

Lunaria *Lunaria annua* L.

La **lunaria**, comunemente nota anche come **medaglie** o **medaglioni del Papa**, e nota per il valore ornamentale, si presta anche a usi alimentari. È presente frequentemente nelle composizioni di fiori secchi per via dei riflessi argentati della membrana interna della grande siliqua che è il frutto, e per questo sarà conosciuta da molti. Appartenente alla famiglia delle Brassicaceae, le cui specie alimentari più importanti sono ospitate in un altro approfondimento, dati gli usi che di questa pianta si fanno se ne fa però qui un breve accenno. Si ritrova in ambienti diversi, posti a mezzombra, su terreni ricchi, ed è una pianta perennante, erbacea ma con fusti legnosi alla base. Ancorché non troppo comune, è presente dal piano ad alte quote collinari in tutte le regioni. Alta intorno al metro o poco più, porta foglie di colore verde scuro, grandi e di forme diverse, variamente tra il triangolare e il picciolato della base e quelle superiori, sessili e via via più piccole e più rotonde, tutte irregolarmente dentate. Ha assi fiorali allungati che portano fiori in racemi, riuniti in infiorescenze senza brattee, nella forma crociata di quelli della famiglia e di consistenti dimensioni, di un caratteristico colore violaceo anche se non mancano le sfumature verso il rosa e il porpora, e raramente anche bianchi.



I frutti sono le famose siliques ovali ed erette, che arrivano anche a cinque-sei centimetri di asse e che, essiccate e private dei semi e della buccia, lasciano una membrana che sa tanto di luna lucente. Per questa somiglianza sono state attribuite alla pianta anche proprietà magiche, per propiziare i favori e la protezione delle divinità lunari. Scarsi invece gli usi nella medicina popolare ma, per quello che più ci interessa, vengono ancora tradizionalmente adoperate in cucina le foglie più giovani, segnalate per il consumo in aree centrali e meridionali ma usate qui e là anche al Nord. Trovano destinazione per lo più cotte, da sole o con altre erbe, poi ripassate o condite, talvolta nelle frittate. È segnalato anche l'uso delle radici nelle mistricanze cotte e delle foglie più tenere a

crudo nelle insalate. Della pianta si può fare anche un uso in funzione aromatica, in particolare dei semi, che polverizzati e usati come quelli delle affini senapi - col vantaggio che in rapporto agli altri si tratta di semi di dimensioni ben maggiori - consentono la preparazione di aromatiche mostarde.