REGIONE DEL VENETO

VENETO AGRICOLTURA
Azienda Regionale per i settori Agricolo, Forestale e Agro-Alimentare

IL GIARDINO FITOALIMURGICO PER LA VALORIZZAZIONE DELLE PIANTE SPONTANEE

"Ecco, io vi dò ogni pianta che fa seme, su tutta la superficie della terra e ogni albero fruttifero, che fa seme: questi vi serviranno per cibo. E a tutti gli animali della terra e a tutti gli uccelli del cielo e a tutto ciò che sulla terra si muove, e che ha in sé anima vivente, lo do l'erba verde per cibo". E così fu.

(Genesi 1, 29-30)

"Quando sia passato tutto gennaio, spunteranno le erbe e gli uomini si aiuteranno"

(Angelo Beolco, detto Ruzzante, "Dialogo facetissimo" scena prima).

Introduzione

Un tempo era normale utilizzare le piante spontanee, anzi le erbe dei campi erano una componente integrante e insostituibile per il sostentamento delle popolazioni, in particolare di quelle rurali.
Oggi, fortunatamente, non assistiamo più nel nostro Paese a problemi di fame, però non si è persa la tradizione di andare per erbe nei campi. L'impiego delle piante spontanee in cucina è da sempre ben radicato nella nostra regione, anche se in molti casi detto impiego e relativi saperi sono ad appannaggio unicamente delle persone più anziane. La valorizzazione della flora spontanea e dei suoi usi in cucina rappresenta una vera e propria operazione di salvaguardia della biodiversità intesa nella sua accezione più ampia; la biodiversità infatti non è data solo dal numero di specie presenti in una zona, ma comprende anche i modi con cui le piante si coltivano e si utilizzano in cucina, i modi con cui vengono chiamate, le innumerevoli storie che hanno accompagnato il percorso parallelo di uomo e piante. Dice infatti Breda (2001): "*Quando assieme alle piante avremo conservato anche i saperi, la memoria, le parole, l'affetto ad esse legato, e saremo capaci di comunicarlo alle generazioni future, allora potremo dire di aver salvato davvero tutta la biodiversità*".
Non a caso è crescente l'interesse per l'etnobotanica: salvando questi "saperi" si salva anche l'identità culturale delle popolazioni.
Non si può in sostanza conservare la biodiversità senza conservare i "saperi" con i quali è nata. Il progresso tecnologico, del resto, ha determinato, oltre all'erosione genetica, anche l'erosione della diversità culturale: nelle campagne restano ormai pochi anziani depositari di antiche tecniche colturali, di tradizioni, di rituali, ecc., retaggio prezioso di secoli di esperienza e di civiltà rurale.
L'utilizzo alimentare delle piante spontanee è stato

Picris echioides

Sonchus oleraceus

definito **fitoalimurgia**. Il termine "alimurgia" è stato coniato da Giovanni Targioni-Tozzetti nel 1767 per indicare lo studio delle soluzioni da ricercare in caso di urgenza alimentare (*alimenta urgentia* = alimurgia)": l'alimurgia è quindi "la disciplina che si occupa di ricercare quanto può essere utile nel caso di necessità alimentare".
Questo termine è stato riproposto più recentemente da Oreste Mattirolo nel 1918, con l'aggiunta del prefisso "fito" che rende il termine più preciso e ne definisce meglio il campo di interesse. Il termine in ogni caso al momento non è riportato nei dizionari della lingua italiana.
Chi conosce le erbe spontanee le considera una risorsa perché arricchiscono la tavola di nuovi sapori, forti, amarissimi o delicati, talvolta sconosciuti nella cucina tradizionale. Queste piante danno al palato sensazioni rustiche, arcaiche, grezze, non raffinate, dimenticate dalla selezione operata dall'uomo che ha privilegiato altri aspetti (la resa, la qualità, ...), appiattito le caratteristiche organolettiche dei cibi e addomesticato i gusti.
La riproposizione di questo sapere è un'operazione culturale complessa in quanto coinvolge molte competenze e richiede la collaborazione di agronomi, botanici, studiosi delle tradizioni, dei dialetti, storici, e soprattutto richiede l'aiuto delle persone anziane depositarie di tutto questo complesso di saperi che deve essere organizzato e riproposto alle nuove generazioni ormai inserite in un mondo globalizzato e omologato. Del resto il consumatore attento vuol trovare nel piatto, oltre al cibo, anche un ricordo, un'emozione, un pezzo di storia e, probabilmente, è portato ad attribuire più valore a questi aspetti che non al cibo stesso.
È la primavera il mese delle erbe spontanee. Verso la fine di febbraio con l'allungarsi delle giornate, col diradarsi delle gelate notturne la natura inizia il suo risveglio e lungo le rive riparate delle rogge,

dei canali, lungo i muri, ai piedi delle viti allineate e potate per la nuova stagione spuntano i primi fiori e le prime tenerissime erbe: in primavera ogni erba è buona. Poi ad aprile il trionfo si completa e l'uomo è attirato verso le erbe dei campi che inconsciamente considera utili; recita un vecchio adagio delle nostre campagne: "il corpo in primavera ha bisogno di pulirsi e il sangue di purificarsi: niente di meglio delle erbe cotte". È saggezza contadina!
Certo i tempi sono cambiati, non si tratta più di ricercare risorse alimentari per sfuggire alla carestia ma di riscoprire antichi usi, piatti dimenticati, genuini. Dall'alimurgia si passa quindi inevitabilmente alla gastronomia. Il recupero dell'uso culinario deve quindi procedere assieme al recupero della memoria, della storia, delle parole, delle tradizioni, ciò crea un notevolissimo valore aggiunto a tutta l'operazione che molti ristoratori hanno già compreso.
Per esempio, gustare una frittata di bruscandoli o un risotto di carletti è certamente piacevole, ma diventa ancor più attraente se si abbina il ricordo di alcune vecchie tradizioni che si eseguivano in campagna proprio all'avvio della stagione di raccolta.

Un tempo, a fine anni cinquanta, nel bassanese il 31 di marzo i ragazzini con lunghe catene di barattoli legati tra di loro e attaccate alla bicicletta o trainate a mano percorrevano le strade del paese facendo un fracasso del demonio e cantando a squarciagola "*Batti batti marzo che aprile arriverà, non sta morir cavallo che l'erba crescerà*". È una usanza ormai perduta ma di cui parla Mario Rigoni Stern nel suo libro "Storia di Tonle" anche se anticipata di un mese.
Ecco cosa racconta Rigoni Stern: "*Nelle ultime tre sere di febbraio come voleva la tradizione, i ragazzi uscirono a chiamare la primavera con i campani: anche loro ormai stanchi di neve, delle sere lunghe, del chiuso e come gli uccelli e i caprioli aspettavano le giornate lunghe con il sole alto e l'erba verde. I vecchi guardando la cenere accumulata sul focolare e la poca legna nel deposito, dicevano "Anche questo inverno è passato" e dopo il tramonto uscivano all'aperto per guardare i falò sui culmini del Moor e dello Spilleche: erano i fuochi che bruciavano l'inverno e indicavano il nord agli uccelli migratori. Ascoltavano con gioia i ragazzi che correvano scalzi per i prati ancora coperti dalla neve e che cantavano per le stradette del paese: "Suona suona marzo/ via la neve/ tutti i fienili sono vuoti/ Quando il cuculo canta/ fiorisce il bosco/ chi vive a lungo/ muore vecchio".*

Ranunculus ficaria

Sambucus nigra

È un rito propiziatorio di origine antichissima. Anche nel libro "La luna ed il falò" di Cesare Pavese si parla di fuochi, dei falò rituali accesi dai contadini verso la luna per svegliare la terra dopo il freddo dell'inverno. Riti leggermente diversi ma dallo stesso significato, riti ancestrali, tipici della gente che vive della terra e che regola la propria vita sull'alternarsi delle stagioni. I giovani di oggi si mettono a ridere ascoltando questi racconti che per loro sembrano da medioevo, del resto non possono capire l'ansia dell'attesa della primavera, quando la dispensa, il fieno, la legna stanno per finire ma da sempre miracolosamente la natura amica fa germogliare dal terreno a fine inverno le prime erbe.

In questo contesto, su proposta del Dipartimento di Agronomia Ambientale e Produzioni Vegetali (DAAPV) dell'Università di Padova e dell'Istituto di Biologia Agroambientale e Forestale del CNR (CNR-IBAF), la Regione Veneto ha finanziato il progetto di allestire tre giardini fitoalimurgici dove raccogliere gran parte delle piante alimurgiche usate in regione; il progetto prevede anche la raccolta e l'organizzazione dei saperi collegati a dette piante (tradizioni, ricette…) da eseguire in gran parte con un approccio etnologico.

1. Individuazione delle specie

Le specie alimurgiche considerate nel presente lavoro sono presenti normalmente nella pianura del Veneto centrale, comprendente parte delle province di Padova, Vicenza, Rovigo e Verona.

L'elenco è stato redatto sulla base delle conoscenze personali, sia della flora che degli usi alimentari, nonché su indicazioni reperite su testi specifici. Ovviamente non si tratta di un elenco esaustivo, ma unicamente di una selezione ragionata.

Per facilitare la raccolta del materiale da collocare nel Giardino Fitoalimurgico (GF) si è focalizzata la scelta su specie note e frequenti negli incolti, nelle aree semi-naturali (argini, etc.), nei campi e nei prati delle nostre zone. Per quanto possibile, si è cercato di individuare specie con periodi di raccolta diversificati per disporre di queste risorse in un ampio arco di tempo.

Secondo la classificazione proposta dall'ecologo danese Raunkiaer (1905) e adattata da Montegut (1982 e 1984), le piante vengono divise in "gruppi biologici" sulla base della modalità con cui superano il momento sfavorevole dell'annata, seme o gemma, e in questo secondo caso sulla base della posizione delle gemme rispetto alla superficie del terreno. Le piante che superano il momento sfavorevole allo stadio di seme vengono definite terofite (Th): esse sono quindi specie annuali a riproduzione sessuata con il seme come unica strategia di sopravvivenza (es. portulaca, amaranto). Le piante che si propagano, oltre che per seme, anche per gemme poste in prossimità della superficie del terreno sono definite emicriptofite (Hr): queste sono piante erbacee pluriennali (es. piantaggine, silene bianca). Le geofite (G), invece, sono piante erbacee perenni la cui persistenza nei periodi avversi è garantita, oltre che dai semi, anche da organi di riserva/propagazione sotterranei più approfonditi nel terreno (es. topinambur, ortica). Altre piante perenni, che presentano gemme che superano la stagione avversa al di sopra del suolo sono definite camefite (Ch). Le camefite con gemme portate da strutture poco lignificate e a un'altezza inferiore ai 50 cm sono dette camefite erbacee

Campanula rapunculus

(Chh), se invece le gemme sono portate da strutture più lignificate e poste a un'altezza superiore ai 50 cm sono definite camefite legnose (Chl). Le piante legnose a crescita basitona (cespugli) sono dette nanofanerofite (es. sambuco), mentre quelle a crescita acrotona (alberi) sono dette fanerofite (es. robinia e olmo). I suffissi accanto al gruppo biologico precisano il tipo di organo di moltiplicazione vegetativa: dr=gemma radicale; rh=rizoma; s=stolone; t=tubero. Le piante biennali rappresentano un gruppo di passaggio tra le terofite e le emicriptofite e sono indicate come H2.
La conoscenza del gruppo biologico è di estrema importanza poiché fornisce indicazioni per il corretto reperimento del materiale d'impianto e di raccolta delle parti eduli, nonché per la gestione agronomica del GF.

Le specie considerate (all'inizio della realizzazione del GF) sono risultate 29 di cui 6 terofite, 10 emicriptofite, 6 geofite, 3 camefite, 1 nanofanerofita e 3 fanerofite (tab. 1).

Bellis perennis

Tabella 1 – Note generali sulle piante spontanee da usare in cucina

Nome latino	Famiglia	Nome volgare	Gruppo biologico	Ambiente	Altezza (cm)	Per impianto o semina	
						Materiale	Mese di raccolta
Achillea millefolium	Asteraceae	Achillea	G-rh	prato	30-80	achenio/rizoma	VIII-IX / XI-III
Amaranthus retroflexus	Amaranthaceae	Amaranto	Th	terreno lavorato	40-100	seme	VIII-X
Asparagus officinalis	Liliaceae	Asparago	G-rh	prato	40-150	rizoma	XI-XII
Bellis perennis	Asteraceae	Pratolina	Hr-st	prato	10	stolone	X-XI
Chenopodium album	Chenopodiaceae	Farinello	Th	terreno lavorato	100-200	seme	IX-XI
Cichorium intybus	Asteraceae	Radicchio matto	H2	prato, incolto	20-120	achenio/fittone	IX-XI / XI-III
Diplotaxis tenuifolia	Brassicaceae	Ruchetta	Chh	incolto	20-50	seme	VII-XII
Glechoma hederacea	Lamiaceae	Edera terrestre	Chh	sottosiepe, prato	10-30	fusti orizzontali radicanti	IX-III
Helianthus tuberosus	Asteraceae	Topinambur	G-t	incolto	100-200	tuberi	X-III
Humulus lupulus	Cannabaceae	Luppolo	Ch-rh	sottosiepe	100-300 lianosa	rizoma	IX-XI
Malva sylvestris	Malvaceae	Malva	H2	prato, incolto	30-50	seme	X-XI
Medicago sativa	Fabaceae	Erba medica	Hr	prato	30-50	seme	VII-X
Morus alba	Moraceae	Gelso	Ph	siepe	400-800	giovane pianta	XI-III
Papaver rhoeas	Papaveraceae	Rosolaccio	Th	terreno lavorato	20-60	seme	VI-VII
Physalis alkekengi	Solanaceae	Alkekengi	G-rh	sottosiepe	30-70	seme/rizoma	X-XI / XI-III
Phytolacca americana	Phytolaccaceae	Fitolacca	Hr-t	sottosiepe, incolto	100-300	seme/radici tuberose	X-XI / II-III
Plantago lanceolata	Plantaginaceae	Piantaggine	Hr	prato, incolto	20-50	seme	VIII-XI
Plantago major	Plantaginaceae	Piantaggine	Hr	prato, incolto	5-30	seme	VIII-XI
Portulaca oleracea	Portulacaceae	Portulaca	Th	terreno lavorato, incolto	10-40	seme	VIII-X
Robinia pseudoacacia	Fabaceae	Robinia	Ph	siepe	200-800	polloni radicali	XI-III
Sambucus nigra	Caprifoliaceae	Sambuco	Nph	siepe	100-400	giovani piante	XI-II
Silene alba	Caryophillaceae	Silene bianca	Hr	prato	30-60	seme	VII-XI
Silene vulgaris	Caryophillaceae	Carletti	G-t	prato	10-60	seme	VI-IX
Sonchus oleraceus	Asteraceae	Sonco	Th	terreno lavorato	20-100	achenio	VI-XI
Stellaria media	Caryophillaceae	Centocchio	Th	ubiquitaria	10-40	seme	VI-XII
Taraxacum officinale	Asteraceae	Tarassaco	Hr-dr	prato	15-40	achenio/fittone	V-VI / II-XII
Ulmus minor	Ulmaceae	Olmo	Ph	siepe	200-1500	giovani piante	XI-III
Urtica dioica	Urticaceae	Ortica	G-rh	sottosiepe, incolto	30-120	seme/rizoma	VII-XII / IX-XI
Viola odorata	Violaceae	Viola mammola	Hr-st	sottosiepe	5-10	seme/stoloni	V-VI / III-XII

Le diverse specie selezionate sono state poi suddivise sulla base di: 1) periodo di raccolta, 2) porzione della pianta utilizzata e 3) impiego in cucina (tab. 2).

Tabella 2 – Piante spontanee da usare in cucina

Nome latino	Quando raccogliere	Parti eduli	Utilizzo
Achillea millefolium	I-XII	foglie	minestre, insalate
*Amaranthus retroflexus**	V-VII	pianta intera fino ad un'altezza di 20 cm, poi solo foglie	lessata, ripieni per ravioli, minestre, farina per tutti gli usi
Asparagus officinalis	IV	giovani getti	lessati, risotti, frittate, ripieni vari
Bellis perennis	II-IV	rosetta basale-fiori	misticanza
*Chenopodium album**	V-VIII	pianta intera fino ad un'altezza di 20 cm, poi apice e foglie, semi	lessata, ripieni per ravioli, minestre, farina per tutti gli usi
Cichorium intybus	IV-VI	rosetta basale prima della fioritura	misticanze con altre erbe più delicate, minestre
	X	radice	tostata forniscono un surrogato del caffè
*Diplotaxis tenuifolia**	I-XII	foglie	misticanza
Glechoma hederacea	II-VI	foglie tenere	minestre, frittate
Helianthus tuberosus	X-XI	tuberi	crudi, lessati
Humulus lupulus	IV	germogli	lessati, risotti, frittate
Malva sylvestris	IV-VII	foglie, giovani germogli, fiori	misticanze, lessata, minestre, ripieni vari; i germogli fritti, i fiori danno un tocco di colore alle insalate
Medicago sativa	IV	giovani foglie	misticanze, zuppe
	VIII-X	semi	fatti germogliare in insalate
Morus alba	VI-VI	frutti	crudi direttamente dall'albero
*Papaver rhoeas**	II-IV	rosetta basale prima della fioritura	le foglie precoci crude, poi lessate, risotti, minestre, frittate, ripieni vari
Physalis alkekengi	VIII-IX	bacca	insalate, pasticceria
Phytolacca americana	IV-V	polloni, foglie	lessati
Plantago lanceolata	I-XII	foglie	misticanze, minestre, lessate
	VI-X	giovani infiorescenze	zuppe
Plantago major	I-XII	foglie	misticanze, minestre, lessate
	VI-X	giovani infiorescenze	zuppe
*Portulaca oleracea**	V-IX	parte aerea (prima della fioritura) poi solo le foglioline	misticanze, lessata, impanata e fritta, sottaceto
Robinia pseudoacacia	V	fiori	fritti dolci o salati; ottima pianta mellifera
*Sambucus nigra**	IV-V	ombrelle floreali ancora chiuse	fritte, frittate; i fiori macerati nell'aceto forniscono un condimento aromatico
	VII-VIII	bacche	marmellate
Silene alba	II-V	rosetta basale	lessata insieme ad altre erbe, zuppe, frittate, ripieni vari
Silene vulgaris	II-VII; IX-X	giovani getti o foglie apicali	misticanze, frittate, risotti, minestre
Sonchus oleraceus	III-V	rosetta basale	misticanze, frittate, risotti, minestre, ripieni
	IX-XII	radice	lessata o cruda
*Stellaria media**	I-IV; IX-XII	parti aeree prima della fioritura	misticanze, frittate, minestre
Taraxacum officinale	II-IV	rosetta basale prima della fioritura	misticanze, lessata, frittate, minestre
	IV-V	boccioli	sott'aceto come i capperi
Ulmus campestris	II-III	frutti immaturi (samare) e, subito dopo, le giovani foglioline	misticanze, le foglie possono essere essiccate e usate polverizzate nelle minestre
Urtica dioica	II-V	germogli	risotti, minestre, frittate, ripieni vari
Viola odorata	II-IV	fiori	misticanze; come aromatizzante di vini, liquori, marmellate

** specie per le quali l'utilizzo richiede alcune avvertenze*

2. Impianto del giardino fitoalimurgico

2.1 Dove seminare o trapiantare o piantumare

Si deve predisporre un terreno pulito e ben preparato già a fine estate. Il terreno, oltre a essere poco infestato, deve avere anche un buon drenaggio in modo da evitare i ristagni che potrebbero favorire le infezioni fungine e anche portare alla morte le piante. Il GF deve essere possibilmente sistemato in un luogo lontano da strade trafficate e da qualsiasi altra sorgente di inquinamento. Può essere utile creare delle barriere di protezione (siepi) contro le polveri e la eventuale deriva da fitofarmaci.

2.2 Sistemazione spaziale delle piante

La disposizione spaziale delle specie deve essere operata sulla base delle rispettive esigenze ecofisiologiche (in termini di ombreggiamento, di competizione, etc.) cercando di ricreare l'habitat dove in natura queste specie vivono (terreno lavorato, prato, incolto, sottosiepe, siepe, etc.). Si dovrà inoltre tenere conto dell'altezza delle diverse specie.
Dapprima si deve scegliere dove collocare la siepe, preferibilmente su un lato dell'appezzamento. Per creare ambienti differenziati, in modo che ogni specie possa trovare l'habitat ottimale, gli orientamenti preferibili della siepe sono nord-ovest/sud-est o nord-est/sud-ovest.

Amaranthus retroflexus

Crepis vesicaria

La siepe sarà costituita sia da alberi (es. robinia, gelso) che da arbusti alimurgici (sambuco). Qualora si abbia a disposizione una superficie ampia, potranno essere inseriti anche alberi o arbusti non alimurgici di "accompagnamento" (es. pioppo, salice, ontano nero, evonimo, frangola), che oltre a rendere la siepe più naturale, possano servire per dare sostegno alle specie lianose, per creare le condizioni di ombreggiamento e umidità tipiche delle siepi della bassa pianura e anche per migliorare la forma degli alberi e quindi facilitare le potature (Van Leberghe e Balleux, 2001).
Una volta creata la siepe, si procede all'inserimento delle altre specie seguendo un gradiente sulla base delle esigenze di luce: le specie più sciafile (es. luppolo, viola, alkekengi) vanno posizionate ai piedi della siepe, e quelle più eliofile (es. amaranto, portulaca, papavero) vanno poste al lato opposto di essa.
Disponendo di acque pulite, è possibile ricreare uno stagno dove confinare le piante adatte ai terreni umidi.
Si devono realizzare delle aiuole di dimensioni diverse per ciascuna specie, o gruppo di specie, in quanto più o meno abbondanti sono le loro produzioni e variabile il loro consumo in cucina. Saranno presenti delle ampie aree per le specie da incolto (es. piantaggini, crepidi, radicchio matto) e da prato (es. tarassaco, silene, achillea), la cui forma può essere assai varia in quanto la raccolta delle essenze può avvenire anche calpestando l'aiuola. Per le altre specie, le aiuole, anche se talora possono essere estese, dovranno avere una larghezza (circa 90 cm) tale da permettere di raccogliere il materiale edule direttamente dai vialetti seminati con *Festuca arundinacea*. Questi, oltre a delimitare le aiuole, hanno anche la funzione di permettere l'accesso al GF anche in occasione di terreno bagnato e di contrastare la tendenza delle specie

a diffondersi all'esterno delle rispettive aiuole. I vialetti devono avere la stessa larghezza, o un suo multiplo, del tosaerba disponibile in azienda in modo da facilitare le operazioni di taglio.
La siepe dovrà avere una lunghezza minima di circa 20 m. Complessivamente la superficie del GF potrebbe essere di circa 500 mq.
Nella progettazione andrebbe prevista anche una piccola area da destinare a "impianti imprevisti", cioè alla semina o al trapianto di specie di cui si è venuti a conoscenza e le cui caratteristiche culinarie incuriosiscono. Il giardino, quindi, diventerebbe un'entità in continua evoluzione.

2.3 Cosa raccogliere per l'impianto

Si possono raccogliere, a seconda dei casi, semi, talee, rizomi o altri organi di propagazione vegetativa o, addirittura, giovani piante (tab. 1). Per quanto possibile il materiale va reperito localmente.
Per le specie annuali (es. papavero, amaranto) si deve raccogliere in zona il seme maturo da piante in buono stato sanitario. La disseminazione di parte di queste piante all'interno delle aiuole di coltivazione riproporrà la germinazione e la presenza per gli anni futuri.
Per le piante emicriptofite o geofite si può partire sia dal seme che da parti vegetative sotterranee.

2.4 Quando seminare o trapiantare o piantumare

L'epoca di semina è la fine estate per le specie che hanno un ciclo vegetativo autunno-primaverile e che disseminano in primavera (es. tarassaco, viola, papavero), e la fine dell'autunno per le specie che disseminano a fine estate (es. amaranto, farinello, portulaca, sonco), in modo che, una volta superata la dormienza innata dei semi, le emergenze si realizzino prontamente nella primavera successiva.
Per il trapianto l'epoca più indicata è l'autunno, quando le strutture di propagazione vegetativa hanno il massimo delle sostanze di riserva.
Le specie legnose possono venir trapiantate sia in autunno che alla fine dell'inverno, ma l'autunno è comunque preferibile in quanto alla ripresa vegetativa le piante risulteranno meglio affrancate.

Silene vulgaris e S. alba

Plantago coronopus

3. Gestione del GF

La gestione agronomica dovrà essere ridotta al minimo, sia per limitare i costi sia per simulare l'intensità e la frequenza dei disturbi che si verificano negli habitat originari.
L'incolto e le aiuole delle specie erbacee pluriennali e perenni (es. topinambur, asparago, fitolacca), verranno sfalciati all'inizio dell'inverno, asportando la vegetazione, in modo da mantenere ordinato il giardino e al contempo controllare lo sviluppo di alcune specie esuberanti (soprattutto il topinanbur).
Il prato che ospita numerose specie alimurgiche dovrà essere sfalciato 2-3 volte l'anno avendo cura di asportarne i residui.
Le aiuole che ospitano le specie annuali dovranno essere lavorate una volta all'anno, in estate nel caso di specie a ciclo autunno-primaverile (es. papavero), e in autunno per quelle a ciclo primaverile-estivo (es. amaranto, portulaca). Alla vangatura o fresatura dovranno seguire le comuni operazioni di affinamento del letto di semina.
La siepe dovrà essere ripulita (in autunno-inverno) dalla vegetazione infestante e dalle parti disseccate e potata preferendo sistemi di manutenzione simili a quelli della zona. Per esempio la potatura, negli alberi a legno dolce, dovrà prevedere preferibilmente la capitozzatura. Sempre relativamente alla potatura, questa va eseguita a turni per garantire la continua presenza di piante produttive.
I vialetti di festuca dovranno essere sfalciati frequentemente lasciando in loco la vegetazione asportata.

La concimazione, qualora venisse ritenuta necessaria, dovrà essere moderata.
L'irrigazione sarà apportata solo in caso di prolungata siccità in particolare per stimolare la germinazione dei semi delle piante annuali tipiche degli habitat disturbati.
Probabilmente sarà necessario contenere anche la diffusione di malerbe o altre infestanti invadenti. In questi casi si interverrà asportando manualmente dette piante.
Il controllo degli insetti (es. afidi, bruco americano) avverrà solo nel caso di infestazione, intervenendo con il taglio e la bruciatura delle parti attaccate o con altro metodo di controllo a basso impatto (es. piretro, *Bacillus thuringiensis*).
La perpetuazione delle specie erbacee che ricacciano vigorosamente e che si riproducono sia per semi sia per via vegetativa (es. ortica, tarassaco, silene) non richiede un particolare impegno da parte dei gestori del GF. Nel caso delle specie annuali e biennali, invece, si dovrà prevedere un'area all'interno dell'aiuola destinata alla raccolta del seme. Questo dovrà essere raccolto, a maturità e se ritenuto necessario, utilizzato anche per semine scalari.

4. Quando raccogliere per il consumo

Nella tabella 2 è riportato il periodo di raccolta. Bisogna considerare che, per quanto riguarda i vegetali da consumare freschi unicamente con una pulitura e un accurato lavaggio, i criteri di scelta sono dati dal "gusto" e dalla "tenacità" della lamina fogliare (Marco *et al.*, 1998): ecco il motivo per cui le verdure vanno raccolte a uno stadio precoce. Per le verdure sottoposte a cottura, invece, lo stadio di raccolta potrà essere anche più tardivo, pur osservando opportune avvertenze.

Achillea millefolium

5. Avvertenze per la raccolta e il consumo

Alcune specie, allevate in terreni particolarmente ricchi in azoto o concimati abbondantemente, possono accumulare quantitativi di nitrati tali da risultare potenzialmente dannosi alla salute umana (Bianco *et al.*, 1998; Santamaria, 2006): mentre nel caso della ruchetta questo costituisce oggettivamente un problema poiché viene consumata fresca, nel caso di papavero e amaranto questa controindicazione viene disattesa perché la maggior parte dei nitrati passa nell'acqua durante la cottura (Mziray *et al.*, 2001).
Questo problema potrebbe verificarsi con maggiore probabilità nel GF nei primi 1-2 anni dall'impianto in forza della eventuale elevata fertilità residua.
Specie quali portulaca, centocchio, farinello e amaranto presentano talora livelli importanti di ossalati che, se consumati in eccesso, sono controindicati nei casi di calcolosi (Bianco *et al.*, 1998). Va precisato però che spesso queste piante sono solo una componente delle misticanze (es. portulaca e centocchio) cosicché i quantitativi che vengono assunti non sono mai elevati; d'altro canto, come per i nitrati, la bollitura ne riduce drasticamente i contenuti (Chai e Liebman, 2005, Rosati, 2005a e b).
Attenzione deve essere posta anche nel consumo della marmellata di sambuco, poiché ha un certo effetto lassativo (Vitalba *et al.*, 2005).

6. Analisi

Presso i laboratori del DAAPV su *Amaranthus retroflexus, Chenopodium album, Portulaca oleracea* e *Plantago coronopus* sono state eseguite analisi chimiche per la determinazione del contenuto di nitrati. I risultati ottenuti indicano che l'amaranto può essere annoverato tra le specie ad alto, il farinello e la portulaca tra quelle a medio e il coronopo tra quelle a basso contenuto di nitrati (Santamaria, 2006) con, rispettivamente, 1.500, 720, 920 e 230 mg per kg di prodotto fresco. A sostegno di quanto riportato al paragrafo 5, relativamente alla riduzione della quantità di nitrati presente nei tessuti dopo la bollitura, su amaranto e farinello sono state condotte della analisi anche dopo cottura. In effetti, dopo la bollitura, i valori si sono ridotti di ben il 60,2 e il 67,4% rispettivamente.
Su *P. oleracea*, inoltre, sono state eseguite analisi su campioni di 100 g di portulaca spontanea (parti eduli) per la determinazione degli acidi grassi. I risultati hanno evidenziato un contenuto di acidi

omega-3 pari a 166,15 mg/100g e omega-6 pari a 55,57 mg/100g di prodotto edule, con un rapporto di 2,98, dimostrando così il buon valore nutraceutico di questa pianta.

Portulaca oleracea

7. Informatori

Il metodo di raccolta dei fitonimi dialettali è duplice: da una parte si è tenuto conto dei repertori tradizionali (vocabolari dialettali regionali o locali, opere specialistiche sull'argomento, sia antiche che recenti), che hanno fornito un lessico di base che ha fatto da sfondo alle ricerche; d'altra parte si è proceduto alla verifica diretta delle parole dialettali, attraverso interviste guidate a una decina di informatori che fossero rappresentativi dell'area del Veneto centrale (padovano-vicentino-polesano), con particolare riguardo alle zone collinari (Euganei e Berici), dove abbondano numerose specie che crescono spontanee in un ambiente a bassa antropizzazione.

Gli informatori, di età compresa tra i 55 e gli 83 anni, sono, nella maggioranza dei casi, conoscitori e raccoglitori delle erbe spontanee, ne conoscono i nomi dialettali e spesso anche le varianti dei paesi vicini e, in qualche caso, forniscono motivazioni o spiegazioni ai termini usati, che, pur discostandosi dalle etimologie dotte, sono interessanti perché rivelano come lo stretto rapporto uomo-ambiente stimoli le creazioni linguistiche popolari.

Molti degli intervistati, soprattutto le donne, sanno usare le erbe raccolte soprattutto in cucina e sono consapevoli che questo 'sapere tradizionale' andrebbe conservato e trasmesso a figli e nipoti e che in parte le conoscenze attuali si sono già drasticamente ridotte rispetto alle generazioni precedenti che facevano un uso molto maggiore di erbe spontanee, date le ristrettezze economiche delle famiglie e la necessità di sopravvivere con quello che l'ambiente poteva offrire.

Le interviste, riprese con telecamera, sono state condotte per lo più in luoghi aperti, a diretto contatto con le specie che l'informatore descrive e mostra nelle sue particolarità, evidenziando le varie parti di cui si compone la pianta, la forma delle foglie, i colori, la commestibilità e altri aspetti che si colgono solo a un'analisi '*in presentia*', come le contrapposizioni tra 'liscio e rugoso', 'liscio e peloso', 'molle e duro' ecc. Queste caratteristiche non sono, come si potrebbe pensare, soltanto esterne, dato che, una volta fatta la raccolta e mondata la verdura si procede alla scelta per la cottura di un insieme di specie (dial., on misto) in modo da ottenere una consistenza di un certo tipo, gradevole al palato: ad esempio, l'ortica, che è abbastanza ruvida, viene associata ad altre erbe che sono piuttosto morbide e una volta cotte sarebbero troppo molli; un altro aspetto messo in rilievo da quasi tutti gli intervistati è la foglia *capetà,* cioè 'seghettata', del tarassaco, particolare che diventa distintivo per il riconoscimento.

Il dialetto usato dai parlanti è di tipo veneto centrale con qualche tratto conservativo come la metafonia di *ó* che diventa *u*, in presenza di *i* finale: *i tanùni*, i *viśuni* per il più comune i *tanóni*, i *viśóni* o la presenza di dittonghi arcaici residuali di tipo veneziano: /*uò*/ in *ruòso(l)e* invece del più comune *ròso(l)e*, usato dall'informatrice di Agna che mantiene anche gli avverbi del padovano rustico: *chive* e *live* per 'qui' e 'lì'.

Alcune delle persone intervistate risentono tuttavia delle condizioni di non spontaneità per il fatto di trovarsi davanti alla telecamera e a intervistatori che vengono percepiti come italofoni, per questo anche il parlante dialettale fa uno sforzo di adeguamento al suo interlocutore generando un codice 'misto' italiano-dialetto, che si discosta dal parlato spontaneo.

Di prossima pubblicazione le schede monografiche delle specie alimurgiche con approfondimenti di carattere botanico, ecologico, storico, nutrizionale, etnografico.

Elenco degli informatori

Almerigo (Nanto VI) che purtroppo ci ha lasciati in giugno
Vittorino (Trecenta RO)
Camilla (Treponti PD)
Anna e Armando (Zovón di Vò PD)
Ines e Francesco (Piovene Rocchette VI)
Gabriella (Valle S. Giorgio PD)
Giovanni (Cereda di Cornedo VI)
Lorenzo (Castelnuovo PD)
Giancarlo (Teolo PD)
Lucia (Agna PD)
Bruno (Curtarolo PD)

La realizzazione del GF (fig. 1) situato presso l'Azienda Agraria Sperimentale dell'Università di Padova si è sviluppata nel corso del 2007–2008 a partire da un terreno precedentemente utilizzato per prove sperimentali. Le dimensioni sono di circa 900 mq suddivisi in parcelle con varie geometrie, in una gradevole distribuzione spaziale.
Il materiale per l'impianto (alberi, parti vegetative, semi) proviene da vari ambienti naturali e semi-naturali della zona, come da istruzioni presenti nel manuale.
Le 29 specie con le quali si è iniziata la realizzazione del giardino sono indicate nelle tabelle 1 e 2, unitamente a varie caratteristiche biologiche, ecologiche e di utilizzo. Per alcune di esse (*Asparagus officinalis, Physalis alkekengi, Campanula rapunculus*), data l'esiguità del materiale raccolto, si è procedu-

Urtica dioica

Tabella 3 – Note generali sulle piante spontanee da usare in cucina (nuovi impianti)

Nome latino	Nome volgare	Famiglia	Gruppo biologico	Ambiente	Altezza (cm)	Per impianto o semina	
						Materiale	Mese di raccolta
Alliaria petiolata	Alliaria	Brassicaceae	H2	suoli ricchi di nitrati e sostanze organiche	80	seme	VI-VIII
Allium ampeloprasum	Porraccio	Liliaceae	G-b	incolti	100-130	bulbilli seme	V- VII / VII-II
Asparagus acutifolius	Asparago, Asparagina	Liliaceae	G-rh	macchie, siepi	80-150	seme rizoma	X-XII / XI-II
Calepina irregularis	Miagro rostellato	Brassicaceae	Th	incolti	20-40	seme	IV-VII
Campanula rapunculus	Raponzo, raperonzolo	Campanulaceae	H2	prati, vigneti, incolti	30-90	seme	VI
Capsella bursa-pastoris	Borsapastore	Brassicaceae	H2	incolti	30-40	seme	IV-VIII
Clematis vitalba	Clematide vitalba, Viorna, Piumosa	Ranunculaceae	Ph lianosa	boschi - siepi	200-1500	seme talee	X-XII / VI-VII
Crepis vesicaria	Radichiella vescicosa	Asteraceae	Th-H2	incolti, prati	80	seme	III-XII
Lactuca serriola	Lattuga selvatica, Lattona, Scarola, Erba bussola	Asteraceae	H2-Th	incolti, bordi delle vie	80-120	seme	VIII-IX
Nasturtium officinale	Crescione d'acqua	Brassicaceae	Hr	acque ferme e correnti, ambienti umidi	30-40	seme	VI-VIII
Picris hieracoides	Lattajola	Asteraceae	H2	siepi, prati, incolti	30-70	seme	VII-XI
Picris echioides	Raspraggine, Spraggine	Asteraceae	Th	siepi, prati, incolti	40-60	seme	VII-IX
Plantago coronopus	Barbatella, Barba di cappuccino, Coronopo, Erba saetta	Plantaginaceae	Hr	incolti aridi, prati salmastri	20-30	seme	VI-IX
Ranunculus ficaria	Ranuncolo favagello	Ranunculaceae	G-t/Hr	boschi - siepi	6-30	tuberi seme	III-VI
Rubus caesius	Rovo	Rosaceae	Nph	boschi - siepi	150-200	polloni	IX-II
Ruscus aculeatus	Pungitopo	Liliaceae	G-rh/Ch	boschi	40-60	seme divisione	VIII-IX / IX-III
Tamus communis	Tamaro, Cerasiola, Uva tamina, Vite nera, Viticella	Dioscoreaceae	G-dr	boschi-siepi	100-400	seme	VI-VII
Tragopogon porrifolius	Barba di becco violetta	Asteraceae	H2-Hr	prati, Incolti	60-120	seme	VI-VII
Tragopogon pratensis	Barba di becco	Asteraceae	Hr	prati, Incolti	40-80	seme	VI-IX

to all'esecuzione di alcune prove di germinazione in ambiente controllato per trovare le condizioni ottimali e ottenere quindi un numero sufficiente di esemplari da trapiantare. Coerentemente alla fine del paragrafo 2.2 "...*entità in continua evoluzione*...", il giardino si è arricchito di nuove specie: *Picris echioides (podagrassa), P. hieracioides, Crepis vesicaria, Capsella bursa-pastoris (scarsee), Lactuca serriola (salatona, lateso(l)o), Alliaria petiolata, Linum usitatissimum, Nasturtium officinale, Tragopogon pratensis (barba de beco), T. porrifolius (idem), Allium ampeloprasum, Ranunculus ficaria, Rubus caesius (russe), Plantago coronopus (sercion), Calepina irregularis (criveeti)*. Le specie presenti allo stato attuale, sono quindi 44 (tabb. 3-4). Nel prossimo autunno, conseguentemente alla crescita della siepe, si procederà al trapianto di alcuni esemplari di *Ruscus aculeatus (bruschi), Asparagus acutifolius (sparesine), Tamus communis (tani), Clematis vitalba (visoni).*

Tabella 4 – Piante spontanee da usare in cucina (nuovi impianti)

Nome latino	Quando raccogliere	Parti usate	Utilizzo
Alliaria petiolata	IIV-V	Foglie	Insaporire minestre
Allium ampeloprasum	III-IV / IX-XI	Bulbi / falso fusto	Crudi in insalata, cotti, sott"olio
Asparagus acutifolius	IV	Giovani getti	lessati, risotti, frittate, ripieni vari.
Calepina irregularis	III-V	Rosetta basale	Lessata
Campanula rapunculus	II-IV	Rosetta basale e radici	Insalate, minestre di verdure, lessata
Capsella bursa-pastoris	III-VI	Rosetta	Lessata, minestroni, zuppe
Clematis vitalba	III-IV	Giovani getti,	lessati, frittata
Crepis vesicaria	III-VIII	Foglie	Insalate, minestroni, zuppe
Lactuca serriola	III-V	Giovani foglie	Insalate, a volte lessata
Nasturtium officinale	III-V / IX-XI	Getti fogliari	insalata, misticanze, lessati, zuppe
Picris echioides	III-V	Rosetta	Lessata, ripieni, zuppe
Picris hieracioides	III-V	Rosetta	Lessata, ripieni, zuppe
Plantago coronopus	IV/X-XII	Rosetta basale / giovani infiorescenze	Insalata, frittate, ripieni, zuppe
Ranunculus ficaria	III-V	parti aeree prima della fioritura	Insalate, lessate
Rubus caesius	VI-VIII / III	Frutti / giovani polloni	Tal quali o in macedonia, sciroppi, gelatine, lessi come gli asparagi, pastellati e fritti, frittate
Ruscus aculeatus	III / IX-XI	Giovani getti / semi	Lessati, risotti, in frittate dopo essere sbollentati, tostati come surrogato del caffè
Tamus communis	III-V	Giovani getti	Insalate, lessati, sottolio, frittate
Tragopogon porrifolius	III-V	Giovani foglioline, boccioli fiorali	Scottata e condita con burro, torte salate
Tragopogon pratensis	III-V	Giovani foglioline, boccioli fiorali	Scottata e condita con burro, torte salate

GIARDINO di PO DI TRAMONTANA

IL GF è situato presso il Centro Sperimentale Ortofloricolo "Po di Tramontana" di Veneto Agricoltura.

La sua realizzazione si è concretizzata tra il 2007 e il 2008 anche qui da un terreno precedentemente utilizzato per prove sperimentali. La sua superficie è di circa mq 500 (fig. 2).

Le specie utilizzate provengono dagli stessi campioni di seme o parti vegetative del GF di Legnaro e sono approssimativamente le stesse (circa 29).

Nell'inverno 2007-2008 sono state eseguite dal personale del Centro prove di germinazione a partire da campioni di seme consegnati precedentemente per ottenere un numero sufficiente di specie ed esemplari da trapiantare.

Nell'inverno 2007-primavera 2008 sono stati eseguiti i trapianti sia di alcune specie erbacee che di alcune specie arboree (*Morus alba, Ulmus minor, Humulus lupulus, Helianthus tuberosus, etc.*).

Humulus lupulus

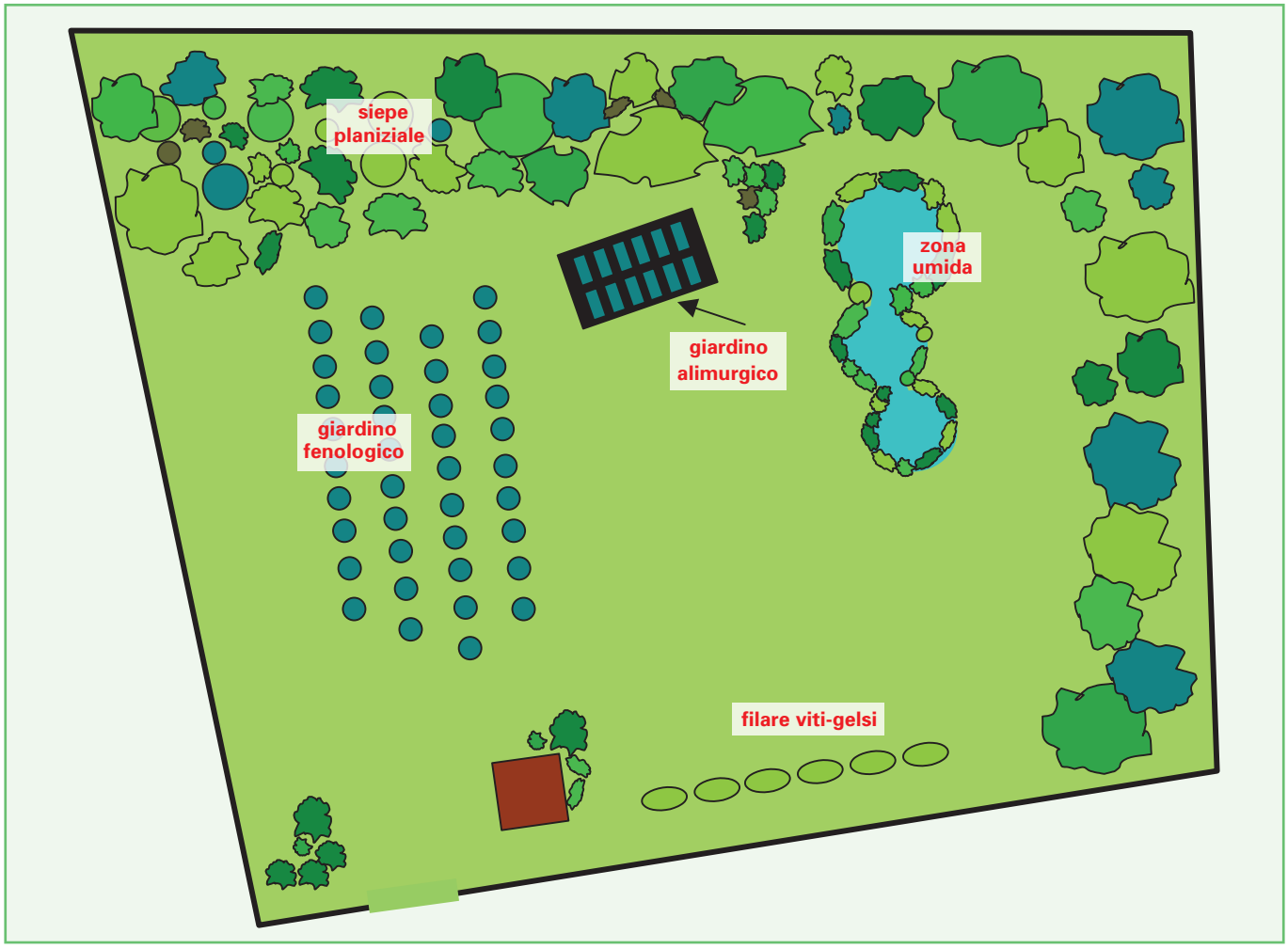
Figura 1 – Foto del giardino di Legnaro nella primavera 2008 con l'indicazione della localizzazione di alcune specie presenti

GIARDINO di TREVISO

Il GF è situato in Treviso, presso l'Orto Botanico e Conservativo "C. Spegazzini", nelle immediate vicinanze del Liceo Scientifico Statale "L. da Vinci". L'orto è gestito direttamente dall'Accademia Trevigiana per il Territorio.
La realizzazione è avvenuta nel corso dell'anno 2008. Il terreno su cui si è realizzato il GF era costituito da prato stabile composto da parecchie essenze fra cui alcune con possibile uso alimentare (es. carota selvatica, carletti, tarassaco, amaranto, rosolaccio, centocchio, menta, etc.). All'interno dell'Orto Botanico Conservativo, inoltre, sono presenti diversi "ambienti" fra cui un "giardino fenologico", una "siepe planiziale" e una "zona umida".
In questi ambienti è già possibile ritrovare specie della flora spontanea con caratteristiche alimurgiche. Alcuni esempi che si possono citare sono le piante di *Fragaria vesca* cresciute protette dagli alberi della "siepe planiziale", oppure alcuni *Prunus* dai frutti commestibili. Nel giardino fenologico si possono citare, fra le "piante alimurgiche", anche il sambuco (*Sambucus nigra*) o la robinia (*Robinia pseudoacacia*).
Il GF è stato costituito con geometrie molto semplificate e con un totale di 22 specie di cui 7 emicriptofite, 6 terofite, 4 geofite, 4 biennali e 1 camefita. Le specie utilizzate provengono dagli stessi campioni di semi o parti vegetative del GF di Legnaro tranne che per *Daucus carota*, trovata in abbondanza presso il prato dell'Orto Botanico e Conservativo.

Robinia pseudoacacia

Figura 2 – Schema generale dell'Orto Botanico e Conservativo "C. Spegazzini"



BIBLIOGRAFIA CITATA E CONSULTATA

AIS - Jaberg K. - Jud J., 1928-1940. *Sprach und Sachatlas Italiens und der Südschweiz*. I-VIII, Zofingen.

André J., 1985. *Les noms de plantes dans la Rome antique*. Paris.

Anguillara, *Semplici dell'Eccellentissimo M. Luigi Anguillara, nuovamente mandati in luce da Giovanni Marinello*. Vinegia, Valgrisi, 1561.

Bianco V.V., 2001. *Piante spontanee della flora albanese utilizzabili come ortaggi e piante da condimento*. INTERREG II Italia-Albania-Sottomisura 6.2. C.

Bianco V.V., Pimpini F., 1990. *Orticoltura*. Pàtron Editore. Bologna.

Bianco V.V., Santamaria P., Elia A., 1998. *Nutritional value and nitrate content in edible wild species used in southern Italy*. Acta Hort. 467: 71-87.

Breda N., 2001. *La biodiversità e la sua conservazione dal punto di vista antropologico*. Notiziario ERSA, 2, 19-23. Stampa Editoriale Ergon. Ronchi dei Legionari.

Burati E., 1982. *Il dialetto della Val D'Alpone*, Venezia.

Chai W., Liebman M., 2005. *Effect of different cooking methods on vegetable oxalate content*. J. Agric. Food Chem. 53, 3027-3030.

Cortelazzo M., 1999. *Itinerari dialettali Veneti*, Padova.

Dalla Fior G., 1974. *La nostra flora*, Trento.

Ditonno N., Lamusta S., 1997. *Sapori ed aromi da piante e frutti spontanei della Puglia peninsulare*. Edizioni Amici della "A. De Leo" Brindisi.

Gamacchio R.C., 2001. *Riconoscimento e uso delle Pianta Selvatiche*. Demetra.

Garland S., 1988. *Il giardino delle aromatiche*. Centro Botanico. Milano.

Genaust H., 1976. *Etymologisches Wörterbuch der botanischen Pflanzennamen*, Basel und Stuttgart.

Ineichen G., 1966. *El libro agregà de Serapiom*, Istituto per la Collaborazione Culturale, Venezia-Roma.

Maillet J., 1992. *Constitution et dynamique des communautes de mauvaises herbes des vignes de France et des rizieres de Camargue*. These, Université Montpellier.

Marco C., Molina J., Ubaud J., 1998. *Les salades sauvages*. 2ème Edition. Les ecologistes de l'Euzière.Domaine de Restinclières, Prades–le-Lez (Francia).

Marzell H., 1943-77. *Wörterbuch der deutschen Pflanzennamen*, Leipzig-Stuttgart-Wiesbaden.

Matthioli M. P. A., 1604. *Dei discorsi di Pedacio Dioscoride Anarzabeo della materia medicinale: In Venetia*, MDCIIII. Appresso Bartolomeo de gli Alberti.

Mattirolo O., 1918. *Phytoalimurgia pedemontana. Vincenzo Bona*. Torino.

Mattirolo, O., Gallino B., Pallavicini G., 2001. *Phytoalimurgia pedemontana. Come alimentarsi con le piante selvatiche*. Riproduzione anastatica di "Phytoalimurgia pedemontana" ossia "Censimento delle specie vegetali alimentari della flora spontanea del Piemonte" del 1918 di O. Mattirolo. Blu Edizioni, Peveragno.

Mazzetti A., 1987. *La flora dei Colli Euganei*, Padova, Editoriale Programma.

Montegut J., 1982. *Pérennes et vivaces*. SECN Aubervilliers, France.

Montegut J., 1984. *Casualité de la répartition des mauvaises herbes, espéces indicatrices du biotipe cultural*. Recherche Agron. en Suisse, 23 (1/2), 15-46.

Mziray R.S., Imungi J.K., Karuri E.G., 2001. *Nutrient and antinutrient in contents of raw and cooked Amaranthus hybridus*. Ecol. Food Nutr., 40, (1): 53-65.

Pamplona Roger J.D., 1999. *Piante che curano*. De Agostini.

Pedrotti G., Bertoldi V., 1930. *Nomi dialettali delle piante indigene del Trentino e della Ladinia Dolomitica*, Monauni Trento.

Pellegrini G.B., Zamboni A., 1982. *Flora popolare friulana*, Casamassima, Udine, Voll. 1-2

Penzig O., 1924. *Flora Popolare Italiana*, Genova.

Picchi G., Pieroni A., 2005. *Atlante dei prodotti tipici Le Erbe*. Insor – Istituto Nazionale di Sociologia Rurale. Rai Eri.- Agra Editrice.

Pignatti S., 1982. *Flora d'Italia*. Edagricole, Bologna.

Prati A., 1968. *Etimologie Venete*, Venezia-Roma, Istituto per la Collaborazione Culturale.

Raunkiaer C., 1905. *Types biologiques pour la géographie botanique*. Bull. Acad. R. Danemark.

REW – Meyer Lübke Walter, 1935. *Romanisches Etymologisches Wörterbuch*, Heidelberg.

Rigobello G., 1998. *Lessico dei dialetti del territorio veronese*, Verona.

Rolland E., 1896-1914. *Flore populaire ou histoire naturelle des plantes dans leurs rapports avec la linguistique et le folclore*, 11 Voll., Parigi.

Rosati A., 2005. *Le più note piante spontanee di stagione: l'olmo campestre* (*Ulmus campestris*). Vita in campagna, 3, 62-64.

Rosati A., 2005a. *Le più note piante spontanee di stagione: l'amaranto* (*Amaranthus retroflexus*). Vita in campagna, 5, 64-66.

Rosati A., 2005b. *Le più note piante spontanee di stagione: il chenopodio* (*Chenopodium album*). Vita in campagna, 6, 59-61.

Santamaria P., 2006. *Nitrate in vegetables: toxicity, content, intake and EC regulation*. Journal of the Science of Food and Agriculture.

Schroefl O., 1915. *Die Ausdrucke für den Mohn im Galloromanischen: eine onomasiologische Studie*. Graz.

Schurter H., 1921. *Die Ausdrucke fur den "Lowenzahn" im Galloromanischen*, Halle (Saale).

Sella A., 1992. *Flora popolare biellese*, Edizioni dell'Orso, Alessandria.

Targioni-Tozzetti G., 1767. *Alimurgia ossia modo di render meno gravi le carestie proposto per sollievo dei poveri*, ecc. Tom. I. Tip. Moucke, Firenze. Riportato da Mattirolo *et al.*, 2001.

Trumper J., Vigolo M. T., 1995. *Il Veneto Centrale - Problemi di classificazione dialettale e di fitonomia,* Padova.

Turolla O., 1993. *A t' t'i to tuti ti, a t' t'i to!*, Vocabolario della parlata arianese, Taglio di Po (Rovigo).

Tutin T. G., Heywood V. H. *et al.*, 1964. *Flora Europaea*, Cambridge University Press.

Uncini Manganelli R. E., Camangi F., Tomei P. E., 2002. *L'uso delle erbe nella tradizione rurale dell Toscana*. Voll. 1 – 2. Arsia – Uoc Progetti di sviluppo locale – Formazione tecnica.

Val Leogra – AA. VV., 1976. *Civiltà rurale di una valle veneta*. La Val Leogra, Vicenza.

Van Leberghe P., Balleux P., 2001. *L'imboschimento dei terreni agricoli*. Guida tecnica. Institut pour le Dèveloppement Forestier, Paris.

Vitalba L., Franch C., Di Piazza P., Rambaldi E., 2005. *Andar per erbe sui Colli Euganei*. SAPI s.p.a. Padova.

Zamboni A., 1976. *Categorie semantiche e categorie lessicali nella terminologia botanica*, in Aree lessicali, Atti del X Convegno per gli Studi Dialettali Italiani (CNR), Pisa Pacini, pp. 53-84.

Zampiva F., 1999. *Erbario Veneto*, Vicenza.

Zuin M.C., Zanin G.P., Zanin G., 2006. *Il giardino fitoalimurgico per la valorizzazione delle piante spontanee*. Agribusiness Paesaggio & Ambiente Vol. IX (2005) n.1, Marzo 2006, 75-82.

Ideazione:
Veneto Agricoltura
Azienda Regionale per i settori Agricolo, Forestale e Agro-Alimentare

Dipartimento di Agronomia Ambientale e Produzioni Vegetali (DAAPV) – Università di Padova

Istituto di Biologia Agroambientale e Forestale (IBAF) – Consiglio Nazionale Ricerche - CNR

Testi:
Giuseppe ZANIN (DAAPV)
Maria Clara ZUIN (IBAF)
Maria Teresa VIGOLO – Istituto di Scienze Tecnologia della Cognizione (ISTC) – CNR
Giampaolo ZANIN (DAAPV)

Revisione testi e coordinamento:
Michele GIANNINI – Veneto Agricoltura
Maria Clara ZUIN (IBAF)

Foto:
Maria Clara ZUIN (IBAF)

Pubblicazione edita da
Veneto Agricoltura
Azienda Regionale per i settori Agricolo, Forestale e Agro-Alimentare
Settore Centri Sperimentali
Viale dell'Università, 14 – 35020 Legnaro (Pd)
Tel. 049.8293711 – Fax 049.8293815
E-mail: info@venetoagricoltura.org
www.venetoagricoltura.org

Realizzazione editoriale:
Veneto Agricoltura
Azienda Regionale per i settori Agricolo, Forestale e Agro-Alimentare
Coordinamento Editoriale:
Alessandra Tadiotto, Isabella Lavezzo
Settore Divulgazione Tecnica e Formazione Professionale
Via Roma, 34 – 35020 Legnaro (Pd)
Tel. 049.8293920 – Fax 049.8293909
E-mail: divulgazione.formazione@venetoagricoltura.org

Finito di stampare nel mese di settembre 2008
presso Tipolito Moderna

Ringraziamenti
Gli autori desiderano ringraziare per la collaborazione nella realizzazione e manutenzione del Giardino Fitoalimurgico i Sigg. **Marisa Golo**, **Claudio Rigato**, **Pierina Tono**, **Roberto Degan** dell'Azienda Agraria Sperimentale dell'Università di Padova"Lucio Toniolo".

È consentita la riproduzione di testi, grafici tabelle, previa autorizzazione da parte di Veneto Agricoltura, citando gli estremi della pubblicazione.

ISBN 978-88-6337-014-0
9 788863 370140