Aldo Santini
La cucina modenese, di Sandro Bellei
La cucina padovana, di Giuseppe Maffioli
La cucina picena, di Beatrice Muzi e Allan Evans
La cucina reggiana, di M. A. Iori Galluzzi, N. Iori
La cucina trapanese e delle isole, di Giacomo Pilati e Alba Allotta
La cucina trevigiana, di Giuseppe Maffioli
La cucina vicentina, di Giovanni Capnist e Anna Capnist Dolcetta
Le cucine delle Valli d'Aosta, di Salvatore Marchese
Le cucine di Parma, di Marino Marini
Le cucine di Romagna, di Graziano Pozzetto
Mangiare triestino, di Mady Fast

Graziano Pozzetto

La cucina del Parco del Delta

Storia e ricette

Presentazione di Marco Guarnaschelli Gotti

Prefazione di Giorgio Celli

Postfazione di Gian Ruggero Manzoni

ORME/TARKA

La cucina del Parco del Delta

di Graziano Pozzetto

La prima edizione di questo libro è stata pubblicata nel 1997

Tutti i diritti sono riservati

Nuova edizione aggiornata e riscritta dall'autore: marzo 2014

© 2014 Lit Edizioni s.r.l.

Orme è un marchio di Lit Edizioni s.r.l.

Sede operativa: Via Isonzo 34, 00198 Roma

Tel. 06.8412007 – fax 06.85865742

(su licenza di Tarka/Fattoria del Mare s.a.s. di Franco Muzzio)

www.ormebooks.it

Impaginazione ed editing: Monica Sala

Stampa

Grafiche del Liri s.r.l.

Via Napoli, 852

03036 Isola del Liri (FR)

Per conto di Lit edizioni Srl

Largo Giacomo Matteotti 1

Castel Gandolfo (RM)

Indice

Presentazione *di Marco Guarnaschelli Gotti* XVII

Prefazione *di Giorgio Celli* XIX

Introduzione 1

Le erbe 9

Premessa 9

Erbe, insalate, verdure spontanee e selvatiche del Parco 11

Acacia o Robinia – *Robinia pseudoacacia* (marugôn, rubén, spen, acacc, arcacc, gaggia) 11

Acetosa – *Rumex acetosa* (érba bròsca, azetòsa) 11

Agrimonia – *Agrimonia eupatoria* (agrimògna) 12

Altea – *Althaea officinalis* (fêva ‘d vala, altèja, malvavès-cc) 12

Anserina – *Potentilla anserina* 13

Asparagina – *Asparagus aphyllus* (spêrz sambêdg, aspêrz salvatic, spargulèsa) 13

Asparago di valle e dei boschi – *Asparagus acutifolius* (spêrz) 14

Barba di becco – *Tragopogon pratensis* (bêrba ‘d bèc, spréna mòra) 15

Bardana – *Arctium lappa* (bardàna, caplàz, cartôn, farfanac, fujôn, grapèla, scalfarâz, lapa) 15

Beccabunga – *Veronica beccabunga* (beccabonga, beccabunga) 16

Borragine – *Borrago officinalis* (burazna) 16

Borsa del pastore – *Capsella bursa-pastoris* (bôrsa di pastur, erba raparéna, msdâza, scarsléna) 17

Bugula – *Ajuga reptans* (erba biga, erba mora) 18

Camedrio – *Teucrium chamaedrys* (camedri, erba quarzöla, erba curzöla) 18

Cardamine – *Cardamine pratensis* 18

Cariofillata – *Geum urbanum* (cariufileda, erba bandèta) 19

Centocchio – *Stellaria media* (arbèta stèla) 19

- Cicoria selvatica, radicchio – *Cichorium intybus* (cicòria, invidia, radècc) 20
- Cipollaccio col fiocco – *Muscari comosum* 21
- Consolida maggiore – *Symphytum officinale* (cunsòlida) 21
- Crepide – *Crepis vesicaria* 22
- Crescione – *Nasturtium officinale* (carsòn, nasturzi, nastùrzi acùatic) 22
- Crespigni dei campi – *Sonchus* sp. (scarpégn, zizércia sambêdga) 23
- Erba di San Pietro – *Crhrysanthemum balsamita* (erba ‘d Sa’ Pir) 24
- Eringio – *Eryngium maritimum* (spuntacul, lipòta) 24
- Farinaccio selvatico – *Chenopodium album* (farinaz, erba brâcina sambêdga) 25
- Fiordaliso o fioralisio – *Centaurea cyanus* (fiòralis) 25
- Gallio o caglio – *Galium verum* (suaj, erba da impresa, impresa) 25
- Imbutini – *Campanula trachelium* 26
- Lattuga scarola o scariola – *Lactuca scariola* (scaròla) 26
- Licnide bianca – *Lychnis alba* o Orecchie di lepre – *Silene alba* (garòfan biânc sambêdgi) 27
- Linaria o erba delle streghe – *Linaria vulgaris* (erba dal strig, linêria, bôc ‘d lôv sambêdghi) 27
- Lischi, riscolo o salsola – *Salsola kali* et *Salsola soda* (lès-c, lèscar, bêrba ad frê) 28
- Malva selvatica – *Malva Silvestris* (mêlba, mêlva, mêiba, mêima) 28
- Meliloto – *Melilotus officinalis* (erba sulfanêna, erba vturêna, avturégna) 29
- Meloncello o pimpinella o salvastrella o sanolisorba – *Poterium officinale* (pimpinêla) 30
- Ortica – *Urtica dioica* (urtiga) 30
- Pimpinella – *Poterium sanguisorba* 31
- Parietaria – *Parietaria officinalis* (murajòla, vidariöl) 31
- Piantaggine – *Plantago lanceolata* et *major* (lèngva ‘d cân, lencâna) 32
- Pilosella o pelosella o orecchio di topo – *Hieracium pilosella* 32
- Portulaca – *Portulaca oleracea* (erba grasa, purzléna, purznàca, purznàcia) 32

- Primula – *Primula acaulis* (prèmvaira, prèmvira, viöla zala) 33
- Raperonzolo – *Campanula rapunculus* (rapônzal, rapônzul; bêrb o bêrba nella versione selvatica) 34
- Rapunzia – *Oenothera biennis* (pedga d'êsan) 35
- Romice – *Rumex crispus* (pan pinziè, rómisa, lapàzi) 35
- Rosolaccio o papavero selvatico – *Papaver rhoeas* (papêvar, rôsa mata, rôsla, rusaléna, barôsâl, ruslaza, fiurôn 'd grân, ecc.) 35
- Ruchetta Selvatica – *Diploxys tenuifolia* e *Diploxys muraria* (rócla sambêdga) 36
- Rucola palustre o erba barbara – *Barbarea vulgaris* (rócla) 37
- Salicaria – *Lythrum salicaria* 37
- Salice – *Salix alba* (sals) 37
- Salicornia – *Salicornia europaea* (guares) 38
- Scabiosa – *Scabiosa succisa* (cavréra, viduvèla) 39
- Stridoli o strigoli – *Silena inflata* (strìgval, strìdual, strìgul, strìvul) 39
- Tarassaco – *Taraxacum officinale* (castracân, pèsa-a-cân, pèsa-a-lèt, dént d'aglion) 40
- Topinambur – *Helianthus tuberosus* (girasulìn, patatòn, mirasulén, agliânt) 41
- Valerianella – *Valerianella olitoria* (casléna, mundsén, amnadèla, mazaprit, galingràs, barbètla) 42
- Vitalba – *Clematis vitalba* (vidèlba, vidèiba) 43
- Erbe aromatiche spontanee da condimento del Parco 43
- Agli selvatici – *Allium* sp. (àj sambêdghi) 43
- Alloro – *Laurus nobilis* (amlöri, mlöri) 44
- Aneto – *Anethum graveolens* (simprignì) 44
- Bacche di ginepro – *Juniperus communis* (zanévar, zarévan, zinéver, cócla) 45
- Camomilla – *Matricaria chamomilla* (cacamèla, camumèla, capumèla) 46
- Cerfoglio – *Anthriscus cerefolium* 47
- Cime di finocchio selvatico – *Foeniculum vulgare* (fnòcc) 47
- Erba cipollina – *Allium schoenoprasum* (erba zvléna) 48
- Melissa – *Melissa officinalis* (melésa, milèsa) 49
- Mente – *Mentha* sp. (specie plurime) (mènta) 49
- Mentucce – *Nepeta* sp. (specie plurime) (mintàstar) 50
- Nepitella – *Calamintha officinalis* (calaménta, érba bôna, savurèza) 50

- Origano – *Origanum vulgare* (erba aciùga, mazuràna sambêdga) 51
 Pepe d'acqua o pepe selvatico – *Polygonum hydropiper* (pèvar) 51
 Salvia campestre – *Salvia officinalis* (sâlvia, sèvia) 52
 Santoreggia – *Satureja hortensis* (dragòn, savrèz, savurèza) 53
 Timo serpillò, pepolino – *Thymus serpyllum* (tèm, sarpòl) 53

Frutti selvatici e dimenticati del Parco 55

Tolmino Baldassari 55

Premessa 56

I “frutti dimenticati” a Cervia 58

- Bacca di crespino – *Berberis vulgaris* 59
 Ciliegie selvatiche 59
 Corniola – *Cornus mas* (curgnöla, zicörnia) 60
 Cotogne – *Cydonia vulgaris* (bdógn, mel e per cudógn) 60
 Fichi – *Ficus carica* (fig o figh) 62
 Fragoline di bosco – *Fragraria vesca* (frêgula d'bòs-c, frêgula sambêdga, frêgul sambêdghi) 63
 Frutto del sambuco – *Sambucus nigra* (zambuc, sambug) 63
 Frutto di biancospino – *Crataegus oxyacantha* (sarsòl, sarsöla) 64
 Giuggiola – *Zizyphus sativa* (zèzla, zèzul, zèzal) 64
 Lazzeruola o azzeruola – *Crataegus azarolus* (pòm-rejêl, lazaröl, azaröl, pomarièl) 65
 Mandorla (frutto), Mandorlo (albero) – *Prunus dulcis* o *Amygdalus communis* (Amândla, amândal, amândul) 65
 Mela selvatica – *Malus communis* (mel sambêdga) 66
 Melagrana – *Punica granatum* (melagarnê, melingarné, mela ingarnè e mela ingarnêda) 67
 Mora di gelso – *Morus nigra* e *Morus alba* (móra, amóra) 67
 Mora di rovo – *Rubus fruticosus* (móra, arvid) 68
 Nespola comune – *Mespilus germanica* (nèspla, nèspula) 69
 Noci – *Juglans regia* (cocal, nôsa, nós) 70
 Nocciola – *Corylus avellana* (avulàna) 70
 Pera volpina e altre perine selvatiche – *Pyrus pyraster* (pera vuipéna) 70
 Prugne e susine – *Prunus domestica* (prógna, prógn, suséna, suséni, prógn sambêdga) 72
 Prugnola – *Prunus spinosa* (prugnöla, brugna) 72

- Rosa canina – *Rosa canina* (rösa sambèdga) 73
- Uve selvatiche 74
- Uva spina – *Ribes grossularia* ora *Ribes uva-crispa* (uva raspéna, uva spéna) 74
- Cacciagione da penna e selvaggina da pelo,
cacciabili e non protette del Parco 75
- Premessa 75
- Alzavola – *Anas crecca*, Anatidi, detta “pazèt”, “zëgar” o “zagarin”
“zagarina” 77
- Allodola – *Alauda arvensis*, Passeracei, detta “lödla” (un tempo
“starlàca”) 82
- Beccaccia – *Scolopax rusticola*, Scolopacidi, detta “galéna”,
“galinaza” o “bicaza” 84
- Beccaccino – *Gallinago gallinago*, Scolopacidi, detto “cavrèta”
“pizêrda” “pizacra” 87
- Canapiglia – *Anas strepera*, Anatidi, detta “arbèla” o “arbalòn” 89
- Cesena – *Turdus pilaris*, Turdidi, detta anche viscarda, in dialetto
“zizèsca” 91
- Codone – *Anas acuta*, Anatidi, detto “clunzèn” o “cudlänz da la
funzèla” 91
- Colombaccio – *Columba palumbus*, Colombidi, detto “clumbàz” o
“clomb” detto favazzo o “favaz” 92
- Coniglio selvatico – *Oryctolagus cuniculus*, Leporidi 95
- Gallinella d’acqua – *Gallinula chloropus*, Rallidi, detta
“pürzanôn” 96
- Germano reale selvatico – *Anas platyrhynchos*, Anatidi, detto
“zizòn zintil” (maschio) – “anàdra d’vall” (femmina) – “ucarèn”
(giovane) 97
- Fagiano – *Phasianus colchicus*, Fasianidi, detto “fasân” 100
- Altre ricette 102
- Fischione – *Anas penelope* (sic!), Anatidi, detto “sciörz” o “bibal” o
“bibul” o “test-ròs” o “test ross” nel ravennate 104
- Folaga – *Fulica astra*, Rallidi, detta “fólga” 104

- Frullino – *Lymnocyptes minimus*, Caradridi, detto
 “cavartén” 109
- Lepre – *Lepus capensis*, Leporidi, detta “levra”, “livrôn”, ”livrutin”,
 “livròt” 109
- Marzaiola – *Anas querquedula*, Anatidi, detta “canarol” o
 “ruchet” 113
- Merlo – *Turdus merula*, Tordi, detto “meral” 114
- Mestolone – *Anas chyeata*, Anatidi, detto “fáfan” o “badilaz” 114
- Moretta – Anatidi, detta “mörs” “mursett” o “murett” 115
- Moriglione – *Aythya ferina*, Anatidi, detto “magàss” “brinôn”
 “magas” o “coll-ross” 115
- Pavoncella o fifa – *Vanellus vanellus*, Caradridi, detta “fléna”
 116
- Pernice rossa – *Alectoris rufa*, Fasianidi, detta “parnisa” 117
- Porciglione – *Rallus aquaticus*, Rallidi, detta “purzlana” 118
- Quaglia – *Coturnix coturnix*, Fasianidi, detta “quaja” o
 “cvàja” 119
- Starna – *Perdix perdix*, Fasianidi, detta “stärna” o “pernice
 grigia” 121
- Storno o stornello – *Sturnus vulgaris*, Passeriformi, detto
 “stóran” 122
- Tordo – Turdidi, detto “tôrd” 123
- Tortora – *Streptopelia turtur* (nel tipo selvatico), Colombidi, detta
 “tortura” “tôtra” o “turturèna” 125
- I funghi del Parco 127
- Premessa 127
- I funghi primaverili del Parco 128
- Premessa 128
- Morchelle o spugnole (sprunzöla, spunzöla) 128
- Gli agarici 131
- I coprini 134
- Pholiota aegerita* sinonimo *Agrocyba aegerita*, detto piopparello o
 pioppino (bdúlen, budlèin) 135
- Entoloma chyeatum* 136

Helvelle – *Helvella leucopus* (Elvella monachella), *Helvella lacunosa*,
Helvella sulcata (cappello da prete, bréta) 136

I funghi autunnali del Parco 138

Premessa 138

I boleti 138

Le collybie 139

I cantarelli 140

Le lepiote, mazza da tamburo, ombrellone, parasole ecc. 140

I clitocybe non tossici, imbutino 142

I tricholoma o fungo delle nebbie 143

Marasmius oreades detto “gambe secche” 143

Armillariella mellea o chiodino o famigliola buona 144

Pleurotus ostreatus detto sfiandrina, gelone, orecchione
 (urciaza) 146

Altri funghi del Parco 147

Fistulina hepatica o lingua di bue 148

Le vescie 148

Pesci, anguille, rane e lumache del Parco 151

Le acque dolci, salmastre, lagunari e vallive 151

Pesci 153

Acquadella – *Atherina boyeri* o latterino 153

Alborella comune – *Alburnus alburnus*, Ciprinidi 154

Branzino o spigola – *Dicentrarchus labrax*, Serranidi 155

Carpa (chêrpa, gòba) – *Cyprinus carpio*, Ciprinidi 156

Cavedano (cavdân, acvdégn) – *Leuciscus cephalus cabeda*,
 Ciprinidi 157

Cefalo (zival, zìvul) – *Mugil* spp., Mugilidi 158

Gamberetto salmastro o gamberetto di laguna o schila, (schél) –
Palaemon adspersus 160

Ghiozzo detto paganello (guvat, gùat, paganèl, paganèl) – *Gobius
 paganellus*, Gobidi 160

Luccio (Lóz) – *Esox lucius*, Esocidi 162

Orata (urêda, urêta) – *Sparus aurata*, Sparidi 164

Passera (pasra) – *Platichthys flesus flesus*, Pleuronettidi 164

Pescegatto (pès gat) – *Ictalurus melas*, Ictaluridi 165

Scardola (sghêrdla, sghêrdula) – *Scardinius erythrophthalmus*,
 Ciprinidi 167

- Storione (sturiòn) – *Acipenser sturio* 167
- Tinca (tênca) – *Tinca tinca*, Ciprinidi 169
- Vongola “verace” di Valle (vóngula) – *Venerupis decussata*,
Veneridi 170
- Ricette con i pesci, molluschi e crostacei di valle 171
- Le altre ricette 176
- L'anguilla 178
- Premessa 178
- L'anguilla a tavola e in cucina 187
- Le ricette 189
- Igles Corelli (Ristorante “Atman” di Pescia, PT) 190
- Maria Grazia Soncini (“La Capanna di Eraclio” di Ponte Vicini
di Codigoro, FE) 199
- Adalberto Migliari, Chef della trattoria e locanda “La
Chiocciola” di Quartiere di Portomaggiore (FE) 204
- Il capitone 206
- La marinatura tradizionale delle anguille di Comacchio tra
storia, estinzione e piccolo rilancio attraverso il Presidio Slow
Food 207
- Le testimonianze di Don Francesco Fuschini, di Elio Bison, di
Attilio Rinaldi 211
- Testimonianza sui “focinini” di Don Francesco Fuschini 211
- Testimonianza di Elio Bison 212
- Le ricette di Elio Bison 218
- Testimonianza del Prof. Attilio Rinaldi, Presidente Centro
Ricerche Marine Cesenatico 220
- Le Rane 223
- Premessa 223
- Ido e Adalberto Migliari, trattoria locanda “La Chiocciola”,
Quartiere di Portomaggiore (FE) 225
- Igles Corelli 227
- La testimonianza di Carlin Petrini 232
- Lumache del Parco o chioccioline (*lumêga, zamlunghéna*), *Helix
pomatia* e altre specie della famiglia Stilommatofori 233
- Premessa 234
- Le lumache nella interpretazione professionale di Ido e Adalberto
Migliari della trattoria e locanda “La Chiocciola” di Quartiere di
Portomaggiore (FE) 237

- La grande cucina di Valle dello chef Igles Corelli 243
- Premessa 243
 - Antipasti 245
 - Primi 250
 - Piatti di mezzo 261
 - Secondi 265
- La ricca realtà cervese del Parco e la grande cucina di Cervia 279
- Le risorse dell'orto e del campo dell'agriturismo "CÁ MÌ" di Milena e Vincenzo Cammerucci (Via Argine sinistro, 84, Savio di Ravenna) 279
 - Le risorse e le ricette del Parco, area cervese, secondo lo chef – Prof. Stefano Faccini 286
 - Sale "dolce" di Cervia 287
 - Tartufi del Parco 287
 - I prodotti delle saline 288
 - Erbe di salina 289
 - Ortaggi del Parco 290
 - La salicornia 290
 - L'asparagina 291
 - I pinoli 292
 - La cucina del circolo dei pescatori "La pantoffla" di Cervia 295
 - Il Circolo Pescatori 295
 - Il ristorante "Romagna Antica" nella storica Villa Igea 298
 - Il sale artigianale "dolce" della salina Camillone di Cervia 301
 - La salina industriale di Cervia 304
 - Gli utilizzi gastronomici – Cervia: laboratorio e piccola grande università del sale "dolce" 305
 - Pesci – crostacei – molluschi 305
 - I salinari di Cervia 306
 - La pineta ravennate-cervese e i suoi tesori: pinoli, tartufi, mieli e melate di pineta 310
 - Le pinete del Parco 310
 - Pinoli – *Pinus pinea*, pignöl 310
 - Propongo altresì un paio di ricette di Troncossi 314

- I tanti usi dei pinoli 315
- I tartufi di pineta 315
 - Il bianchetto – *Tuber borchii* 315
 - Utilizzi in cucina e precauzioni nell'uso 315
 - Tartufo nero – *Tuber macrosporum* 317
- I mieli e la melata di pineta 318
- Le cozze di Cervia 318
- La casa delle Aie di Cervia 320

- Le altre tessere del mosaico Parco 323
 - La cucina della Valle di Sant'Alberto 323
 - I mangiari di una famiglia di valle nei primi decenni del
novecento 323
 - I pesci di valle 323
 - Acquadelle 324
 - Carpa 324
 - Cavedano 324
 - Cefalo 324
 - I gò (paganelli o ghiozzi) 325
 - Luccio 326
 - Passera 326
 - Pescegatto 326
 - Storione 327
 - Tinca 327
 - Anguilla 327
 - I "schell", gamberetti salmastri di laguna 329
 - Cappe di valle 329
 - Lumache 329
 - Rane 329
 - La cacciagione di valle 330
 - Allodola 331
 - Beccaccia 331
 - Beccaccino 332
 - Codone 332
 - Colombaccio 332
 - Gallinella d'acqua 332
 - Germano reale 332
 - Folaga 333

- Lepre 334
- Stufatino di passerì 335
- Gli altri uccelli di valle 336
- Gli storni 336
- Le erbe e le verdure 336
 - L'asparagina selvatica e l'asparago spontaneo di bosco 337
 - Cicoria selvatica e radicchi di campo 338
 - Crescione 340
 - Lischi 341
 - Pungitopo 341
 - Rosolaccio o papavero selvatico 341
 - Ruola selvatica 342
 - Stridoli o strigoli 342
- I frutti spontanei e selvatici 343
 - Ciliegie e ciliegine 343
 - Mele e meline 343
 - Pere e perine 343
 - Prugne 343
 - Prugnoli 344
 - Sorbe 344
 - Giuggiole 344
 - Nespole 344
 - Mora di gelso 344
 - Mora di rovo 344
 - Cotogne 345
- Varie cose 345
 - Funghi 345
 - Tartufi 345
 - Vini 346
- La salina (senza sale) di Comacchio 346
- Il riso del Delta del Po Igp 347
- Ortaggi e verdure del Parco 348
- La zucca gialla 349
- Le valli argentane, l'Oasi di Campotto e Valle Santa del Parco 349
- I Casoni di valle 351
- I vini delle sabbie e del Bosco Eliceo Doc 353

Il Disciplinare	353
Il parere autorevole di Michele Marziani	353
Azienda vitivinicola Mattarelli di Vigarano Mainarda (FE)	354
I vini dei Mattarelli	354
Gli abbinamenti gastronomici dei vini delle sabbie	356
La cozza di Marina di Ravenna – testimonianza di Mauro Zanarini (Consigliere nazionale Slow Food Italia)	357
La bella storia dell'antico forno a legna di Cesare Merendi di Mandriole (RA)	361
Pierangelo Orselli gastronomo volontario e militante	363
La mia idea del Parco, luogo dell'anima, ma anche peculiare bacino gastronomico	365
Postfazione dello scrittore Gian Ruggero Manzoni	367
Tra Bassa Romagna e Delta	367
Ringraziamenti	371
Bibliografia	373
Bibliografia gastronomica	373
Bibliografia funghi del Parco	374
Bibliografia erbe e frutti selvatici	374
Bibliografia cacciagione e selvaggina	375
Bibliografia pesci del Parco	375
Bibliografia habitat, ambiente del Parco e varia cultura	376
Bibliografia personale dell'Autore	377
Indice analitico delle ricette	379
Indice alfabetico delle ricette	385

Presentazione

I delta dei grandi fiumi sono “luoghi alti” per l’immaginazione dell’uomo, come se le ramificazioni di acque ora dolci ora salate, gli intrecci di correnti con specchi stagnanti, agissero da moltiplicatore della fantasia: i delta poi sono anche l’humus di particolari culture, oltre che luoghi naturali dove la vita vegetale e animale è ricchissima, dove esistono forme specifiche introvabili altrove, e ogni delta ha le sue. È così per il delta del Nilo, naturalmente, per quello del Mississippi, per quello del Guadalquivir (Las Marismas), per quello del Rodano (la Camargue), e da noi per quello del Po. La grande ricchezza della flora e della fauna, l’abbondanza dei prodotti della caccia e della pesca, costituiscono spesso nei delta la base di cucine spesso raffinate, ma sempre piene di carattere: non è un caso, tanto per fare un esempio, che nel delta del Mississippi si sia sviluppata una delle migliori cucine del mondo, quella detta “creola”, tipica di New Orleans.

Questo bel libro di Graziano Pozzetto coglie, per il delta del Po e per le aree circostanti, il nesso fondamentale tra l’universo zoobotanico del delta e la cucina: c’è quindi una approfondita enciclopedia di ciò che il delta offre di commestibile, e si va da prodotti semplicemente accettabili come le folaghe e i pesci gatto a vere e proprie delizie del palato come le anguille, le alzavole e gli asparagi selvatici propri e non propri. È un manuale insostituibile per orientarsi, comprendere bene le potenzialità gastronomiche, nei prodotti delle valli, anche quelli meno conosciuti come i gamberetti grigi e la salicornia (erba): ma bisogna dire che Pozzetto, quando si viene alla cucina, abbandona ogni distacco e vibra in un entusiasmo che riesce a comunicarci perfettamente. Casseruole e padelle suonano un sollucherante “galop”, tinche e germani reali si intrecciano con le anguille per la nostra gioia, che è resa più serena dalla coscienza che queste cose prelibate ci verranno offerte “sine die” grazie alla protezione ambientale del Parco. Per il Parco Pozzetto esprime sentimenti di amore quasi religioso: anche noi.

Marco Guarnaschelli Gotti

Prefazione

In un'epoca in cui trionfa sempre più tra i giovani il fast-food, in altre parole un cibo standardizzato, da consumare seduti a tavolini di plastica insieme angusti e pericolanti, un libro come questo di Pozzetto, può forse costituire un salutare controveleno, e uso questa espressione nel suo significato più pertinente e insieme più impertinente. Perché la mensa è per me un luogo e un momento rituale, e se non è vero, anche i proverbi qualche volta si ingannano, che a tavola non si invecchia mai, sicuramente è vero che a tavola, malgrado il colesterolo e la iperglicemia, si fanno delle amicizie.

Dividere le gioie del piatto, bere del vino generoso, con i “piedi sotto la tavola”, come suol dirsi, alternare all'allegria sequenza delle portate e discorsi, ridere di qualche lazzo o per qualche battuta di spirito di buona lega, costituiscono degli ottimi presupposti per fraternizzare, e possiamo a giusta ragione supporre che Socrate o Cristo, filosofando l'uno o istituendo l'altro una miracolosa sacralizzazione delle vivande, siano d'accordo con noi.

La gastronomia si pone al crocevia tra il mito e la storia, tra l'arte e la scienza, partecipa dei nostri sogni e delle nostre vicende nel tempo e la necessità fisiologica del sedare la fame si è sempre emancipata in un atto di civiltà, nella celebrazione dei cerimoniali del proprio clan, sia di quelli familiari che di quelli sociali.

Oggi che stiamo, a poco a poco, riscoprendo le nostre radici biologiche e culturali, che ci siamo riconvertiti, depositari di una nuova sensibilità, a frequentare i boschi o le piazze dei centri storici, questo ricettario di Pozzetto, si configura come la mappa di una ricerca volta al recupero dei “mangiari perduti”, di una mensa spesso povera, ma attraversata dall'eco di remote consuetudini alimentari.

Il territorio del Parco del Delta, rivisitato in una ottica, che non esito a definire ludica, quella di trasferire la biodiversità dall'ambiente alla tavola, si colora di una nuova possibilità di fruizione felice. Si badi bene, però: in questo libro la raccolta non viene suggerita come un assalto indiscriminato, ma obbedisce ai rigidi ammonimenti di proteggere e di

conservare. Si mangi soltanto quel che è lecito mangiare, e si lasci che il resto continui ad abbellire il volto meraviglioso del mondo.

L'uomo della preistoria era un cacciatore, l'uomo del futuro diventerà un mangiatore d'erbe? Con questa domanda, che suona un po' come un auspicio, e sono il primo io a dover essere convertito del tutto alla mensa botanica, vi consiglio di prendere visione di queste ricette, e di leccarvi i baffi. Una via per la gastronomia ecologica? Perché no?

Giorgio Celli

*Con intensa gratitudine a mio padre Pietro,
contadino e bovaro tutta la vita, uomo mite,
laborioso, di poche parole.
Mandandomi a scuola, in tempi peraltro difficili,
con i tanti libri, quotidiani e riviste,
di parole me ne ha fatte incontrare tante.
E senza prediche e coercizione alcuna mi ha insegna-
to da che parte stare nella vita.*

*Agli uomini di valle
di ieri e di oggi,
che incontro da decenni nelle valli e negli ultimi
anni per le strade del Parco.
Vorrei ricordarli per la passione,
“la cultura delle stagioni”,
per l'amore della flora e della fauna, anche minore,
per il disinteresse personale e la generosità,
infine per l'esempio di vita laicamente “francescano”,
così civile e nel contempo privo di intellettualismi.*

Introduzione

Questo volume (il 26°!) che rappresenta l'ultimo lavoro di ricerca, indagine culturale, nonché codificazione gastronomica ed antropologica, realizzato in assoluta autonomia e con la consueta povertà personale di mezzi e risorse, vuole essere un'aggiornata enciclopedia gastronomica del Parco del Delta del Po, dall'area cervese a sud, a quella intermedia del ravennate, sino all'area comacchiese e ferrarese a nord, senza dimenticare le Oasi vallive argentane.

Al solito ne rivendico il rigore culturale, sia in riferimento alle fonti che alle testimonianze di cibo, che ai contributi professionali e scientifici.

Tante le tessere che compongono il ricco ed importante mosaico, espressione di un grande ed affascinante bacino gastronomico e di biodiversità.

Appartengono alla medesima cultura identitaria i qualificati contributi, di cui mi sono avvalso, di studiosi, maestri, testimoni, gastronomi, chef autorevoli, che mi hanno aiutato ad individuare e codificare le risorse e conseguentemente ad interpretarne una cucina caratteristica, raffinata, peculiare, ovviamente professionale, coniugando tradizionalità ed innovazione garbata. Alla prova dei fatti, ai giorni nostri, sono davvero pochissimi, sul versante dell'ospitalità, in grado di farlo, possedendo un adeguato bagaglio culturale specifico, ed una consapevolezza discriminante, sui tesori in esso custoditi, sovente sviliti o svillaneggiati da un marketing superficiale, di facciata, strumentale, in quanto privo di sufficiente sensibilità culturale.

Si tratta di un patrimonio estremamente caratterizzato che può ancora raccontare la civiltà di uomini e dei loro habitat, espressione di una unicità culturale ed antropologica, di autentica biodiversità, che appartengono ai Delta dei grandi fiumi del mondo.

L'amico e maestro Marco Guarnaschelli Gotti, del quale ripropongo (rispetto alla precedente edizione dell'anno 1997, *La Gastronomia del Parco del Po*), la presentazione, definiva i Delta come segue:

luoghi alti, per l'immaginazione dell'uomo, come se le ramificazioni di acque, ora dolci, ora salate, gli intrecci di correnti con specchi stagnanti, agissero da

moltiplicatore della fantasia: i Delta poi sono anche l'humus di particolari culture, oltre che luoghi naturali dove la vita vegetale e animale è ricchissima, dove esistono (va riconosciuto onestamente assai meno che in passato per il diffuso degrado degli ultimi decenni) forme specifiche introvabili altrove e ogni Delta ha le sue...

Nel nostro caso il Delta di riferimento è quello del Parco del Po, con le sue aree ravennati, ferraresi e venete.

Mi avvalgo altresì delle parole di un altro amico e maestro, anch'egli scomparso, Giorgio Celli, etologo bolognese del quale ripropongo la precedente prefazione. Ebbene Celli rilevava che il territorio del Delta, rivisitato in un'ottica che non esitava a definire ludica, consente di trasferire la biodiversità dall'ambiente alla tavola, auspicabilmente attraverso un assalto non indiscriminato, ma obbediente a rigidi ammonimenti di proteggere e conservare. Si mangi – rivendicava lo studioso degli habitat naturali, della loro fauna e flora tipica – soltanto quel che è lecito mangiare e si lasci che il resto continui ad abbellire il volto meraviglioso del Delta!

In passato, per tanto tempo, le Valli, le Paludi, le aree umide e incolte ed il resto, sono stati ingiustamente (anche se forse in parte lo erano) considerati luoghi malsani e desolati, invece, a mio opinabile e convinto parere, la gente di valle e le classi subalterne che vi hanno vissuto, lottando con intelligenza e cultura della sopravvivenza contro le ossessioni della fame (altresì contro le caste estranee, nemiche e dominanti), affrontandole con le risorse naturali e gratuite, comunque guadagnate con impegno, del territorio, hanno dimostrato che si tratta di un patrimonio vitale, gastronomico, eroico, ambientale. Hanno vissuto, amato ed odiato nel contempo luoghi di vita da essi antropizzati, che a distanza di decenni e passaggi generazionali, meritano ancora di essere salvaguardati e valorizzati, in quanto identitari, ricchi di valori e significati, di radici culturali ed antropologiche. Questi possono rappresentare ancora delle opportunità sia turistiche ed ambientali, che gastronomiche.

Ancora oggi – nonostante tutto il recente passato con pesanti responsabilità di chi ha governato i territori – vi sono aree ove si stabiliscono speciali rapporti fra terre ed acque, flora e fauna, habitat selvatici, di un bacino che può e deve essere fruibile agli uomini, a partire dai residenti, a coloro che lo attraversano, vi effettuano soste mirate e motivate, vivono le emozioni, le suggestioni da pelle d'oca dell'anima, del cuore e a certe coerenti condizioni, anche del palato.

In parte dunque il Parco contiene ancora luoghi affascinanti, talvolta sconosciuti e misteriosi, unici eppure fragilissimi, da vivere con assoluto rispetto, conoscenza, sensibilità, da amare e proteggere, come purtroppo non è accaduto in passato, per certe aree devastate, ad esempio certi canali che portano al mare, che impediscono la filiera di vita dell'anguilla, che all'andata non entra più, allo stato di cieca, nelle aree vallive del Parco, ed ovviamente all'inesistente ritorno al mare, nella maturità e pienezza gastronomica.

Un patrimonio residuale che può avere un senso compiuto solo se riuscirà ad ispirare e caratterizzare di sé, una gastronomia identitaria, di straordinaria personalità, fruibile a tanti ospiti, quella evocata da Guarnaschelli Gotti in riferimento ai grandi Delta del mondo.

Una felice opportunità in questo caso ed una fruizione che solo pochi chef sono in grado di garantire: i Migliari, Grazia Soncini, i Bison, come ha fatto sino ad alcuni anni fa Igles Corelli, costretto ad emigrare verso altri lidi, in quanto stupidamente non considerato quale una grande risorsa culturale e promozionale del Parco, nell'ambito di un ruolo ecumenico e rappresentativo, meritevole di sostegno pubblico-privato.

E sul versante cervese Vincenzo Cammerucci, Stefano Faccini, Paola Pirini.

Al di là di questi in effetti restano pochissimi altri a conferire nobiltà all'offerta ed al profilo gastronomico del Parco.

Pesano negativamente anche potenzialità inespresse, sepolte o del tutto estinte, inadeguate per indifferenza, sciatteria, incultura, insulsaggine di troppi, che pur vivono e prosperano nel Parco. Mi riferisco ad una certa nomenclatura e personaggi improbabili che mal lo rappresentano e ad un marketing patetico, di basso profilo, talvolta mistificatorio (come certe promesse di anguilla di valle comacchiese ormai inesistente da tempo).

Lo dico senza arroganza, ma con grande dispiacere dell'anima.

Reputo inoltre inadeguata e culturalmente estranea all'anima del Parco, tanta proposta ristorativa, corrente di carattere stagionale e turistica, al di là di una pur presente efficienza imprenditoriale ma priva della cultura del Parco, per intenderci quella della migliore tradizione, che nella loro attività è clamorosamente disancorata ed assente.

Tutto legittimo per carità ma chiamiamo le cose con il loro nome!

Non mancano come sopra elencate le poche eccezioni che onorano il Parco e la cui sapienza ho voluto condividere con i lettori. Ma non possono bastare per salvare la faccia del Parco, se si continua ad offrire agli

ospiti e visitatori, agli innamorati della tavola di valle cresciuti alla scuola di Igles Corelli ad esempio, ai gastronomi, alla gente comune e ad un certo turismo colto, che arriva sin qui, una proposta di cucina mediocre, raffazzonata, priva delle caratterizzazioni che, oltre ad una minima base culturale-professionale, solo qualificanti e peculiari materie prime possono garantire. Spesso, pur legittimamente, lo ripeto ancora una volta in quanto da parte mia non vi è nulla di personale, occupandomi solamente di cultura e non di marketing, le materie prime sono quelle della Grande Distribuzione, delle produzioni industriali, d'importazione o d'allevamento, che alla prova dei fatti non sono altro che scimmiettature, o clamorosamente inadeguate, per una proposta di profilo.

Come si può garantire a coloro che arrivano anche per un solo giorno, una cucina del Parco se si ricorre a materie prime che portano beffardamente lo stesso nome evocativo delle cose autentiche? Quelle, per capirci, legate ad una biodiversità ed unicità gastronomica, la sola in grado di rendere indimenticabile qualsiasi rapporto con il Parco.

Che tristezza!

Mi chiedo a cosa siano serviti, nei decenni appena trascorsi, Enti e Strutture, ma anche la cosiddetta società civile e tutto il mondo imprenditoriale dell'ospitalità, che nelle loro *mission*, secondo ovviamente diversi ruoli e responsabilità, se non sono riusciti a governare, tutelare, incrementare un'immagine alta del Parco?

C'è da rimpiangere, e lo posso fare senza cadere nella stupidità di certi rimpianti, dall'alto dei miei 72 anni, certe osterie, trattorie, "baracche", tavolate di un tempo (è vero sono trascorsi svariati decenni) alle quali sono legate memorie di sapori e saperi indimenticabili, anche se col senno di poi, con la più diffusa cultura del vino (ad esempio personalmente sono sommelier non professionista da 35 anni) vanno considerati la mediocrità dei pessimi vini di cantinone dominanti all'epoca.

Ben venga quindi il Rinascimento enologico, che peraltro si sta consolidando ed allargando, dei vini delle sabbie, che fanno "matrimonio d'amore" con la cucina autentica del Parco, ma anche tanta cucina dei giorni nostri, grazie a produttori del calibro dei Mattarelli di Vigarano Mainarda.

Non vedo in giro, da attento ed appassionato osservatore, uomini e risorse che si spendano, con adeguata cultura e professionalità, al di là di una mediocre e grigia gestione del quotidiano. Non è solo una questione di soldi, anzi.

Da parte della nomenclatura incaricata, l'impegno si esaurisce spesso su aspetti minori, non solo quelli delle autocelebrazioni sbrodolanti e prive di autorevolezza culturale, di forme di un marketing territoriale attorno a cose scomparse, come ad esempio le anguille di valle di Comacchio; ma spendendosi tutt'al più su temi di ordinaria amministrazione (pur importanti ai fini della fruizione dell'habitat del Parco), come i sentieri, gli itinerari, le biciclette, l'osservazione dell'avifauna e quant'altro; ma soprattutto dei prediletti ed in gran parte discutibili, imperanti, modelli agrituristici, sui quali si è concentrato un patetico eccesso di stima e di delega da parte di una nomenclatura sprovveduta, che non ha colto, né è intervenuta a far crescere anche la cultura di questo settore. Un settore che meriterebbe una seria analisi critica e che non ha ereditato né culturalmente né sul piano professionale la migliore tradizione gastronomica del territorio.

Quel che manca clamorosamente e direi penosamente è il rapporto con la biodiversità gastronomica del Parco, i suoi prodotti, per garantire una cucina su misura, derivata e peculiare, al fine di valorizzare identità e immagine del Parco medesimo.

Con il presente lavoro ho voluto fornire rigorosi elementi di conoscenza, la cultura delle valli (in armonia con la sua strepitosa bellezza), quella delle radici, insostituibile, ricca di "saperi e sapori" (grazie Igles Corelli), di suggestioni, di coinvolgimento. Quello che ad esempio il turista e il viaggiatore dei nostri giorni, sovente colto, motivato e curioso, incontra in Toscana, in Umbria, nelle mitiche Langhe, e che rendono memorabile un'esperienza, anche di alcuni giorni, addirittura di poche ore.

Ho proceduto, al solito, alla mia maniera, dopo tanti anni spesi nella ricerca e nella codificazione culturale anche di questo benedetto bacino gastronomico, vissuti in un rapporto intenso e di amore (talvolta di amore-odio) senza integralismi, con le Valli e la sua Gente, in quanto sono nato da quelle parti e cresciuto nei dintorni.

Luoghi che ho vissuto ed attraversato, bevendone il fascino e cogliendone i sapori, via via in barca, a piedi da camminatore, in bicicletta, in vespa, in Cinquecento (sì, la FIAT, modello "turismo lento") e una serie di utilitarie da rottamazione, che tuttavia non mi hanno mai lasciato a piedi, costruendo una straordinaria e privilegiata esperienza giorno dopo giorno, stagione dopo stagione, toccando sistematicamente con mano i luoghi dell'ospitalità e relativo indotto.



Questo, e gli altri disegni che compaiono nel corso del testo, sono opera di Mario Alberani. Ravennate, scomparso nell'anno 2008, Alberani è stato grande fotografo, grafico, illustratore, disegnatore, ricercatore degli ambienti di mare e di valle, curando graficamente le barche dell'Adriatico.

Ne ho costruito dei dossier, stratificando in un'ampia casa, uno sterminato archivio personale (fonti, atti, documentazioni, pubblicazioni, studi, racconti di cibo, testimonianze e contributi), che ho tra l'altro utilizzato e riversato sul presente volume.

Per scelta di campo di una vita, seguita da una lunga attività, legata a 25 volumi, dodicimila pagine editate, 2.300 incontri divulgativi e della condivisione, ho amato raccontare le cose autentiche, ricche di anima,

di significati, di storie della gente e del territorio, con particolare predilezione per le classi subalterne, della cui cultura pochissimi codificatori si sono occupati o si sono posti all'ascolto.

Fatalmente quindi mi sono confrontato con le tante, troppe, ingovernate, impunemente devastanti modernizzazioni, lottando, per quel poco che conta, contro le mistificazioni culturali, le omologazioni alimentari più becere e devastanti, che hanno procurato degrado ed estinzione di una grande cultura. Questa appartiene a tutti, non solamente a coloro che pur, legittimamente, ne fanno un *business* o un proficuo mestiere nel settore dell'ospitalità turistica.

Sul piano personale, più in generale, mi hanno accompagnato ed ispirato varie cose: per prima la filosofia dello Slow Food (del quale sono stato uno dei fondatori storici nazionali, all'epoca di Arcigola); ma anche il fatto di provenire da una patriarcale famiglia contadina di matrice cattolica; l'aver amato da studente, negli anni della giovinezza, con animo aperto e nei successivi incroci della vita, certi cattolici del dissenso (senza dimenticare l'eredità ideale dell'argentano Don Minzoni), ribelli per amore; ma anche l'etica mazziniana di alcuni vecchi repubblicani unitamente agli insegnamenti di vita di alcuni vecchi socialisti anarchici ed umanitari. Cose d'altri tempi mi si dirà, ma certi principi non invecchiano.

Da loro ho imparato a chiamare le cose con il loro nome, secondo ovviamente l'opinabilissima, ma convinta, argomentata, rigorosa, responsabilità personale.

Ripeto, tutte le cose sono legittime (anche quelle peggiori), possono rivestire una connotazione commerciale e mercantile, economicamente importante, ma continuiamo, vivaddio, a chiamare le cose con il loro nome, senza confusioni, sovrapposizioni, mistificazioni culturali. In particolare sul Parco occorrerebbe evitare di confondere la migliore tradizione (migliore in quanto garbatamente innovativa), con tanta soverchiante mercanzia, variamente etichettata, ma che comunque non possiede né la storia né le caratteristiche peculiari, quelle che hanno impiegato tanti decenni ed attraversato generazioni, in una lenta e felice evoluzione, per consolidare e caratterizzare la loro identità, così spesso ineffabilmente vilipesa e mistificata.

Questo dovremmo salvaguardare nel futuro del Parco!

Un problema che è soprattutto più culturale che politico, economico, amministrativo, di marketing.

Ai giorni nostri non vedo in giro (ha ragione da vendere Elio Bison, ultimo saggio testimone sull'anguilla delle Valli comacchiesi), soprattutto in chi ha incarichi e responsabilità, una sufficiente consapevolezza culturale ed operativa, partecipando al circo equestre dello svilimento di un grande patrimonio, che appartiene a tutti (va ricordato) e che dovrà essere lasciato in eredità a chi verrà dopo di noi.

Un esempio emblematico di questo degrado e della responsabilità in materia della nomenclatura che ha governato, è offerto dalla scomparsa delle anguille tipiche di Comacchio, assenti ormai da almeno una quindicina d'anni, in quanto non possono più vivere la loro tradizionale e caratterizzante filiera di vita nelle Valli di Comacchio.

Va tristemente rilevato che, in occasione della annuale Sagra dell'anguilla di Comacchio, le anguille identitarie sono state sostituite da merce anonima, allevate frettolosamente altrove, o importate da fuori. Non possono salvare la faccia alcune decine di quintali di anguille, i cui avanzotti provenienti da fuori, vengono probabilmente fatti crescere nel Parco e nella loro totalità destinati ad una marinatura di pochissimi giorni. Così accade che la vera anguilla di Comacchio manca sulle tavole dei turisti, che ogni anno affollano il Parco, e i suoi paesi, Comacchio *in primis*.

Alla faccia di una straordinaria tradizione antropologica che per secoli aveva caratterizzato Comacchio e le sue Valli.

Non manca una compagnia cantante, peraltro solitamente ben retribuita (o che ha costruito proprie carriere personali), osannante del nulla, della banalità delle mistificanti insulsaggini, che continua a raccontare con faccia di tolla storielle sull'anguilla tipica e sul capitone di Comacchio, ormai scomparsi.

Dovrà dunque farsi una riflessione seria, comunque divenire leali e sinceri con tutti, prima con sé stessi.

Se i francesi della Camargue sono riusciti ad ottenere anguille gastro-nomicamente valide, come suggerisce Elio Bison, perché tale esperienza non può essere vissuta qui?

Concludo ringraziando dell'attenzione, dando appuntamento in uno dei tanti incontri annuali, sui temi di questo libro.

Le erbe

Premessa

Si tratta di un patrimonio naturale, che merita ancora di essere conosciuto, tutelato e direi amato, per il potere nutritivo, le sostanze e i principi attivi che aiutano ai nostri giorni l'organismo a conservarsi in salute, attraverso una gastronomia semplice, attenta, piacevole, fruibile, godibile, rassicurante.

Va considerato che svariate specie sono in via di estinzione, per cui come consigliava Giorgio Celli, le raccolte devono essere condotte con sobrietà ed in termini mirati, nell'ambito di una ricerca del "buono" senza deturpare ed estirpare indiscriminatamente.

Occorre non solo la conoscenza di questo patrimonio, ma anche l'educazione del palato per apprezzare appieno ogni filo d'erba, ogni aroma, che rappresentano una diversità gastronomica nobilissima rispetto all'appiattimento del gusto, dovuto a forniture mercantili di merce anonima, protagonista di consumi privi di cultura e radici, sbrigativi ed omologati. Risultano dominanti filiere che penalizzano clamorosamente sapori e profumi, altresì le componenti salutari, per loro natura delicatissime, da cogliere auspicabilmente nella loro pienezza.

Va altresì considerato il dovere di utilizzare ogni erba appena raccolta, al più presto, in quanto la sua vita continua anche dopo la raccolta, aggiungendo alle sue proprietà salutari e naturali altre caratteristiche non propriamente gradevoli, come la durezza, qualche cattivo odore, gas vari.

In passato le classe subalterne che hanno caratterizzato le aree dell'attuale Parco, quel patrimonio gratuitamente disponibile in natura, ha rappresentato una vitale risorsa di sopravvivenza, legata alla cultura ed una sapienzialità delle erbe, che appartenevano a mamme e nonne.

Si trattava di un bagaglio di conoscenze di erbe, buone ed edibili, verdure, insalate, cicorie, radicchi, foglie, pianticelle, foglioline, cimette, germogli, turioni, sommità, rosette, cespi e cespetti, rigetti, radici, fusti giovani, bacche, infiorescenze, odorosità, fiori, misticanze ed altro, che le *azdore* del territorio recuperavano, nelle stagioni più propizie, lungo

i fossi, i canali, nelle aree umide ed incolte, attorno alle carraie, nei boschetti, in pineta, attorno alle saline, nelle valli in genere, nei sottoboschi, lungo i corsi d'acqua, i litorali, zone assolate, un po' dappertutto, anche in un proprio orticello, soprattutto nelle stagioni più vocate.

Le raccolte dovevano risultare tempestive e proficue per la tavola e la cucina. Gli utilizzi avrebbero dovuto risultare gastronomicamente accettabili, apprezzabili, validi: misticanze a crudo, padellature, bolliture, ripieni, frittate, polpette, zuppe, minestre, sughi, farciture, salse, frittelle, insalate, aromatizzazioni, condimenti, focacce e spianate, torte, cassoni, bruciatini con l'aceto, sottaceti, giardiniere, conserve, umidi, contorni, minestrone, marinate, liquori, bevande, tisane, ingredienti di cucina per carni, pesci, funghi, legumi, cereali, lumache, rane, pesci salati, pesci d'acqua dolce e di mare, ortaggi, verdure, molluschi, crostacei, cacciagione, formaggi, intingoli, brodi, arrostiti, grigliate, battuti, soffritti, salti in padella, stufati, gratinature, cotolette, fritti e frittiture, insaccati e salumeria, con le uova, ed altre preparazioni.

Meritevoli di essere sottolineate le misticanze a crudo con poche o tante erbe spontanee, varie, miste, freschissime, soprattutto primaverili, allo stadio giovanile, tenerissime, di valle, di pineta, di campagna, degli incolti, anche dell'orto, condite ai giorni nostri con buon olio di frantoio, poche gocce di buon aceto di vino, altro a piacere (cuore di sedano tritato, tuorli sodi sminuzzati, odori verdi, ruchetta selvatica, capperi dissalati, olive taggiasche, ecc).

La prima parte del presente capitolo di erbe selezionate e prescelte a rappresentare questo patrimonio ne comprende 55, senza pretese di assoluta completezza, tuttavia nell'ambito di un'ampia rappresentatività. Mentre la seconda parte riguarda una selezione di 17 erbe aromatiche, spontanee e da condimento presenti nel Parco. Erbe adatte alle cotture, racchiuse in un sacchettino di garza da eliminare alla fine; ma anche in parte utilizzate a crudo e fresche al fine di mantenere la loro intensità aromatica. In questo caso gli utilizzi più vocati e proficui, tradizionali ma anche creativi, riguardano in genere le aromatizzazioni, l'accompagnamento, la caratterizzazione, il condimento, l'insaporimento di insalate, verdure, patate, aceti, marinate, salse, battuti, fondi di cottura, brasati, arrostiti, grigliate, zuppe, minestre, minestrone, pesci, carni, funghi, rane, lumache, crostacei, molluschi, ma anche stufati, stracotti, frittate, ragù, aceti, gratinature, bolliture, cotture a vapore, conserve, cacciagione e selvaggina, paté, farciture, pastelle, intingoli, legumi, pani e piadotti, salumeria, spiedi, ripieni, formaggi cremosi e freschi, dolci,

bevande, tisane, funghi, brodetti, paste asciutte, pollame, carni ovine e suine, patate, e tante altre preparazioni.

Erbe, insalate, verdure spontanee e selvatiche del Parco

Acacia o Robinia – *Robinia pseudoacacia* (marugòn, rubén, spen, acacc, arcacc, gaggia)

Pianta arborea perenne, della famiglia delle Papilionacee, di tronco alto. Cresce un po' d'ovunque, nei boschi di pineta, nei boschetti, lungo le valli, ma anche lungo i fossati di confine in campagna.

Nei mesi di maggio e giugno si raccolgono i fiori bianchi, profumati e riuniti in grappoli penduli.

Dell'acacia dunque si utilizzano solo i fiori (dei quali si elimina il piccolo gambo) per varie deliziose e raffinate preparazioni gastronomiche: frittate, frittelle, torte, marmellate, per aromatizzare vini e liquori, per infusi.

Prima dell'uso è consigliabile lavare delicatamente i fiori in acqua fredda, poi asciugarli con accuratezza su un telo pulito.

Per la frittata di fiori si ricorre a una pastella base di uova, latte, poco sale (si consideri che la pastella romagnola, ferrarese o polesana, di un tempo prevedeva solo farina e acqua, sale o zucchero nel caso di frittelle dolci) alla quale si uniscono i fiori, indi si procede come per ogni frittata, che ovviamente a un certo punto dovrà essere voltata in padella.

Acetososa – *Rumex acetosa* (érba bròsca, azetòsa)

Pianta erbacea, perenne e spontanea, detta erba pazienza o erba brusca, della famiglia delle Poligonacee; il fusto è eretto e può raggiungere il metro di altezza; possiede foglie grandi allargate e lanceolate, i fiori a pannocchia hanno colore rugginoso, è una pianta comune, abbondante in primavera (ma si può trovare anche d'inverno), che fiorisce in aprile-maggio-giugno.

Cresce nei campi in genere, nei prati, lungo i depositi d'acqua, fossati e canali, ma viene altresì coltivata in auspicabili terreni arricchiti (in questo caso le foglie vengono raccolte 60 giorni dopo la semina).

In gastronomia le foglie (preferibilmente della base della pianta, giovani e tenere altrimenti risultano dure e amare) vengono consumate

in quantità parsimoniosa a crudo in insalata, oppure impiegate nelle misticanze dove si distinguono per il sapore piacevolmente acidulo. Le foglie vengono proposte anche lessate o fritte, nelle minestre di verdure, salse, frittate, risotti e ripieni. Suggestivo l'uso delle foglie per avvolgere i pesci da cucinare al cartoccio.

Gli esperti sottolineano un paio di avvertenze:

- 1) un uso moderato dell'acetosa per la presenza di ossalati di calcio che potrebbero procurare calcolosi renali;
- 2) evitare, durante le cotture, di ricorrere a pentole di rame (va ricordato nel contempo che le sue foglie servono anche per pulire metalli, alluminio, argenteria e per togliere macchie d'inchiostro).

L'acetosa viene confusa con l'acetosella, che si trova nelle zone collinari e viene usata per lo più in farmacopea; l'attuale uso in cucina è scarso.

Agrimonia – *Agrimonia eupatoria* (agrimògna)

Piccola erba perenne, della famiglia delle Rosacee; le sue foglie sono disposte a rosetta, i fiori sono gialli, a corolla di 5 petali e delicatamente odorosi.

Cresce spontanea dappertutto, ai margini dei terreni coltivati, nei boschi, nei prati, lungo le carraie e nei luoghi soleggiate.

Fiorisce ininterrottamente dalla primavera all'autunno.

Se ne utilizzano le foglie, raccolte con moderazione per rispetto alla pianta, prima della fioritura, preferibilmente tra gli esemplari più giovani. Le foglie, rigorosamente tenere, sono commestibili, vengono usate in cucina nelle insalate miste, nelle misticanze di erbe bollite, fritte o padellate, oppure in tisane di marcato sapore.

I fiori servono per decorazioni e guarnizioni.

Altea – *Althaea officinalis* (fèva 'd vala, altèja, malvavès-cc)

Piantina perenne e spontanea, della famiglia delle Malvacee; di fusto eretto, robusto e lungo, con foglie picciolate, fiori bianchi a piccoli gruppi, che fioriscono nei mesi estivi.

Cresce lungo le carraie di campagna, negli incolti umidi e ombrosi, lungo fossati e argini; è una pianta molto coltivata e usata; la sua altezza varia dai 40 ai 150 cm.

Se ne raccolgono le foglie, fresche, tenere, della parte più alta, da destinare a insalate rinfrescanti, oppure, assieme ad altre erbe selvatiche, è usata nelle minestre di verdura, nei ripieni e per le guarnizioni.

Le sue radici, raccolte assolutamente nel decorso del 1° anno di vita (altrimenti divengono troppo coriacee e legnose) vengono rosolate nel burro.

Anserina – *Potentilla anserina*

Pianta verde spontanea, con foglie radicali ovali e seghettate, fiori gialli a 5 petali; molto comune e copiosamente presente in colonie.

Cresce nei boschi, nelle zone e sui prati umidi, lungo carraie e sentieri; fiorisce nei mesi estivi.

In cucina si utilizzano le radici, esclusivamente del 1° anno, un tempo molto raccolte perché gustose e nutrienti (ma anche legate alla sopravvivenza delle popolazioni della Bassa Romagna, e nelle zone umide ferraresi e polesane), si utilizzano lessate, condite o padellate.

Anche le foglie tenere sono utili per insalate a crudo; nella maturità, invece, le foglie sono destinate a minestre di verdura.

Asparagina – *Asparagus aphyllus* (spèrz sambêdg, aspèrz salvatic, spargulèsa)

Fa parte della famiglia delle Liliacee.

Pianta erbacea perenne, che cresce spontaneamente nelle località marine, zone incolte e verdi e nelle macchie dell'area mediterranea, lungo argini, nei boschi, nei campi, ma soprattutto in pineta.

Con lo stesso nome vengono indicati anche gli asparagi coltivati nella versione di scarto e più sottile.

Più propriamente si tratta degli asparagi selvatici, caratterialmente sottili, ricchi di nodi, pregiati, teneri e amarognoli, di colore verde-scuro (con una parte più scura), il tratto della base è marcatamente fibroso e va scartato nell'accurata fase di lavatura (intesa ad eliminare i residui di terra e sabbia). Il sapore è peculiare e amarognolo, più accentuato in relazione agli asparagi coltivati.

L'asparagina necessita di tempi di cottura ben commisurati e di condimenti semplici, per evitare sovrapposizioni di sapori a tavola, quindi per salvaguardare ed esaltare i suoi personalissimi sapori, principi attivi e consistenza.

Occorre selezionare gli esemplari per garantire freschezza, integrità e interezza, evitare naturalmente le parti sode e compatte del turione.

I suoi sottili turioni si raccolgono a primavera e vanno consumati assolutamente freschi. Sono vittime di raccolte intensive.

Varie ed eccellenti le preparazioni in cucina.

Si possono cucinare a vapore, legati a mazzetti e sistemati ritti, nella pentola munita di scolapasta per agevolarne lo scolo; poi conditi semplicemente in insalata, oppure all'agro in una profumata e coinvolgente emulsione a base di olio extravergine d'oliva, limone, sale e pepe.

Per tradizione in Romagna e nelle zone del Parco si sono sempre proposti in un caratterizzato e direi godurioso sugo per tagliatelle fresche all'uovo (per il quale si uniscono al soffritto le parti tenere dell'asparagina tagliata a pezzetti); analogamente per risotti, ma anche in frittate, zuppe, passati in padella, per comporre una deliziosa crema, gratinati, alla Bismarck con le uova e il burro di delicata cottura, alla parmigiana, in salsa, con altre verdure, nei ripieni, in budino, nelle omelette, per guarnizioni, nelle torte salate, negli sformati, in varie minestre verdi.

L'asparago selvatico è uno dei componenti dello sciroppo detto delle 5 radici, preparato dagli antichi farmacisti con pungitopo, prezzemolo, sedano e finocchio.

Asparago di valle e dei boschi – *Asparagus acutifolius* (spêrz)

Pianta erbacea selvatica, da non confondersi con l'asparagina di pineta e del Parco (di cui abbiamo parlato sopra) in quanto si tratta di un asparago vero e proprio, presente in varie specie, molto simile, almeno nel turione, a quello coltivato.

Cresce spontaneo un po' in tutta l'area mediterranea, nelle zone rivierasche e sabbiose, negli incolti vallivi, lungo le siepi, i sentieri, nascosto tra la vegetazione, accanto alle zone umide ove il turione nasce dalla stessa pianta per anni e anni. Le sue foglie inferiori sono spinose, il frutto è rappresentato da una bacca carnosa, rossastra o scura; i turioni quando non vengono raccolti si sviluppano notevolmente, in altezza e in larghezza.

I turioni, suoi germogli carnosì, si raccolgono a primavera e vengono utilizzati in cucina come quelli coltivati, considerando però le loro peculiari e maggiori aromaticità, tenerezza, sapore (più intenso e talvolta dolciastro).

Riassumiamo gli usi in cucina: lessati, al burro o in insalata; in frittate, zuppe; sformati, nei risotti (di notevole suggestione), nelle torte salate, in minestre, sughi, creme, passati.

Barba di becco – *Tragopogon pratensis* (bêrba 'd bèc, spréna mòra)

Pianta erbacea biennale della famiglia delle Compositae; di fusto eretto, alto all'incirca mezzo metro e talvolta di più, foglie lanceolate, lunghe e a punta, fiori gialli in capolini singoli, ma nelle nostre valli sono presenti esemplari con fiori rosso scuro.

Cresce comunemente nei prati umidi, lungo argini e fossi, nei terreni poveri.

In primavera, prima della fioritura, si raccolgono le foglie e i germogli per essere gustati in insalate a crudo o lessati. Il sapore ricorda vagamente quello degli asparagi. Le giovani piantine, al completo di radice, si utilizzano per minestre e frittate.

Le radici, alla fine del 1° anno di vita, in autunno e durante la quiescenza invernale, si raccolgono quando sono belle e grosse come un pollice e lunghe un palmo. Si gustano, anche grattugiate, lessate in umido, tagliate a rondelle e fritte, oppure si lessano e se ne ottengono crema o purea. Hanno sapore dolce-amaro che ricorda la scorza amara, ma di intensità più delicata e tenue.

Bardana – *Arctium lappa* (bardâna, caplàz, cartôn, farfanac, fujôn, grapëla, scalfarâz, lapa)

Pianta erbacea biennale, della famiglia delle Composite, raggiunge frequentemente il metro d'altezza; ha fusto eretto, assai ramificato, le foglie sono ovali, cordate e picciolate, la radice carnosa. I fiori sono capolini e ne caratterizzano l'identità, ovaliformi e ricoperti da spine ricurve, in modo da essere trasportati dal vello degli animali (ovini *in primis*); i fiori una volta caduti, conservano al loro interno i semi, che a loro volta cadranno e andranno a sostituire la pianta in luoghi diversi; i fiori di color porporino fioriscono d'estate.

Cresce spontanea (ma può essere coltivata con buoni risultati, grazie alla prolificità) lungo argini e fossati, carraie e sentieri, siepi e boschi, in pineta e in valle, accanto a ruderi.

I giovani piccioli o getti si utilizzano lessati e conditi, oppure proposti come l'asparagina o gli asparagi in genere, più semplicemente in insala-

ta, al burro o padellati, nelle misticanze. Le tenere foglioline giovani si possono proporre in insalata a crudo, padellate, lessate quale contorno, nelle minestre, nei ripieni.

Un tempo il fusto spellato si usava alla stregua dei cardi negli stufati e le radici torrefatte divenivano succedaneo del caffè.

Beccabunga – *Veronica beccabunga* (beccabonga, beccabunga)

Pianta della famiglia delle Scrofulariacee, denominata sia beccabunga, veronica o erba grassa (anche crescione); ha fusti ramosi, piegati nella parte bassa, che si raddrizzano poi per circa mezzo metro; le foglie sono rotondeggianti e opposte, i fiori di colore azzurrognolo con striature bluastre si raccolgono in grappoli.

La beccabunga è perenne e cresce in estensione e spontaneamente nei dintorni dei luoghi umidi, nei fossati, nei prati acquitrinosi, lungo i corsi ad acqua lenta.

Per gli usi gastronomici se ne raccolgono le foglie e le sommità (senza estirpare la pianta), in anticipo rispetto alla fioritura, a primavera e anche in estate. Le foglie sono eccellenti (nonché rinfrescanti e depurative) se proposte a crudo in insalata, assieme ad altre erbe (crescione, cerfoglio, portulaca ecc.), verdure (ravanelli, carote, cipolle, basilico spezzettato, scalogno, cipollotti freschi, rucola selvatica, ecc.) e altro a volontà. Nei primi decenni dell'800 il faentino Morri testimonia che serviva per combattere la pellagra.

Borragine – *Borrago officinalis* (burazna)

È una pianta selvatica annuale, della famiglia delle Borraginacee, che cresce nelle zone incolte, lungo sentieri e strade, sulle scarpate delle ferrovie e tra le normali coltivazioni.

Il suo aspetto non è gradevole, anzi è ispido e peloso; le foglie sono ovali e lanceolate, dure e rugose; i fiori a corolla si presentano sotto forma di stella e raggruppati, il tronco è peloso e ramificato, munito di setole pungenti.

È pianta solare e mediterranea, dalle nostre parti non molto diffusa e poco consumata, né troppo familiare, infatti la sua presenza, appena significativa, è dovuta alla coltivazione negli orti.

Le foglie della borragine vengono raccolte di preferenza antecedentemente alla fioritura primaverile-estiva, ancor tenere vengono gustate a

crudo in insalata, come del resto i fiori, oppure fritte con pastella, considerando che è una pianta che appassisce in fretta.

Ma è più normale e consigliabile lessarle e proporle come si fa per gli spinaci, in frittata, nei ripieni, nelle zuppe, nelle torte di verdura, sformati, creme, minestrone, risotti, mescolata con altre verdure e saltata in padella.

La bollitura elimina le naturali ispideità della pianta (raccolta rigorosamente fresca altrimenti è coriacea e immangiabile), poi, una volta tritata, viene resa ammorbidita e gradevole agli usi di cucina, come ad esempio con gli yoghurt, per sorbetti, nelle frittelle, conservata sotto aceto.

Il suo sapore ricorda quello dei cetrioli.

La borragine entra nel mazzetto degli odori secondo usanze liguri, oppure nella ricetta delle lenticchie secondo usanze campane.

I fiori, raccolti in piena fioritura, servono per insalate, per aromatizzare aceti, decorare dolci, bevande e canditi.

Sia i fiori che le foglie, in primavera, finemente tritati contribuiscono a formare insalate; i fiori per colorare l'aceto.

Della famiglia delle borraginacee fanno parte altre due varietà di borragine, comuni e di analoghe virtù, l'erba viperina e la buglossa.

Borsa del pastore – *Capsella bursa-pastoris* (bôrsa di pastur, erba raparéna, msdâna, scarsléna)

Pianta erbacea solitamente annuale, della famiglia delle Crucifere; ha fusto eretto ma gracile, foglie a rosetta, fiori bianchi e piccoli.

È pianta comune, molto duttile, invadente nei cortili, lungo carraie e strade, nei campi e nei prati, negli incolti in genere.

Fiorisce in continuazione, senza quiescenze, dalla primavera all'autunno.

Se ne possono raccogliere germogli e rosette fogliari prima della fioritura.

È un'erba gastronomicamente poco apprezzata per il gusto appena discreto e un tantino sapido; tuttavia può essere utilizzata in rustiche e selvatiche mistricanze a crudo, accompagnare radicchi selvatici per frittate, minestre, risotti, salse, sia lessate che padellate.

Bugula – *Ajuga reptans* (erba biga, erba mora)

Piantina erbacea della famiglia delle Labiate, con foglie oblunghie e dentate, fiori a grappolo di colore azzurro.

Cresce spontanea nelle zone umide e ombrose, boschive e vallive; fiorisce nei mesi di maggio-giugno con molta frugalità.

Se ne raccolgono i giovani getti, in anticipo rispetto alla fioritura, perché ricchi di gusto, piacevolmente amaricanti; conferisce i suoi sapori unita ad altre verdure più delicate e “dolciastre”, a insalate e minestre.

Camedrio – *Teucrium chamaedrys* (camedri, erba quarzöla, erba curzöla)

Pianta erbacea perenne, poco comune, della famiglia delle Labiate; ha fusto ramoso, legnoso alla base, erboso nella parte superiore, piegato e ascendente; le foglie sono coriacee, ovali-lanceolate con bordi simili alle foglie di quercia (forse per questo viene soprannominata querciola); i fiori sono rosacei, a forma di campanula, le piante formano cespugli colorati e fiorisce all’inizio dell’estate.

Cresce su terreni asciutti e soleggiati, sugli argini, accanto a siepi, in genere negli incolti aridi.

Le foglie, molto tenere, di sapore amaro aromatico, raccolte in primavera-estate senza compromettere la pur rara pianta, vengono utilizzate in insalate miste a crudo, ma anche in zuppe, minestre, frittate, sughi, salse, con funghi, grigliate di pesce, spiedini di piccola cacciagione di penna, legumi, verdure varie (patate al forno, melanzane) e per liquori, infusi oltre che per aromatizzare bevande.

Cardamine – *Cardamine pratensis*

Piantina spontanea perenne, della famiglia delle Crucifere, comune, con foglie composite e a forma di rosetta, fiori biancastri a grappolo, che fioriscono in aprile-maggio-giugno.

Cresce lungo i fossati, nei prati umidi, accanto agli acquitrini.

La rosetta delle foglie si può raccogliere tutto l’anno, senza però danneggiare la pianta, e può essere destinata per deliziose e gustose insalatine a crudo, da sole o con altre erbe. Poiché è disponibile anche nei mesi freddi, il cardamine viene ricordato come “crescione dei prati”; a primavera è tra le prime erbe a fiorire.

Il nome è legato ad antiche credenze per le quali le venivano accreditate virtù terapeutiche per il cuore.

Cariofillata – *Geum urbanum* (cariufilèda, erba bandèta)

Pianta erbacea perenne della famiglia delle Rosacee; di fusto eretto e fragile, alto oltre mezzo metro, ha foglie dentate, i fiori sono fragilissimi e gialli e fioriscono da maggio ad agosto.

Si distingue altresì per l'odore speziato che ricorda il chiodo di garofano, per cui viene chiamata garofanata.

Cresce spontanea vicino ai boschi, alle siepi, particolarmente nelle zone umide, lungo sentieri, accanto a ruderi. Viene anche coltivata, in terreni umidi, con semina a marzo e trapianto a maggio.

Se ne raccolgono le foglie, tenere, giovani, appena sviluppate, da destinare a insalatine miste a crudo (anche in misticanza); vengono però utilizzate soprattutto bollite, condite o padellate, per minestre e zuppe di verdura, nelle frittatine primaverili, associata a formaggi fusi, per aromatizzare vini dolci, anche per farcire pesci piuttosto grassi come cefalo e sgombro.

Centocchio – *Stellaria media* (arbèta stèla)

Pianta erbacea, annua, spontanea, della famiglia delle Cariofillacee; ha fusto corto, ramoso, rampicante, le foglie sono ovate, i fiori sono bianchi, di 5 petali, la sera si chiudono.

Cresce comunemente nei terreni umidi, negli incolti, lungo argini e sentieri, in zone riparate ma acquitrinose, ove fiorisce in continuazione.

Se ne raccolgono, preferibilmente a primavera, le foglie e i teneri rametini che vengono consumati a crudo in insalata, ma anche cotti: assieme alle ortiche per minestre e frittate contribuendo a colorare di verde il tutto. Ne viene consigliato un uso moderato in quanto l'erba contiene saponine.

L'erba viene detta anche centonchio o paperina.

Tradizionalmente i contadini romagnoli e del ferrarese la distinguevano dal pancotto spezzando il fusticino della pianta e verificando la presenza del cordoncino midollare che non si spezzava.

Cicoria selvatica, radicchio – *Cichorium inthibus* (cicòria, invidia, radècc)

Pianta erbacea perenne, spontanea e selvatica, della famiglia delle Asteracee, che cresce abbondante sui prati, negli incolti, nei terreni adulti, soprattutto nella bella stagione. Possiede foglie scure e dentellate, di sapore più marcato e amarognolo; rispetto alla cicoria coltivata viene venduta nei negozi di verdura.

Se raccolta fresca (quale ortaggio fresco) e giovanissima, prima della fioritura, ha sapore dolciastro e risulta adatta alla preparazione a crudo e in insalata. Si può utilizzare per zuppe e minestre, con risotti padellati, per i tradizionali bruciatini di pancetta all'aceto, ma anche per un ricco e rustico piatto per il quale la cicoretta selvatica, a crudo, viene condita con buon olio extravergine di oliva, poco aceto di vino, niente sale, un uovo sodo per ogni commensale tagliato a fettine o a pezzettini, una acciuga dissalata e spezzettata, insieme ad altre insalate selvatiche e verdure ortive a piacere.

Quando la cicoria selvatica è matura ed esprime un sapore più amarognolo (sempre piacevolmente s'intende) si cucina in padella (per 1/4 d'ora circa) con aglio e olio extravergine d'oliva, oppure in sostituzione qualche cucchiaino d'olio extravergine di oliva al peperoncino rosso. Durante la cottura occorrerà mescolare in continuazione, non solo per garantire l'insaporimento della cicoria, ma anche per evitarne la bruciatura. Una variante, a mio parere valida e che qualche volta può essere seguita derogando alla regola, è quella di partire con un soffritto a base di scalogno e pancetta stagionata e tendenzialmente magra tritata.

L'erba viene altresì usata per zuppe, minestroni, risotti, negli umidi.

In autunno si raccolgono (o si raccoglievano) le radici, che lavate, tagliate ed essiccate, vengono tostate sul testo della piada romagnola, per essere macinata e sostituita al caffè. Per i nostri nonni (soprattutto in tempi di carestia e di guerra) ciò veniva considerato non solo un surrogato, ma anche una bevanda medicinale.

Un'annotazione di Quondamatteo: le ragazze un tempo, per San Giuseppe, li raccoglievano perché il santo avrebbe fatto crescere bene i semi. Considero nel contempo, senza pretese scientifiche, l'erba cornetta, radicchio stellato, lattugaccio, ragaggiolo, radichella selvatica, *ragagiùl* o *radicèla*, erbe selvatiche meravigliose, radicchi sia amari che dolci, la brassica o senape dei campi (*lessan, làsan, lasni, ravastrèl*) erbe invernali che si raccolgono lungo i fossi.

Cipollaccio col fiocco – *Muscari comosum*

Piantina erbacea, bulbosa, perenne, della famiglia delle Gigliacee, detta anche lampascione; ha fusto eretto, fiori azzurro-viola pedunculati, che nelle loro sommità formano una sorta di fiocco, fioriscono attorno al mese di aprile; le 3-4 foglie di cui la pianta è solitamente munita raggiungono una lunghezza di circa 30 cm.

Cresce negli incolti, accanto a vigneti, nei cespugli, tra l'erba della costa marina; predilige i climi caldi e può essere anche coltivata.

Si raccoglie in autunno ai primi freddi.

Assai apprezzato dai gastronomi, che utilizzano i bulbi alla stregua delle cipolle, sia a crudo che cotti, al forno, sotto aceto; quale eccellente base (nel battuto e non) di saporose minestre, insalate miste, zuppe, salse, sughi; possono essere lessati, affettati e fritti, conservati sott'olio. Un tempo si condividevano maltagliati (ottenuti con farina, acqua e 1 solo uovo) con un soffritto a base di un paio di cipollacci tritati, strutto o lardo, conserva e sufficiente acqua.

In cucina occorrerà considerare alcuni consigli in base all'esperienza e in riferimento alle caratteristiche del cipollaccio:

- 1) il sapore amaro si mitiga lasciando i bulbi a mollo in acqua corrente per circa 12 ore;
- 2) la sbiancatura si ottiene previo bollitura, cambiando l'acqua;
- 3) il problema della vischiosità che si nota al taglio, non a tutti gradita, si elimina sbollentando un paio di volte i bulbi in acqua diversa, ottenendo nel contempo la desiderata sbiancatura.

Consolida maggiore – *Symphytum officinale* (cunsólida)

Pianta erbacea della famiglia delle Borraginacee, di fusto eretto, ramificato nella parte alta; le foglie sono grandi e lanceolate, i fiori sono bianco-giallastri (ma anche rossi e violetti), raccolti a pannocchia.

Cresce selvatica in genere nei prati umidi, lungo fossati e canali negli incolti, tra i pioppeti, nei luoghi paludosi e rivieraschi, in luoghi riparati; fiorisce a primavera e all'inizio dell'estate.

Di essa si utilizzano le foglie freschissime e più tenere, i giovani germogli, di sapore appena dolciastro, in anticipo rispetto alla fioritura. Come per gli spinaci o i giovani germogli di asparagi, vengono dapprima lessate e poi proposte in insalata all'olio extravergine d'oliva, oppure passate in padella con burro e odori unitamente ad altre verdure bollite; si

possono gustare nelle frittate come la borragine e nelle zuppe. Le foglie più belle, bagnate in pastella di farina e uova, vengono fritte con risultati deliziosi, oppure si riservano a minestre.

Anche questa erba, individuata altresì come orecchio d'asino, erba rustica, alo, erba di San Lorenzo, come tutte le borraginacee, è commestibile e ottima per compensi delle paste ripiene.

Crepide – *Crepis vesicaria*

Pianta erbacea spontanea della famiglia delle Composite il cui fusto eretto supera i 50 cm, le sue foglie sono obovate, i fiori gialli, comune.

Cresce lungo i canali, gli argini, i fossati, negli incolti; fiorisce da novembre ad aprile-maggio.

Le foglie, raccolte nei mesi freddi, sono gustose a crudo, in insalata, da sole o ancor meglio mischiate ad altre erbe (limitate di numero) o verdure di stagione.

In genere si rilevano gli stessi usi della cicoria, tanto che viene soprannominata cicorietta.

Crescione – *Nasturtium officinale* (carsòn, nasturzi, nastùrzi acùatic)

Della famiglia delle Crucifere è presente in 2 specie.

La prima cresce spontanea sui terreni umidi, lungo i fossi, le risorgive, le acque a lento scorrimento (ma anche profonde). È erbacea, perenne, acquatica, con fusti ramosi, lunghi, carnosi, foglioline ovali e abbastanza carnose, fiori bianchi che a primavera fioriscono a grappoli.

La seconda è una specie selvatica che cresce sui prati, lungo gli argini, nei posti soleggiate; ha foglie piccole e rotondeggianti, di forma stretta e allungata.

In ambo i casi è una pianta ricca di vitamine e sali minerali, interessante sia in fitoterapia che in gastronomia e in erboristeria; il succo che se ne ricava è benefico e salutare, opportunamente addolcito con buon miele viene unito a succhi dolci come sedano e carota, oppure nelle confetture di more.

Si raccoglie a primavera.

In cucina le loro foglioline aromatiche (raccolte rigorosamente verdi, quelle giallastre vanno scartate) vengono consumate a crudo, soprattutto in insalata (con olio extravergine d'oliva, succo di limone, sale e pepe, pochissimo aceto) assieme a patate lesse, uova sode, prezzemolo e al-

tre verdure a piacere. Servono altresì per insaporire salse, pesce, carni, formaggi, burro, patate, tartine, antipasti, per guarnire piatti con carni alla griglia. In particolare il crescione dei prati si mangia sbollentato in acqua salata, ben scolato e strizzato con le mani, saltato in padella con olio extravergine d'oliva e altro a piacere (aglio, scalogno, prezzemolo, pancetta, lardo, cipollotti, odori ortivi e spezie); si rende utile anche in zuppe, minestre, salse, frittate.

Il gusto (e l'odore) è parzialmente piccante, un po' aspro, caratteristico, piacevole.

Sia il crescione d'acqua (per il quale è fondamentale la salubrità dei depositi d'acqua ove cresce, priva di parassiti e sanguisughe) che quello dei prati (in riferimento a eventuali animali da pascolo che vi razzolano) vanno ben selezionati e accuratamente puliti prima di ogni utilizzo; in ogni caso si eliminano gli steli grossi, coriacei e sgradevoli. Un modo di garantire la massima igiene del crescione è quello di metterlo in acqua e aceto per 1/4 d'ora.

Crespigni dei campi – *Sonchus* sp. (scarpégn, zizércia sambédga)

Quondamatteo l'ha definita erba arruffata, Zangheri *zizércia*, Ercolani valerianella. Erba della famiglia delle Composite; ha fusto eretto e liscio, alto oltre 1 metro, le foglie sono triangolari e cordate alla base, erba di campo a foglie vellutate, i fiori sono grandi e gialli, raccolti a forma di ghianda.

Crescono spontanei negli incolti e nei campi coltivati.

Le foglie vengono raccolte giovanissime, prima della fioritura, tenerissime e ancora prive di spinosità. Sono destinate crude per insalate, oppure vengono bollite e saltate in padella con aglio, olio extravergine d'oliva e/o burro; possono partecipare a un ricco minestrone di verdure, nel quale cucinare piccola pasta fresca all'uovo o di semola (ma io penso anche a certi grossi maccheroni, spezzettati grossolanamente) secondo consuetudini napoletane.

Non manca chi ne recupera le radici, in autunno, mettendole lungamente a lessare e consumandole semplicemente in insalata, oppure si possono insaporire in padella; se ne può ricavare, infine, un "caffè" di cicoria.

Un tempo i crespigni venivano frequentemente preparati come i tradizionali bruciatini all'aceto.

Erba di San Pietro – *Crhrysantheum balsamita* (erba 'd Sa' Pir)

Pianta erbacea perenne, detta anche erba amara, della famiglia delle Composite; le foglie della rosetta basale sono allungate e strette, quelle del fusto sono più coriacee.

Cresce selvatica nei terreni freschi e fertili.

Le sue foglie, raccolte nella calda stagione, hanno profumo gradevole e sapore aromatico e amaricante, che ricorda la menta.

Viene utilizzata solo cotta, sia nelle zuppe di verdura che nei minestrone, ma anche in insalata e nelle marinature, nonché salse particolari e farce tipiche.

Eringio – *Eryngium maritimum* (spuntacul, lipòta)

Pianta erbacea perenne, della famiglia delle Ombrellifere; fusto eretto, alto all'incirca mezzo metro, le varie foglie sono spinose e picciolate e posseggono colore verde-biancastro, i fiori sono pedunculati e spinosi. L'eringio cresce spontaneo nei luoghi aridi e argillosi, vicino al mare e accanto ai ruderi, e va cercata con passione.

Per tradizione popolare i suoi germogli primaverili, rigorosamente teneri e giovani, si mangiano a crudo in insalata.

Le sue foglie, raccolte nella tarda primavera, vengono conservate sotto-aceto oppure candite.

Le sue radici, ancor giovani e prive di legnosità, raccolte nei mesi autunno-invernali, ben ripulite, si lessano a lungo perché molto coriacee, si condisciono in insalata o si padellano (ma solo nel caso di pianta interamente giovane).

Degli eringi fanno parte due specie:

- 1) il cardo stellato, che cresce sui pendii e lungo le strade;
- 2) l'eringio marittimo, di cui sopra, o cardo azzurro (da non confondersi con quello alpino) che si trova nelle dune marittime.

Quondamatteo testimonia che questa erba era detta dei marinai, in quanto i suoi fusti, spellati come fossero banani, venivano masticati e succhiati dai ragazzi.

Farinaccio selvatico – *Chenopodium album* (farinaz, erba brâcina sambêdga)

Pianta erbacea spontanea e annua, chiamata farinaccio perché infarinata da polvere biancastra detta pruina; ha fusto eretto alto fino a 1 metro, foglie dentate e romboidali, fiori verdastri ed estivi.

A differenza del confratello Buon Enrico, che si sviluppa quasi esclusivamente in collina e in montagna, il farinaccio cresce copiosissimo ed infestante, come gramigna nei prati incolti, nelle zone vallive aride, accanto a terre di riporto.

Di esso vengono raccolte le foglie, i giovani germogli o le giovani piante, durante tutta l'estate, soprattutto dopo i raccolti o con le colture tardo estive.

In cucina viene proposto in insalata a crudo, altrimenti si propone preparato come gli spinaci (di cui viene considerato esemplare selvatico) e padellato; è molto apprezzato per la gradevolezza dei sapori e le peculiarità nutritive e salutari.

Fiordaliso o fioralisio – *Centaurea cyanus* (fiôralis)

Pianta erbacea annuale, di fusto eretto, peloso, che raggiunge gli 80 cm; le foglie sono lanceolate, i fiori azzurri, raccolti a capolino, fioriscono a primavera. Cresce spontaneo nei campi di cereali (oggi un po' meno, in quanto sensibile ai fitofarmaci e fertilizzanti chimici), negli incolti, nei terreni erbosi.

Se ne raccolgono le piantine, in zone non trattate da diserbanti o chimicamente concimati, prima della fioritura, quando i giovanissimi germogli, ancor teneri, sono destinati a misticanze a crudo in insalata oppure lessati e conditi con olio extravergine d'oliva, capperi e limone.

Non da tutti apprezzato per il suo gusto piuttosto amaro.

Gallio o caglio – *Galium verum* (suaj, erba da impresa, impresa)

Pianta erbacea perenne, della famiglia delle Rubiacee, il cui fusto eretto può raggiungere il metro d'altezza; le foglie sono lineari, i fiori gialli riuniti a pannocchia.

Cresce spontaneo lungo le carraie, gli argini, negli incolti, accanto alle siepi.

A primavera si raccolgono i giovani e teneri germogli, di piacevole sapore; vengono mangiati a crudo in insalata, da soli o in misticanza stagionale.

Assieme alla calendula (di cui si raccolgono poche foglie negli orti e nei prati incolti) il gallio può conferire gusto alle insalate, in un abbinamento deliziosamente equilibrato.

I suoi fiori gialli (erba solfina da rapprendere in latte, come per le altre erbe usate per produrre il caglio, in senso lato) possono essere utilizzati alla stregua dello zafferano (ed ovviamente con risultati diversi) nel risotto alla “milanese”.

La pianta un tempo serviva anche per cagliare il latte (da cui il classico nome). Storicamente se ne è persa la memoria, anche se i pastori un tempo utilizzavano una sorta di caglio per la cagliatura anche in riferimento ad un carciofo selvatico.

Imbutini – *Campanula trachelium*

Pianta erbacea, della famiglia delle Campanulacee, il cui fusto eretto e angoloso può raggiungere una altezza dai 50 ai 100 cm, le foglie alte sono cordate, appena pelose, dentate, mentre quelle basali sono ovali e picciolate; i fiori sono violacei e hanno forma di calice; è una pianta molto comune.

Cresce spontanea nelle zone umide e soleggiate, ma anche nei boschi, nei prati, accanto alle siepi.

Di essa si raccolgono – selezionando le più belle e nel contempo rispettando il fusto – le foglie ancor tenere: molto apprezzate se lessate come gli spinaci e padellate, ma anche nei ripieni di tortelli e ravioli; infine risultano eccellenti se condite con olio extravergine d’oliva e abbinata a formaggi saporiti e lamellati a ostia.

Lattuga scarola o scariola – *Lactuca scariola* (scaròla)

Pianta erbacea annuale; ha fusto che cresce rigoglioso in altezza, ha foglie basali allungate e ovali, quelle superiori sono lanceolate ed intere, i fiori sono gialli, a capolino, riuniti in grande pannocchia; fiorisce in estate.

Questa lattuga non è solo coltivata, ma cresce anche spontanea negli incolti accanto ai vigneti, nelle zone pietrose.

Si raccoglie giovanissima selezionando le piccole piantine e rappresenta una eccellente insalata a crudo, soprattutto se mescolata, con parsimonia, ad altre insalate, a cui conferisce un piacevole sapore amarognolo, quasi irrinunciabile. Viene anche usata nelle zuppe e nei minestrone, nei risotti primaverili, nelle creme salate, in preparazioni gratinate, salse, guarnizioni per antipasti e piatti freddi.

Licnide bianca – *Lychnis alba*

o Orecchie di lepore – *Silene alba* (garòfan biànc sambêdg)

A proposito del doppio nome va precisato che il primo è quello di un tempo, mentre il secondo è il nome in uso oggi.

Pianta erbacea, pelosa, con foglie ovate, fiori bianchi su calice rigonfio, comune, fiorisce in primavera-estate.

Cresce tra le siepi, al margine dei campi, nei terreni e prati non coltivati. Se ne raccolgono, ancor teneri e giovani, in primavera i germogli come si fa da sempre in Romagna con gli stridoli o strigoli (il comune nome *Silene* non inganna!); assieme a questi, in felice sintesi gustativa, si utilizzano per minestrone, risotti, frittatine, sughi, intingoli ecc.

A mio parere (ovviamente opinabilissimo) i gastronomi più raffinati e consapevoli prediligono la licnide agli stridoli comuni.

Linaria o erba delle streghe – *Linaria vulgaris* (erba dal strig, linêria, bôc 'd lôv sambêdghi)

Piantina spontanea; il fusto eretto raramente raggiunge il metro di altezza, mentre di solito si presenta sui 20-30 cm, le foglie sono lineari e acute, i fiori sono gialli e disposti a spiga e fioriscono in estate.

Cresce lungo i fossati, nei terreni assolati e piuttosto aridi, lungo le carraie.

Per l'uso in cucina si raccoglie la pianta (senza sradicarla) a primavera, quando la piantina è piccola. Viene deliziosamente proposta a crudo in insalata, in piccole quantità (in quanto contiene saponine) da sola o con altre erbe (ad esempio le tenere foglie di tarassaco).

Lischi, riscolo o salsola – *Salsola kali* et *Salsola soda* (lès-c, lès-car, bêrba ad frê)

Chiamati più o meno propriamente barba dei frati o di cappuccino, barba del Negus, “lichsi” (con evidente storpiatura del nome) ma anche grasselle.

Hanno foglie corte e sottili, rigogliose e grassettine, soprattutto a primavera. Si trovano in valle e in pineta, oppure accanto alle affluenze di acque salate e nelle cosiddette “basse”. Sono più saporosi di quelli che si trovano nei negozi di verdura o coltivati: alla vista sembrano uguali, in realtà appaiono anche più scuri e grossi, decisamente sodi, non flaccidi come quelli correnti (una valutazione che vale per molti straordinari prodotti naturali di valle, di pineta, e del Parco in genere, pesci compresi).

La zona del Parco più ricca di questa erba è quella delle Valli di Comacchio in quanto, come rilevato, è una pianta tipica dell’ambiente salato o quasi. In passato intere generazioni se ne sono nutrite, recuperandole lungo le sponde dei canali, ripieni di acque salmastre. È stata altresì un’erba assai consumata dai salinari cervesi, i quali la raccoglievano nei rivali delle saline e fatalmente diventava protagonista della cena nel periodo da maggio a ottobre.

Oltre ad essere coltivata è anche un’erba presente nelle zone salse collinari, nell’ambito di isole di terra salmastra, un po’ ovunque in Romagna, ad esempio lungo la Valmarecchia e nel forlivese, attorno a Castrocaro Terme.

Va precisato che la *Salsola kali* è spinosa e non si mangia.

Svariati gli usi in cucina. Nel ’700 il raffinato gesuita Zanoni ha amato i lischi che faceva lessare, poi condiva di sale, aceto forte, olio di oliva, prezzemolo, aglio: una ricetta del suo tempo proponibile ancora oggi non senza qualche innovazione personale. Proponibili, grazie al suo caratteristico sapore salato, lessati in acqua e conditi in insalata, appena sbollentati e poi saltati in padella o gratinati con parmigiano, in zuppa, seppur raramente, o in sughi con altre erbe, in un risotto, nella frittata.

Malva selvatica – *Malva Silvestris* (mêlba, mêlva, mêtba, mêtima)

Notissima pianta, biennale o perenne, della famiglia delle Malvacee, che cresce da pochi cm a 1 metro e più; ha fusto eretto e ramificato, le foglie sono alterne picciolate, i fiori rosati e collocati sotto le foglie.