

Asfodeli *Asphodelus species*

**Nomi comuni:** in genere si usa per tutti in italiano il termine asfodelo (o asfòdelo, seguendo il latino), accompagnato da diverso aggettivo o specificazione a seconda della specie.

**Denominazione scientifica:** in Italia vegetano diverse entità, con varia diffusione. La denominazione scientifica è riportata più sotto per ogni specifica pianta.

**Famiglia:** Xanthorrhoeaceae (ex Liliaceae)

**Sinonimi:** diversi i sinonimi, più o meno numerosi a seconda della specie, tranne che per *Asphodelus microcarpus* Salzm. et Viv., che non ha sinonimi riconosciuti.

**Etimologia:** il termine usato per il genere è nome usato in latino per indicare la pianta presente sui prati dei Campi Elisi (alcuni ritengono però, come detto sopra, che la specie fosse l'*Asphodeline lutea*), fiore dei morti per via del fatto che è pianta che rispunta facilmente anche dopo la distruzione delle altre ad opera del fuoco. Il significato, dal greco, ha infatti per i più il senso di riferimento a un luogo (*elos*, valle) dove vive ciò che non è stato incenerito. I termini usati per definire la specie fanno riferimento a caratteristiche morfologiche.

**La pianta:** gli asfodeli sono in genere piante tipicamente mediterranee, caratteristiche dei luoghi assolati e degradati, abbandonati dalle colture o percorsi dal fuoco, ma che si ritrovano anche in altre aree europee e asiatiche. I loro numerosi fiori bianchi, a sei petali, per lo più segnati da venature scure, sono disposti in infiorescenze, talvolta variamente ramificate su fusti cilindrici eretti che possono arrivare fino a un metro e mezzo di altezza. Alcune specie prediligono prati soleggiate e terreni montani, anche pietrosi o soggetti a pascolo caprino, e hanno come caratteristica che le loro foglie si rigenerano in fretta anche se mangiate da questi erbivori (altri animali le rifiutano). Le capre si cibano, a foglie morte, anche dei frutti secchi, che però riespellono in giro favorendo la propagazione delle piante. Gli asfodeli che ci interessano di più presentano una rosetta di grandi foglie radicali, più o meno strette e nastriformi, con le estremità appuntite. Lo stelo nudo cresce direttamente dalla rosetta e porta una spiga fiorifera, più o meno ramificata a seconda delle specie. Essendo in genere piante rustiche e resistenti alle più avverse condizioni meteorologiche, i fiori iniziano a sbocciare, man mano e dal basso, già all'inizio della primavera, e proseguono per molte settimane abbellendo molti paesaggi e aiutando le api all'inizio della stagione. Il frutto, come in altre specie della famiglia, è una capsula variamente ovoidale.

**Entità:** in Italia sono presenti diverse entità tra specie e sottospecie. Indichiamo solamente quelle principali, per diffusione e utilizzo. *Asphodelus microcarpus* Salzm. et Viv., l'**asfodelo mediterraneo o bastone di San Giuseppe**, variamente chiamato con termini dialettali locali. La pianta è alta poco più di un metro ed è dotata di un robusto fusto cilindrico, privo di foglie e con molti rami nella parte superiore. L'apparato radicale è provvisto di numerosi tubercoli ingrossati. Le foglie sono glauche e glabre, trigone e appiattite. I numerosi fiori sono muniti di brattee rossastra, belli a vedersi, tanto che

l'asfodelo mediterraneo viene spesso utilizzato in funzione ornamentale. È possibile che riferendosi all'asfodelo, gli antichi autori si riferissero a questa specie in particolare, piuttosto che ad *Asphodelus ramosus* L.. Teofrasto consigliava di mangiarne i tuberi, la parte migliore, con i fichi, mentre Plinio li dava cucinati nella cenere con l'aggiunta di sale e olio. *Asphodelus ramosus* L., **asfodelo ramoso o porraccio**, ma chiamato talvolta anch'esso col nome di asfodelo mediterraneo, dato che si tratta di una specie che non va oltre questo areale. I numerosi fiori sono portati in una infiorescenza piramidale ramificata. La sua presenza è considerata da alcuni come indicatore di "degradazione dell'ambiente". *Asphodelus albus* Mill., sinonimo di *A. ramosus* L., **asfodelo bianco**, e *Asphodelus macrocarpus* Parl., sinonimo di *Asphodelus albus* auct. o Miller (denominazione che si ritrova spesso), **asfodelo montano**, sono presenti in quasi tutta Italia, isole escluse. Di insicura individuazione e attribuzione a una o all'altra della specie, ma la pianta è segnalata già da Mattirolò nella sua *Pthytoalimurgia* di un secolo fa, anche se più che altro per gli usi in tempi di carestia delle sue radici tuberizzate, utilizzabili cotte, arrostiti, e all'epoca utilizzate anche per la produzione di alcol. Presente in quasi tutte le regioni è anche *Asphodelus fistulosus* L., **asfodelo fistoloso**, utilizzabile in cucina più o meno allo stesso modo, ma meno raccolto.

**Usi degli asfodeli:** l'asfodelo è pianta di antico uso e simbologia, dato come ricordo del primo cibo per gli uomini – ma anche e forse proprio per questo come cibo preferito dai morti - e come pianta degli Inferi (già nell'Odissea di Omero). Aveva un carattere sacro, assegnato dalla mitologia che lo metteva in relazione con il momento di passaggio dalla vita alla morte - i prati di asfodeli erano destinati a coloro che non dovevano andare nel Tartaro, perchè empì, né verso i Campi Elisi, perchè buoni. Il carattere e il significato di questo momento di passaggio sono rimasti intatti nel tempo, tant'è che si incontrano ancora oggi, qui e là, nelle residue celebrazioni rituali, come in Corsica con le magiche figure dei "mazzeri". In Sardegna, a Gadoni, l'asfodelo viene ancora utilizzato per svolgere all'inizio di novembre il rito dei morti, "*is fraccheras*". Gli asfodeli hanno suscitato sempre molta attenzione: Teofrasto parlava già allora, come visto sopra, delle radici commestibili; Erasmo da Rotterdam li cita nell'Elogio della follia e in letteratura le citazioni si sprecano, ritrovandosi dal primo libro della saga di Harry Potter al primo capitolo di Orlando di Virginia Woolf, e in molte altre opere di poeti e narratori. Molte le credenze: lo stelo e la pianta di asfodelo è chiamato popolarmente bastone di San Giuseppe perchè legato alla credenza che Maria, al tempio, abbia scelto lo sposo perchè il suo bastone di asfodelo sarebbe miracolosamente fiorito. L'asfodelo è specie rappresentata spesso nei tessuti sardi, con un significato di "dolore e rammarico". Le foglie sono state impiegate (e lo sono talvolta ancora oggi) nell'artigianato e negli usi domestici, buone ad esempio perchè si diceva che non marcivano e non conservavano l'odore dell'urina, e quindi adatte ai giacigli di bambini o anziani ammalati. Gli steli fioriferi secchi sono stati ampiamente utilizzati per accendere il focolare, il camino o le stufe a legna ma anche per la creazione di cesti artigianali di pregio, usati in panificazione o ad altri scopi, oltre a entrare in vario modo nei giochi dei bambini (cavalli immaginari, spade, piccole torce, zattere, ecc.). In diverse parti della Sicilia si usano anche per intrecciare i contenitori della ricotta. Secondari, ma non ancora scomparsi, gli usi veterinari e medicinali degli asfodeli, soprattutto quello delle radici, raccolte in estate dalle piante secche, che preparate in vario modo servono a facilitare il distacco dei calli e

a combattere i geloni e le eruzioni cutanee. Nel corso del XIX° secolo si cercò di ricavare industrialmente alcol dai tuberi, ma le attività imprenditoriali avviate cessarono ben presto per via degli eccessivi costi di produzione.

**In cucina:** l'uso degli asfodeli in cucina è sostanzialmente simile a quello che abbiamo appena visto per l'*Asphodeline lutea*, non a caso chiamata anche asfodelo giallo, anche se l'uso antico delle radici, consumate arrostiti o previa bollitura e poi condite con olio in insalata, non è scomparso del tutto. Da esse se ne ricavava però per lo più una farina da aggiungere a quella di grano. Di diverse specie del genere *Asphodelus* e *Asphodeline* si consumano gli scapi prima che la pianta fiorisca. Raccolti fino a quando le infiorescenze sono immature, privati della pellicola esterna e lessati, si preparano contorni e conserve, ma anche sughi e frittate. Lo stesso si fa con i giovani e teneri getti. Di diverse specie



del genere *Asphodelus* e *Asphodeline* si consumano gli scapi raccolti prima che la pianta fiorisca. Come visto occorre però liberarli delle foglie e della parte più esterna, tramite pelatura. Si consumano come gli asparagi o come parte di sughi e condimenti o in frittate. Possono anche essere fritti in pastella e conservati sottolio. È utile avvertire che non sono di facile e breve digestione. **Va ricordato infatti che in diversa letteratura si consiglia di utilizzare le piante in assai modiche quantità, e soprattutto solo i fusti immaturi. Queste raccomandazioni in alcune aree cozzano con la tradizione locale, ma come per l'*Asphodeline lutea* va data la giusta avvertenza. Un alcaloide tossico, l'asfodelina, è contenuto anche negli asfodeli, particolarmente in certi tubercoli, il che può dar luogo a gastroenteriti di varia gravità.**