# *Elenco delle principali specie spontanee alimentari delle Vallate dei Nebrodi*

## Avvertenze

Questo elenco contiene le principali specie alimentari spontanee individuate nel lavoro "**Buoni da mangiare. Erbe e frutti selvatici delle Vallate dei Nebrodi**", con i relativi termini dialettali. Si tratta di specie erbacee e arboree non sempre appartenenti alla tradizione culinaria locale dei singoli paesi dei Nebrodi, ma che si possono senz'altro trovare spontanee e utilizzare, sperimentando così gusti nuovi. Riteniamo di fare in questo modo una cosa utile alla consultazione delle sezioni dedicate alle ricette e alle schede delle piante del nostro sito web www.piantespontaneeincucina.info.

Avvertiamo che essendo il territorio di riferimento le "vallate" dei Nebrodi, vengono escluse dall'elenco quelle specie alimurgiche, pochissime in realtà, che si trovano esclusivamente lungo la costa (es.: il finocchio marino, *Chritmum maritimum*). Viene invece incluso il versante meridionale dei Nebrodi, ancorché sia quello settentrionale, messinese, per ragioni di maggiore uniformità culturale e di comuni vicende storiche, ad essere di solito considerato sotto l'aspetto culinario e gastronomico quando si parla di tradizioni nebroidee. Ci sono ragioni diverse che hanno spinto a considerare anche le tradizioni alimurgiche del territorio nord etneo di Randazzo e Bronte, e fra queste l'utilizzo di molte specie erbacee in comune con l'area più orientale della catena montuosa e il fatto che, afferendo i due territori al Parco dei Nebrodi, la ricerca e l'editoria che a questa istituzione fa riferimento in materia di tradizioni gastronomiche comprenda anche i due grossi centri etnei.

Accanto ai nomi più comuni con i quali le specie vengono individuate sul territorio nazionale e nelle nostre schede del sito web, compaiono nell'elenco termini con i quali le specie stesse vengono indicate in alcune aree e località dei Nebrodi. L'indicazione è ovviamente del tutto relativa e non è detto che valga per l'intero territorio, anzi. A volte il nome si differenzia in comuni contigui, altre volte è la pianta stessa a non essere utilizzata nel paese vicino - per quanto riguarda quest'ambito la ricerca è sempre *in progress* – e quindi a essere del tutto "sconosciuta". Tuttavia nella stragrande maggioranza dei casi i nomi indicati saranno utili per orientarsi fra le proprie conoscenze. Essi sono stati tratti da pubblicazioni scientifiche, conoscenza diretta, articoli in rete. Ci pare doveroso segnalare fra le fonti in particolare la ricerca di Francesca Lentini e Francesca Venza*, Wild food plants of popular use in Sicily*, che abbiamo consultato on line sulla rivista Journal of Ethnobiology and ethnomedicine, cui si rimanda per la specifica di alcune località.

Per i nomi dialettali vengono talvolta indicate aree specifiche dei Nebrodi, altre volte singoli comuni, ma in alcuni casi non viene indicata nessuna area in particolare. Specifichiamo che per sud-est intendiamo l'area di Randazzo e Bronte; per ovest quella intorno ai comuni di Mistretta, Tusa, Caronia, Santo Stefano di Camastra, ecc.; per centro quella che insiste approssimativamente fra Tortorici e San Marco d'Alunzio; per est con riferimenti a Montalbano, San Piero Patti, Floresta, Sant'Angelo di Brolo, ecc.

Precisiamo che non sempre la scrittura del siciliano potrà apparire corretta – se tale si può dire da un capo all'altro dell'Isola - stante le differenze da una località all'altra, ma è quella o una di quelle trovate con maggiore frequenza tra le fonti. I lettori vorranno comprendere infine anche la difficoltà di scrittura per quei paesi di minoranza linguistica gallo-italica presenti nell'area (San Fratello, San Piero Patti, Montalbano.) per i quali la scrittura dei termini usati tramite il siciliano e con le sole lettere dell'alfabeto italiano appare del tutto inadeguata a rendere i termini effettivamente usati nella particolare parlata locale.

| TITOLO SCHEDA | FAMIGLIA | NOME comune* | NOME Nebrodi** |
|---|---|---|---|
| *Allium ampeloprasum* | Liliaceae | Porraccio | *Ghiastru, Agghiastru, Agghioru* in area sudorientale; *Purrietti* a Mistretta |
| *Apium nodiflorum* | Umbelliferae | Sedano d'acqua | *Scavuna* a Mistretta; *Crisciuni* in altre aree |
| *Arbutus unedo* | Ericaceae | Corbezzolo | *Mbriacule, mbriachi-e* |
| *Asparagus acutifolius* | Liliaceae | Asparago pungente | *Sparaci servaggi* a ovest; *Sparaciu, sparaciara, Sparacia* a sud-est |
| *Asparagus albus* | Liliaceae | Asparago bianco | *Sparaciu jancu* a Bronte |
| *Asparagus officinalis* | Liliaceae | Asparago comune | *Sparaciu manzu* a sud-est |
| *Asphodeline lutea* | Liliaceae | Bacchetta di re, asfodelo giallo | *Baffaluchi* a ovest; *Zubbi* a sud-est |
| *Atractylis gummifera* | Asteraceae | Masticogna laticifera | *Masticogna* a sud-est |
| *Bellis perennis* | Asteraceae | Pratolina comune | *Primi sciuri* in alcune aree |
| *Beta vulgaris ssp. maritima* | Chenopodiaceae | Bietola | *Giri, Gira* a sud-est; *Gira* a Tortorici e Mistretta; *Zarchi* a Santo Stefano di Camastra |
| *Borago officinalis* | Boraginaceae | Borragine | *Bburraina* al centro e sud-est; *Vurrania* a ovest |

| | | | |
|---|---|---|---|
| *Brassica fruticulosa* | Brassicaceae | Cavolicello, Cavolo rapiciolla | *Cauricellu, Coricellu, Cauricellu, Quaricellu* a sud-est e in altre aree |
| *Brassica nigra* | Brassicaceae | Senape nera | *Sinàpi* a Mistretta |
| *Bunias erucago* | Brassicaceae | Cascellore comune | *Cicoina, Cicoira* a sud-est |
| *Capparis ovata* | Capparidaceae | Cappero peloso | *Chiappara* al centro |
| *Capparis spinosa* | Capparidaceae | Cappero comune | *Chiappira* a ovest; *Chiapparu* a sud-est |
| *Castanea sativa* | Fagaceae | Castagno | *Castagnera* al centro; *Castagna* in altre aree |
| *Celtis australis* | Ulmaceae | Bagolaro | *Milicuccu* a Bronte, *Caccamu* in altre aree |
| *Ceratonia siliquia* | Fabaceae | Carrubo | Carrubba |
| *Chondrilla juncea* | Asteraceae | Lattugaccio | *Curi î suggi, Inestruola* a sud-est |
| *Cichorium intybus* | Asteraceae | Cicoria comune | *Cicoira* a ovest; *Cicoina* in altre aree |
| *Clematis vitalba* | Ranunculaceae | Vitalba | *Ligara* a sud-est |
| *Corylus Avellana* | Corylaceae | Nocciolo | Nucidda |
| *Crataegus monogyna* | Rosaceae | Biancospino comune | *Brizzulino* al centro; *Bruzzellinu* a ovest |
| *Crepis bursifolia* | Asteraceae | Radicchiella tirrenica | *Ricuttella* a sud-est |
| *Crepis vesicaria ssp. vesicaria* | Asteraceae | Radicchiella vescicosa | *Occhi pirnici, Erba d'acietri* a ovest |
| *Cydonia oblonga* | Rosaceae | Cotogno | *Cutugnu* a ovest |
| *Cynara cardunculus ssp. cardunculus* | Asteraceae | Carciofo selvatico | *Carduna servaggi* a ovest |
| *Fedia cornucopiae* | Valerianaceae | Lattughella | *Lattucheddra ri maio, Spezzaquartari* a ovest; *Spazzaquartara, Maggio* al centro |
| *Ferula communis* | Umbelliferae | Ferula | *Ferra* a sud-est e in altre aree |
| *Ficus carica* | Moraceae | Fico | *Ficara, Fichera, Ficu* al centro e a ovest |
| *Foeniculum vulgare* | Umbelliferae | Finocchio selvatico | *Finocchi* a ovest; *Finocchiu* al centro; *Finucchieddu rizzu, Finocchieddu î timpa* a sud-est |
| *Foeniculum vulgare ssp. piperitum* | Umbelliferae | Finocchio selvatico | *Finocchi* a ovest; *Finocchiu* al centro; *Finucchieddu rizzu, Finocchieddu î timpa* a sud-est |
| *Hedysarum coronarium* | Fabaceae | Sulla comune | *Sudda, sulla* in aree gallo-italiche |
| *Hermodactylus tuberosus* | Iridaceae | Bellavedova | *Castagnotto* a sud-est |
| *Hyoseris radiata* | Asteraceae | Trinciatella | *Buttuni ri gallo* a sud-est |
| *Hypochoeris laevigata* | Asteraceae | Costolina levigata | *Razza* al centro |
| *Hypochoeris neapolitana* | Asteraceae | Costolina napoletana | *Costa ri vecchia, Costavecchia, Cosci ri vecchia* a sud-est; *Scarri* a ovest |
| *Hypochoeris radicata* | Asteraceae | Costolina cretese | *Costa ri vecchia, Costavecchia* a sud-est; *Scarri* a ovest |
| *Juncus acutus* | Juncaceae | Giunco pungente | *Iuncu* in varie aree |
| *Lactuca serriola* | Asteraceae | Lattuga selvatica | *Lattuca sarbaggia* a sud-est |
| *Lactuca viminea* | Asteraceae | Lattuga alata | *Gattaru, Perinigghiu, Lattughedda du signori, Pieriringghiu* a sud-est |
| *Lamium flexuosum Ten.* | Lamiaceae | Falsa ortica flessuosa | *Zinzili* al centro |
| *Lathyrus articulatus* | Fabaceae | Cicerchia porporina | *Fajoru, Puseddu sarbaggiu* a sud-est |
| *Lathyrus sylvestris* | Fabaceae | Cicerchia silvestre | *Cessavuoi, Gelsaù* a ovest; *Cessabua* a est |
| *Laurus nobilis* | Lauraceae | Alloro | *Addauru* al centro e a ovest; *Dadàr* a San Fratello |
| *Leontodon tuberosus* | Asteraceae | Dente di leone tuberoso | *Occhi pinnici* a sud-est |

| | | | |
|---|---|---|---|
| *Leopoldia comosa* | Liliaceae | Giacinto pennacchio, lampascione | *Agghioru niuru* a sud-est |
| *Lupinus albus* | Fabaceae | Lupino bianco | *Luppini* |
| *Malva sylvestris* | Malvaceae | Malva selvatica | *Marva, Mavvascu* a sud-est |
| *Mentha spicata ssp. spicata* | Lamiaceae | Menta romana | *Menta* |
| *Mespilus germanica* | Rosaceae | Nespolo | *Nespula d'invernu* |
| *Morus alba* | Moraceae | Gelso bianco | *Ceusu biancu* |
| *Morus nigra* | Moraceae | Gelso nero | *Ceusu niru* |
| *Myrtus communis* | Mirtaceae | Mirto | *Murtitra* a ovest |
| *Nasturtium officinale* | Brassicaceae | Crescione d'acqua | *Crisciuna* a Mistretta |
| *Onopordum illyricum* | Asteraceae | Onopordo maggiore | *Munaceddu* a sud-est |
| *Opuntia ficus-indica* | Cactaceae | Fico d'india | *Ficurinnia; Ficurinnia, ficadinniera* al centro e ad ovest |
| *Origanum heracleoticum L.* | Lamiaceae | Origano meridionale | *Rienu* a Mistretta; *Riganu* al centro e a ovest |
| *Papaver rhoeas* | Papaveraceae | Papavero comune | *Paparina* in alcune aree, *papaviru* in altre |
| *Parietaria officinalis* | Urticacee | Parietaria comune | *Erba i muru* in varie aree |
| *Picris echioides* | Asteraceae | Aspraggine volgare | *Spiredda* a ovest |
| *Plantago lagopus L.* | Plantaginaceae | Piantaggine piede di lepre | *Cutidduzzi* a ovest |
| *Plantago serraria* | Plantaginaceae | Piantaggine seghettata | *Cutidduzzu* a ovest |
| *Portulaca oleracea* | Portulacaceae | Porcellana comune | *Puccillana, Purcillana* a sud-est; *Purciddana* al centro |
| *Prunus spinosa* | Rosaceae | Pruno selvatico, prugnolo | *Brugnole, trigne* a ovest |
| *Punica granatum* | Punicaeae | Pelograno | *Granatu* in varie aree |
| *Pyrus amygdaliformis* | Rosaceae | Pero mandorlino | *Prainu* a Mistretta |
| *Raphanus raphanistrum* | Brassicaceae | Ravanello selvatico | *Razza* a sud-est |
| *Raphanus raphanistrum ssp. raphanistrum* | Brassicaceae | Ravanello selvatico | *Razzi* a Mistretta; *Razza* a sud-est |
| *Reichardia picroides* | Asteraceae | Caccialepre | *Giallepura, Caccialiepura* a sud-est e a est; *Cacazzina* a Tortorici |
| *Rosa canina* | Rosaceae | Rosa canina | *Giarrauta* a sud-est |
| *Rosmarinus officinalis* | Lamiaceae | Rosmarino | *Rosamarina* a ovest e al centro |
| *Rubus ulmifolius* | Rosaceae | Rovo comune | *Ruviettu* a Galati Mamertino e a ovest; *Ruvettu* in altre aree |
| *Rumex scutatus* | Polygonaceae | Romice scutato | *Acitura* a Randazzo |
| *Rumex thyrsoides* | Polygonaceae | Romice a farfalla | *Acitura* a Randazzo |
| *Ruscus aculeatus* | Liliaceae | Pungitopo | *Bammuschitta, Spinapruci, Spinapurci* a sud-est e a ovest; *Bammuschitta, Spinapruci* a ovest; *Sparabusch* a San Fratello; *Spinapulici, Spinocciuoli* a ovest e al centro; *Taddispruni* a Mistretta |
| *Scolymus grandiflorus* | Asteraceae | Cardogna maggiore | *Scolli a Bammuschitta, Spinapruci, Spinapurci* a sud-est e a ovest; *Scuoddi* a Mistretta |
| *Silene vulgaris* | Caryophyllaceae | Silene comune, silene rigonfia | *Cannatella* a Randazzo; *Ebba priricatura, Erba du pridicaturi, Priricaturi* a sud-est |
| *Silene vulgaris ssp. angustifolia* | Caryophyllaceae | Silene comune, silene rigonfia | *Cannatella* a Randazzo; *Ebba priricatura, Erba du pridicaturi, Priricaturi* a sud-est |

| | | | |
|---|---|---|---|
| *Sisymbrium officinale* | Brassicaceae | Erba cornacchia | *Mazzareddri* a ovest |
| *Smilax aspera* | Liliaceae | Salsapariglia nostrana | *Cafaretra* a Santo Stefano di Camastra; *Ugna ri gattu* a sud-est |
| *Sonchus asper* | Asteraceae | Grespino spinoso | *Cardedda* a ovest; *Cardedda spinusa, Cardedda, Cardedda i porci* a sud-est |
| *Sonchus oleraceus* | Asteraceae | Grespino comune | *Cardedda* |
| *Sorbus domestica* | Rosaceae | Sorbo comune | *Sorba* |
| *Tamus communis* | Dioscoraceae | Tamaro | *Sparacogni, Sparacuogna* a sud-est |
| *Tanacetum vulgare* | Asteraceae | Erba amara selvatica | *Tannavira* a Tortorici |
| *Tragopogon crocifolius* | Asteraceae | Barba di becco minore | *Barbabecchi* a sud-est |
| *Tragopogon porrifolius* | Asteraceae | Barba di becco | *Barbabecchi* a sud-est |
| *Urospermum dalechampii* | Asteraceae | Boccione maggiore | *Cuosti i porci* a Mistretta; *Cicoina* a ovest e al centro |
| *Urtica dioica* | Urticacee | Ortica comune | *Artica, artiga* in alcune aree |
| *Urtica urens* | Urticacee | Ortica minore | *Artica, artiga* in alcune aree |
| *Ziziphus jujuba* | Rhamnaceae | Giuggiolo | *Zinzuli* in alcune aree |