

Carta d'identità

Sisymbrium officinale(L) Scop.

Famiglia: Brassicaceae

Sinonimi: *Erysimum officinale* L.

Etimologia: Il termine del genere indicava presso i latini una pianta acquatica, e per Varrone il nome derivava da *Sisymbra*, figura mitologica femminile. Il termine usato per il genere del sinonimo fa invece riferimento al greco, *eruo* e *oimos*, con significato di salvo il canto, per via della virtù terapeutica della pianta. Il termine *officinale* fa ovvio riferimento all'ampio uso a scopo terapeutico.

Nomi comuni in Italiano: La pianta è comunemente individuata come erba cornacchia, erisimo o sisimbrio o erba odorosa, ma è pianta dai molti nomi locali e dialettali.

L'erisimo

Pianta erbacea tomentosa, comune in Italia dal Nord al Sud, dal piano fino alla bassa montagna, nei luoghi incolti, nei ruderi e ai margini delle strade.



Di altezza variabile, fino anche agli ottanta centimetri, ha radice fittonante e fusto eretto e decisamente ramificato, con rami disposti sui fusti ad angolo retto.

Ha foglie pennatosette, lirate in modo accentuato, con grande segmento apicale. Diverse le foglie man mano che si sale lungo il fusto.

Porta in racemi terminali, da maggio a luglio, piccoli fiori gialli e poi silique pelosette appressate al fusto.



L'uso dell'erisimo

La pianta è nota per il suo uso alimentare e l'aroma di aglio, e l'utilizzo a questo scopo ha varcato anche l'oceano, approdando negli Stati Uniti.

Come indica anche il nome della specie è altresì pianta utilizzata da tempo come medicinale, per le sue proprietà espettoranti e per curare le affezioni alle vie aeree, comprese quelle alla laringe e la gola infiammata dei fumatori.

Sysimbrium officinale



per via del fatto che la pianta sarebbe “riscaldante”.

Le tenere parti aeree si possono anche utilizzare a scopo aromatico, per insalate, salse o zuppe, e nell'Italia centrale entrano spesso nelle minestre di erbe miste.

In qualche località del Mediterraneo l'utilizzo in cucina ha finalità afrodisiache, mentre l'uso è tradizionale in Inghilterra per la preparazione di salse destinate al pesce.

È segnalata in testi antichi anche l'uso in ostetricia per aiutare il parto.

Le vengono attribuite anche proprietà antispastiche delle vie biliari, antinfiammatorie e astringenti.

La pianta veniva utilizzata dai cantori per rafforzare le corde vocali (la pianta è anche chiamata erba dei cantanti) e l'uso di rischiarare la voce con decotti è stato sempre abbastanza frequente.

Non mancano gli usi cosmetici mentre dalla pianta si ricava anche un colorante dei toni del giallo

In cucina

In cucina si consumano le infiorescenze in boccio e le parti aeree più tenere, lessate e condite con olio e limone, o aggiunte a zuppe, frittate strapazzate, o ripassate con aglio e olio in padella.

La tradizione suggerisce, allo stesso modo di altre brassicaceae, come ad esempio la senape, un consumo limitato