

Salicornia *Salicornia species*

È un'altra delle piante spontanee che oramai fa quasi tendenza ed è difficile trovare una buona pescheria metropolitana o di un centro commerciale che non la proponga insieme al resto del pesce, di solito come "asparagi di mare" e a prezzi alti. È però una di quelle piante che si può portare a casa anche semplicemente da una passeggiata lungo il mare. Lungo tutte le nostre coste vegetano alcune specie appartenenti al genere *Salicornia* (con areale più o meno ristretto). Appartengono alla famiglia delle *Chenopodiaceae* e di alcune si fa in effetti da lungo tempo un tradizionale uso alimentare (in alcune aree, e più che in altre in Puglia) da parte delle popolazioni locali, che le chiamano con vari termini dialettali. Ne parliamo senza fare grande distinzione di specie e senza scendere nei dettagli morfologici che le distinguono. Per qualcuna, in ragione della maggiore diffusione, sono noti anche altri usi e non



solo quelli alimentari, a cominciare da quelli della medicina popolare per via di alcune buone proprietà, conclamate almeno quelle antiossidanti e per quanto riguarda la regolazione della pressione arteriosa. Oltre a quelle che segnaliamo, sono inoltre utilizzate talvolta anche altre simili specie, oggi appartenenti ai generi *Arthrocnemum* e *Sarcocornia* (ma le riclassificazioni hanno visto spesso dei rimescolamenti, e comunque non rileva troppo in un testo divulgativo come questo). Le principali specie utilizzabili - alcune si ritrovano anche sui banchi del pesce - sono *Salicornia europaea* L., *salicornia europea*, presente in tutte le regioni e in alcuni paesi europei anche coltivata, *Salicornia fruticosa* (L.) L. (sinonimo di *Sarcocornia fruticosa* (L.) A.J.Scott.), *salicornia fruticosa*, che manca in qualche area, e *Salicornia veneta* Pignatti & Lausi, *salicornia veneta*, presente più che altro lungo l'Adriatico settentrionale. Di queste sono noti i tradizionali usi alimentari, che seppure residuali di fatto non sono mai venuti del tutto a mancare nelle popolazioni che vivono sulla costa. In diverse località di mare del basso Adriatico essa è diventata anzi oggigiorno parte di preparazioni da *street food* ed è servita in vario modo nei ristoranti e nelle trattorie delle località balneari. In altre aree europee l'uso che se ne fa è anche più intenso. Si tratta di piante annuali che al di là delle differenze individuali crescono nelle sabbie bagnate, con gran parte della pianta praticamente sommersa, resistente però sia al variare delle maree che a brevi periodi di siccità. Alte intorno al mezzo metro, hanno foglie piccolissime, appressate ai fusti che rendono un aspetto squamoso, con spighe terminali fiorifere e fiori quasi invisibili. La *salicornia fruticosa* ha nei fusti anche un aspetto decisamente legnoso. Anche delle altre occorre in genere però considerare a fini alimentari solamente i getti più teneri. La *salicornia*, di cui si raccolgono appunto questi "germogli", primaverili, è molto interessante per la sua

consistenza e per il sapore acidulo che sa di salato per via della vicinanza al mare. Si consuma per lo più cotta ma le parti molto tenere si possono aggiungere crude alle insalate. Cotta e poi variamente condita, si usa maggiormente come contorno, da sola o mescolata con altre verdure od ortaggi, ma va bene per frittate, sughi di accompagnamento, salse, ecc., seguendo anche solamente la propria fantasia. Si può conservare in olio o aceto per un uso differito. Occorre comunque ricordarsi di adattare i tempi e i modi di cottura al gusto personale o a quello dei commensali, potendosi cuocere in acqua o scegliere il vapore, e andare dai trenta secondi, se si desidera croccante, ai tre minuti se si preferisce decisamente più morbida.