

Carta d'identità

Oxalis pes-caprae L.

Famiglia: Oxalidaceae

Sinonimi: *Oxalis cernua* Thunb.
Bolboxalis cernua (Thunb.) Small

Etimologia: Il termine che indica il genere (e ampliato alla famiglia) si fa derivare dal greco *òxys*, acido e *sal*, sale, con evidente attinenza al sapore delle parti aeree della pianta. Il nome che indica la specie fa invece probabile riferimento alla forma delle foglie (per alcuni alla forma della radice) che assomiglierebbe allo zoccolo della capra.

Nomi comuni in Italiano: la specie è chiamata in italiano acetosella gialla o trifoglio giallo, ma molti sono i nomi dialettali, quasi tutti con riferimento al sapore acidulo o all'uso di succhiarne i gambi.

L'acetosella gialla

Questa piantina erbacea perenne dall'aspetto gentile è nota in realtà soprattutto per essere una delle peggiori infestanti delle coltivazioni e dei giardini, contro la quale è difficile trovare rimedio.

Originaria della regione del Capo, nell'Africa meridionale, è stata introdotta alla fine del Settecento o agli inizi del secolo successivo nelle nostre regioni insulari e in altre regioni mediterranee ed è oggi presente in tutta la parte centromeridionale del nostro Paese.

Invasiva di ampie zone della Sicilia e della Sardegna, occupa dal mare fino alla bassa collina campi coltivati o incolti e le aree litorali, che si ammantano di un bellissimo giallo in inverno e all'inizio della primavera. Più recentemente ha invaso ampie zone delle coste nordamericane e australiane, da sola o insieme ad altre specie esotiche.

La pianta ha un carnoso rizoma sotterraneo, con bulbilli che si moltiplicano annualmente in modo esorbitante e che consentono una rapida diffusione della specie. Le foglie bilobe tipiche delle acetoselle, lievemente pelose e screziate di scuro, sono portate in cima a piccoli lunghi una quindicina di centimetri. Il lungo scapo pendulo porta fiori imbutiformi con cinque petali di un bel colore giallo citrino, disposti in una sorta di ombrella. I frutti, probabilmente sterili, raramente arrivano a maturità.

La pianta può formare densi tappeti per terra, causando anche problemi al pascolo laddove gli animali se ne cibano in modo consistente, per via del suo alto contenuto di ossalati.

L'uso dell'acetosella gialla

Proprio questa caratteristica ne sconsiglierebbe l'uso medicinale e culinario, ma la pianta ha le sue (pur giovani) tradizioni in questi due campi, seguendo per affinità quelle più remote



Oxalis pes-caprae

delle acetoselle. Queste infatti (*Rumex* spp. e *Oxalis* spp.) sono state impiegate nell'alimentazione umana per rendere il sapore acidulo fin dalle antiche culture mediterranee. Sembra che Greci e Romani le usassero anche per favorire la digestione dopo gli eccessi alimentari.

Le foglie sono ritenute diuretiche e depurative, ma non mancano le segnalazioni di usi rinfrescanti o come astringenti, per combattere la febbre e per disinfettare le piccole ulcere del cavo orale. Per l'elevato contenuto di ossalati è ovviamente sconsigliato l'uso delle parti crude a coloro che soffrono di calcoli renali, gotta, reumatismi articolari o artrite. La lessatura fa tuttavia perdere gran parte degli ossalati. Negli usi più popolari si utilizzavano sulla pelle arrossata impacchi di questa erba, ma l'uso più frequente e immediato è quello di utilizzarne gli steli per togliere l'arsura durante escursioni o lavori in campagna.

Il caratteristico comportamento dei fiori e delle foglie di chiudersi e ripiegare al ridursi della luce solare indica ancora oggi ai contadini la possibilità di piogge imminenti.

In cucina

Come di altre acetoselle, si possono utilizzare con moderazione le foglie crude in aggiunta alle insalate primaverili. In questa specie si possono utilizzare anche i gambi, più consistenti che in altre. Per il loro sapore acidulo foglie e gambi possono anche costituire la base o entrare a far parte di salse di accompagnamento per carni lessate, pesci o uova. Utilizzate come sostituto del limone se ne possono ricavare anche buone limonate.

È tuttavia segnalato in più luoghi in Sicilia anche l'uso dei piccoli bulbi,

variamente chiamati a seconda dei luoghi, consumati dopo averli arrostiti sulla brace e privati delle tuniche esterne, conditi o meno con olio e limone.

L'utilizzo più frequente è tuttavia quello del gambo come gradevole snack, per ricavarci il succo, amaro e dolce allo stesso tempo; passatempo non solo dei ragazzi ma talvolta anche degli adulti che ne associano la funzione rinfrescante. Tale uso è segnalato per le popolazioni etnee, mentre non è escluso che in tempi di carestie alimentari non se ne sia fatto un uso alimentare più intenso.

Oltre all'uso dei fusticini è segnalato in Sardegna, sebbene raro, anche l'utilizzo dei rizomi nelle insalate [6]. Il consumo tradizionale della piantina è segnalato per l'Italia anche nel Salento.

Diverse sono le segnalazioni che riguardano questa specie anche in altre aree del Mediterraneo, dalla Spagna alla Turchia, tutte più o meno simili agli usi qui menzionati. A Cipro però la pianta entra in una preparazione tradizionale chiamata *spanakopites*, un prodotto da forno triangolare ripieno di spinaci e cipolle e condito con olio e limone.



Immagini gentilmente fornite da © Carmelo Rifici
www.librizziacolori.eu e www.floridiscilia.altervista.org