

Carta d'identità

***Capsella bursa-pastoris* (L.) Med.**

Famiglia: Brassicaceae

Sinonimi: *Bursa pastoris* Hill, *Thlaspi bursa-pastoris* L. e diversi altri

Etimologia: Il termine *Capsella* ha il significato di piccola scatola, con riferimento probabilmente ai fiori mentre per *bursa pastoris* il riferimento è alla forma delle silique, somiglianti vagamente alle bisacce dei pastori.

Nomi comuni in Italiano: in italiano il termine più usato è borsa del pastore, ma frequente è anche cassella (o sue varianti). Innumerevoli i termini dialettali, in ragione dell'ampia diffusione della pianta.

Somiglianze e varietà: diverse le specie simili, classificate non sempre con identità di vedute dai botanici, tanto che a volte specie e sottospecie sono considerate fra loro anche sinonimi. Segnaliamo comunque, tra le molte, almeno la capsella rubella, scarsamente distinguibile a prima vista dalla borsa del pastore e considerata dai più come sottospecie con la denominazione di *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medik. subsp. *rubella* (Reut.) Hobk.

La borsa del pastore

Si tratta di una pianta cosmopolita (con l'eccezione dei tropici), anche se originaria dell'Europa, e ritenuta colonizzatrice di altre aree del mondo a seguito della stessa opera compiuta dagli europei, specie nel Nuovo Mondo.

In Italia, come in Europa, è molto diffusa per via dei molti semi che produce e del loro immediato (e lungo) potere germinativo.

Si può trovare dal mare fino alle più alte quote alpine, di fatto ovunque,



negli incolti come nei luoghi coltivati, lungo le strade e nelle radure. Nel corso dell'anno si possono avere diverse generazioni, tanto che può trovarsi fiorita tutto l'anno.

La pianta presenta variabilità significative, e non solo fogliari, in ragione degli habitat e dei luoghi, con caratteristiche che a volte si fissano nelle popolazioni locali.

Si presenta come erbacea annuale o biennale, che può avere il fusto alto da alcuni decimetri fino anche agli 80, eretto e spesso ramificato, specialmente nelle piante più prospere.

La forma delle foglie è variabile, da intera a lobata. Quelle basali sono raccolte a rosetta mentre quelle cauline sono sessili e amplessicauli.

I piccoli fiori bianchi, che come detto possono essere presenti tutto l'anno, sono raccolti a racemi e a volte possono mancare dei petali.

I frutti sono delle siliquette dalla caratteristica forma a base cuneata e apice incavato.

Capsella bursa-pastoris

L'uso della borsa del pastore

La borsa del pastore è nota soprattutto per il suo uso alimentare ed è poco utilizzata in erboristeria, anche se le vengono attribuite diverse proprietà.

In fitoterapia si riduce a usi domestici, anche se come rimedio di uso comune sembrerebbe efficace nel trattamento di molte patologie. Gli utilizzi riconosciuti sono quelli per contrastare i disturbi del ciclo mestruale, drenare i liquidi corporei e rendere funzionali le vie urinarie.

A queste funzioni ne vengono aggiunte altre dalla medicina popolare e da varia letteratura, più o meno comprovate. Soprattutto quelle antiemorragiche (si usa un decotto anche per le emorragie interne) e anti-diarroiche, e per questo la pianta è stata utilizzata a volte in tempo di guerra. Le si attribuiscono inoltre virtù antiscorbutiche, astringenti, diuretiche, emmenagoghe, ipotensive, stimolanti, vasocostrittrici e vasodilatatrici, ecc. Aiuterebbe anche a combattere l'ittero e il fuoco di S. Antonio e a limitare la fertilità.



Ai piccolissimi semi della pianta viene assegnata la funzione di potenziare l'antizanzare ma pare che la pianta non giovi affatto al latte dei bovini.

In cucina

La borsa del pastore è pianta cosmopolita anche in cucina, ma in Italia viene utilizzata soprattutto al Centro-Nord. Il vero vantaggio è la disponibilità della specie per molti mesi all'anno.

Le rosette vengono utilizzate lessate e poi variamente condite, ma difficilmente si usano da sole, non avendo un sapore particolarmente attraente e quindi il loro maggiore utilizzo è nelle misticanze cotte, come quelle settentrionali o la ciociara *erua pazza*, specie se destinate ad essere poi ripassate in padella. Tale uso è abituale non solo in Italia ma anche in molti altri paesi, compresi quelli anglosassoni.

Le foglie più tenere, prima di diventare piccanti, possono anche entrare a far parte di insalate miste e, volendo, potrebbero essere consumati, come avviene per altre brassicacee, anche i giovani germogli fioriti, anche se la resa è ovviamente scarsa.

Sono commestibili anche i semi, che contengono oli grassi, ma la loro raccolta è decisamente laboriosa. Più facile sarebbe l'utilizzo delle silique in funzione aromatica.

È segnalato infine anche l'utilizzo della radice come sostituto dello zenzero.