

116 *Carlina acaulis* e sp. pl.

Carlina acaulis L.

Famiglia: Asteraceae

Etimologia: L'origine del primo termine del binomio è incerta ma in uso nella comunità scientifica fin dai tempi di Andrea Cesalpino. Alcuni lo vorrebbero far discendere da una leggenda legata a Carlo Magno e al suo esercito, guarito dalla peste grazie alle virtù medicamentose della pianta. Più probabilmente hanno ragione altri che ne vedono la modificazione del termine cardellina o anche cardina, ossia piccolo cardo, data la forma. Il nome specifico indica la mancanza di fusto.

Nomi comuni in italiano: carlina bianca, ma anche cardo di S. Pellegrino (Appennino toscano-emiliano), per via della credenza che il santo si cibasse solo dei suoi ricettacoli. Non mancano i termini locali.

Somiglianze e varietà: entità non dissimile la è *Carlina acaulis* L. subsp. *caulescens* (Lam.) Schübl. & G. Martens, i cui capolini molto somiglianti sono portati in cima a un fusto foglioso poco più alto di quello della nostra specie.

La carlina bianca

La carlina bianca è una specie erbacea perenne dell'Europa temperata, presente in quasi tutta Italia e a diverse altitudini, ma comune in montagna, nei pascoli e nei prati aridi non meno che negli ambienti rocciosi, delle regioni dell'arco alpino, in Emilia e nell'Appennino centrale.

Dotata di un robusto rizoma legnoso e di un fusto brunastro molto breve, ha foglie coriacee e molto spinose, lunghe una ventina di centimetri, per lo più basali e disposte in rosetta, picciolate e profondamente divise.

La specie si caratterizza per avere al centro della rosetta un grande capolino, che fiorisce d'estate, completamente avvolto da brattee, quelle esterne fogliacee, le mediane brune e spinose, quelle interne lineari di un bianco-avorio brillante, quasi argentee, sul diritto, dando l'impressione che si tratti di ligule dell'infiorescenza. Quest'ultima è composta di fiori tubulari rosato-violacei e corolla biancastra. I frutti sono acheni pennati.



Il capolino rende facilmente riconoscibile questa pianta e la sua forma contribuisce a farne in qualche modo una sorta di pianta simbolica della montagna, al pari della stella alpina. In diverse aree si tratta di una pianta protetta.

116 *Carlina acaulis* e sp. pl.

Carlina acanthifolia subsp. *utzka* (Hacq.) Meusel & Kästner

Questa sottospecie è presente nei pascoli aridi lungo tutto l'Appennino e utilizzata tradizionalmente in cucina in tarda primavera nelle regioni centrali della Penisola. In queste aree questa carlina è chiamata rapa campagnola o carciofo selvatico. Ha anch'essa un fusto molto ridotto, foglie coriacee, pennatosette e spinose al bordo, con lamina spesso tomentosa. Porta un unico capolino, bratteato e abbastanza simile a quello della *Carlina acaulis*.

Altre carline

Vale la pena di citare qui altre carline utilizzate lungo la penisola a scopo alimentare

***Carlina hispanica* Lam.** e la sottospecie *Carlina hispanica* Lam. subsp. *globosa* (Arcang.) Meusel & Kästner, carlina spagnola, presente in Calabria e Sicilia, per le quali si rimanda alla specifica scheda n. 32.

***Carlina vulgaris* L.** Carlina comune, presente lungo tutta la Penisola. Pianta erbacea perenne, con fusti ramosi ed erette, arrossati, con foglie sessili, spinose e pubescenti, differenti nella forma lungo il caule. I capolini, isolati al termine dei rami, hanno brattee esterne fogliari e quelle centrali spinose, le interne giallastre, simili a ligule. I



fiori estivi, tubulosi, sono di colore giallo paglierino e rossastri alla sommità. I frutti sono acheni con pappi.

***Carlina lanata* L.**, carlina lanosa. Presente nel Centro-sud, con squame roseo-violacee.

***Carlina sicula* Ten.**, carlina siciliana, con squame rosee all'esterno.

***Carlina acanthifolia* All.**, carlina zolfina, simile a *C. vulgaris*, con fusto ridotto e un unico capolino con squame gialle.

Uso delle carline

Le carline sono note soprattutto per l'uso alimentare dei ricettacoli, ma non mancano anche usi medicinali di alcune parti della pianta, anche se ogigiorno non vengono utilizzate che raramente in erboristeria. Alla radice della *C. acaulis* sono riconosciute proprietà di drenaggio dei liquidi corporei, digestive, carminative e di regolarizzare il processo di sudorazione.

Raccolta in autunno, la radice di carlina viene tagliata a fette ed essiccata al forno o al sole, per essere poi polverizzata. La tradizione popolare le attribuisce anche proprietà cicatrizzanti, oltre che a consigliarne l'uso per curare il fegato e contro altre patologie. Un tempo la polvere della radice veniva anche fumata.

116 *Carlina acaulis* e sp. pl.

Le diverse specie sono anche usate a scopo ornamentale nelle composizioni di fiori secchi. Le brattee esterne della *C. acaulis* funzionano da igrometro naturale, chiudendosi nelle ore notturne quando il tempo va a peggiorare, e capita che in montagna si possa vedere appesa alle case con questo scopo.

La pianta era tradizionalmente utilizzata per scacciare le streghe nel Casentino [14].

Le carline in cucina

L'utilizzo dei carnosetti, dopo attenta e laboriosa pulitura dalle spine è comune a diverse aree del Paese, specialmente quelle a tradizione pastorale. Per i pastori infatti questi rappresentavano un frequente snack nelle lunghe giornate. Ciò che se ne ricava, dal sapore di carciofo, può essere consumato crudo condito con olio o in insalate, e può essere utilizzato per ottime conserve sottolio e marmellate o mostarde. Data la presenza di inulina, può essere consumato dai diabetici. Le radici, private della parte interna legnosa possono diventare ottimi canditi, magari coperti di cioccolato.

Le carline conservate sott'olio, dopo essere state fatte bollire in acqua e aceto per alcuni minuti, fanno parte del folto elenco dei prodotti tipici di diverse regioni. Non mancano anche esempi di un uso gastronomico più ampio delle carline, con formaggio e uova, stufate o al forno (Basilicata), o per preparare dolci, come nelle Marche, di cui sono note le carline candite di Amandola [6]. La carlina candita col miele era considerata in passato una leccornia [2] e dolci a base di carline venivano preparati negli ambienti monastici per gli ospiti più illustri.