



2. Vegetazione arbustiva

In quest'ambito si collocano le lande e le formazioni cespugliose, spesso spinescenti. Queste tipologie vegetazionali sono da imputare all'opera di disboscamento praticata nel passato dall'uomo e al graduale abbandono dei terreni destinati al pascolo o alla fienagione.



Fig. 8 – Pineta (*Pinus pinaster* Aiton) (Monte Antessio – Sesta Godano)

Le lande alte si trovano a quote medio-basse e sono caratterizzate da uno strato arbustivo di media taglia nel quale predominano le ginestre: su substrato acido la ginestra dei carbonai (*Cytisus scoparius* (L.) Link), su suolo basico la ginestra odorosa (*Spartium junceum* L.); altre entità vegetali sono *Pteridium aquilinum* (L.) Kuhn, *Galium mollugo* L., *Hypericum perforatum* L., *Calluna vulgaris* (L.) Hull, *Teucrium scorodonia* L., *Rosa canina* L. Da un punto di vista dinamico sono da relazionare a due differenti fitocenosi: la degradazione del querceto e l'evoluzione della prateria meso-termofila (Montanari *et al.*, 1988).

Le lande basse, invece, molto più presenti rispetto alle precedenti, sono comunemente dislocate a un'altitudine



superiore a 500 m s.l.m.; se presenti a quote minori sono distribuite ai margini dei boschi mesofili, principalmente di castagno; invece, se localizzate più in alto sono il risultato della dinamica di degrado della faggeta e in questo caso troviamo spesso anche il mirtillo (*Vaccinium myrtillus* L.). Si tratta di formazioni ad *habitus* arbustivo o suffruticoso, su substrato acido, con prevalenza delle Ericaceae (*Erica carnea* L., *E. arborea* L., *Calluna vulgaris* (L.) Hull.), associate alle ginestre (*Genista salzmannii* DC., *G. pilosa* L.), alla felce aquilina (*Pteridium aquilinum* (L.) Kuhn), all'elicriso (*Helicbrysum italicum* (Roth) Don) e a numerose erbacee dei generi *Brachypodium*, *Sesleria*, *Festuca*.

Infine troviamo le formazioni cespugliose (fig. 9), spesso a mo' di siepi divisorie tra i pascoli e i prati, costituite da numerose essenze legnose spinescenti come il prugnolo (*Prunus spinosa* L.), il biancospino (*Crataegus monogyna* Jacq.), le rose selvatiche (*Rosa* sp.pl.) e i rovi (*Rubus* sp.pl.), oltre alla ginestra dei carbonai (*Cytisus scoparius* (L.) Link), al sanguinello (*Cornus sanguinea* L.), l'orniello (*Fraxinus ornus* L.), alla vitalba (*Clematis vitalba* L.); tra le erbacee ricordiamo *Viola hirta* L., *V. riviviana* Rchb., *Brachypodium pinnatum* (L.) Beauv., *Agrostis tenuis* Sibth. Queste cenosi possono rappresentare anche lo stadio dinamico delle lande alte in senso evolutivo verso situazioni di climax (Montanari *et al.*, 1988).

3. Vegetazione erbacea

Questa vegetazione si identifica principalmente nella prateria di tipo meso-termofilo di origine secondaria, ossia prodotta dall'azione di disboscamento operata a favore della pastorizia, come ad esempio in località i Casoni o presso il Passo di Cento Croci. Oggi molte di queste aree risultano abbandonate per una questione di bassa redditività e di scarso valore pabulare del prodotto di sfalcio.

La fisionomia e la composizione floristica di questi consorzi erbacei, normalmente ubicati a quote superiori a 500 m s.l.m., è assai varia e dipende dalle caratteristiche geologiche, pedologiche, climatiche, nonché dalla gestione colturale operata dall'uomo. In questa categoria si include anche la vegetazione erbacea dei greti dei fiumi e dei piccoli corsi d'acqua con localizzazione variabile e



periodica in relazione all'andamento stagionale, che ne regola la portata e l'ampiezza idrografica.



Fig. 9 - Formazione cespugliosa

4. Vegetazione particolare (naturale, seminaturale e antropica)

Ambienti particolari sono le garighe su affioramenti ofiolitici, in particolare su serpentino, con una flora caratterizzata dall'euforbia (*Euphorbia spinosa* L. subsp. *ligustica* Fiori Pignatti) col tipico portamento pulvinato, dall'odoroso elicriso (*Helichrysum italicum* (Roth) Don), dal timo (*Thymus vulgaris* L.), dalla santoreggia (*Satureja montana* L.) e talvolta dal ginepro comune (*Juniperus communus* L.).

Altra vegetazione interessante è quella legata agli habitat umidi, acquitrinosi. Tra le specie igrofile presenti troviamo la cannuccia (*Phragmites australis* (Cav.) Trin.), la calta (*Caltha palustris* L.), la menta acquatica (*Mentha aquatica* L.), la mazza sorda (*Thypha latifolia* L.), il giunco di palude (*Scirpus sylvaticus* L.), i giunchi (*Juncus* sp.pl.), le carici (*Carex* sp.pl.), le lenticchie d'acqua (*Lemna* sp.pl.).

Nelle aree fortemente antropizzate, nei dintorni dei centri abitati, abbiamo aspetti di vegetazione stabile definita



sinantropica, tipica dei terreni calpestati (sentieri, cortili, rudereti); in questo ambito si inseriscono i popolamenti erbacei nitrofilo che presentano una flora composta da diversi generi: *Plantago*, *Urtica*, *Rumex*, *Chenopodium*, *Arctium*, *Lamium*.

Le zone agricole destinate alle colture seminate e specializzate sono ridotte, per lo più su scala familiare; spesso sono posizionate su tipici terrazzamenti (fig. 10). Le specie principali sono il frumento (*Triticum aestivum* L.), il mais (*Zea mays* L.), la vite (*Vitis vinifera* L.), la patata (*Solanum tuberosum* L.) e altre ortive.



Fig. 10 – Terrazzamenti con vigneti

Un discorso a parte meritano i prati falciabili per la produzione del fieno destinato all'alimentazione del bestiame, in particolare dei bovini (fig. 11). Floristicamente le specie più frequenti sono *Bromus erectus* Hudson, *Festuca rubra* L., *Dactylis glomerata* L., *Poa trivialis* L., *Lolium perenne* L., *Trifolium repens* L. e *Lotus corniculatus* L.



LA COMPONENTE MICOLOGICA IN LIGURIA

Le conoscenze micologiche in Liguria si sono consolidate attraverso la proficua attività svolta tra la metà dell'Ottocento e gli inizi del Novecento da parte di numerosi e illustri naturalisti a cominciare da Baglietto, De Notaris, Penzig e Mattiolo. Dopo anni di "relativo silenzio" gli studi micologici riprendono forza e interesse negli anni settanta con Balletto (1972), a cui si deve il *Saggio di Flora micologica analitica con particolare riguardo alla Flora Ligustica*, nel quale sono citate ca. 800 specie. Col prosieguo delle ricerche (cfr. bibliografia - Monti, Maccioni, Orsino, Zotti e altri autori) si giunge nel 2001 alla stesura di un importante data-base dei macrofunghi della Liguria con un *corpus* costituito di 1.521 entità, divisi in 1.385 Basidiomiceti e in 136 Ascomiceti (Zotti e Orsino, 2001).

La recentissima *checklist* dei funghi italiani, relativa però al solo *Phylum Basidiomycota* (AA.VV., 2005), annovera per il nostro paese 4.198 entità e riduce l'ammontare ligure a 1.351 elementi.



Fig. 11 - Pascoli con bestiame in loc. Castellaro di Zignago

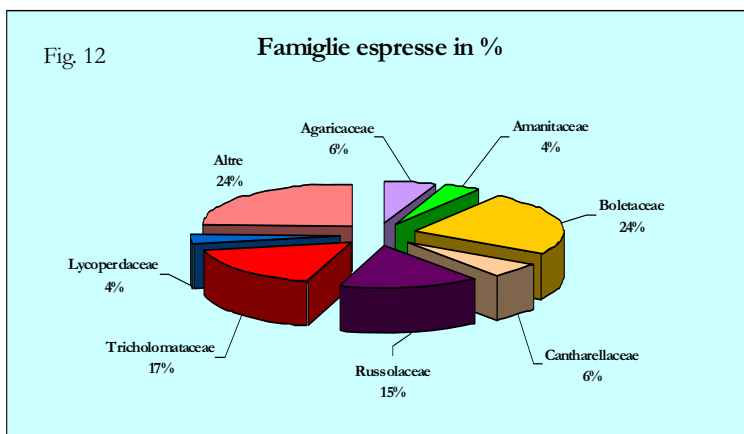


RISULTATI

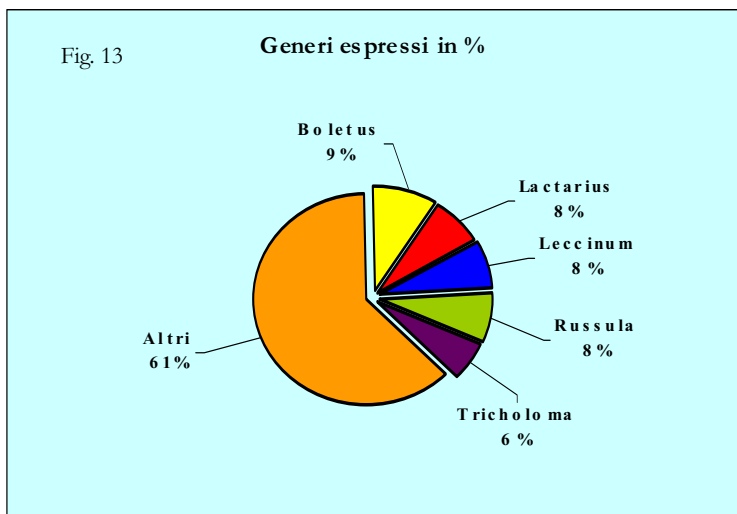
I funghi esaminati in Alta Valle del Vara ammontano a 77 specie suddivise in cinque categorie:

1. Specie eduli;
2. Specie velenose-mortali e tossiche;
3. Specie d'uso domestico;
4. Specie d'uso medicinale;
5. Bizzarrie micologiche.

Le specie fungine eduli sono 53, afferenti a 32 generi e a 20 famiglie, mentre i *taxa* sono così ripartiti: 2 *Ascomycotina* e 51 *Basidiomycotina*. Le famiglie maggiormente rappresentate sono le Boletaceae, Russulaceae, Tricholomataceae, Cantharellaceae e Agaricaceae (fig. 12); per quanto attiene ai generi i più utilizzati risultano: *Boletus*, *Lactarius*, *Leccinum*, *Russula* e *Tricholoma* (fig. 13).



Inoltre sono state individuate e descritte le principali specie fungine - 19 per l'esattezza, oltre una ventina di minor rilievo citate nelle osservazioni di alcune schede etnomicologiche - che possono essere confuse con le omologhe commestibili al fine di evitare spiacevoli "raccolte" con conseguenze di tossicità, sindromi da avvelenamento o addirittura *exitus*.



La tradizione popolare ha evidenziato per alcuni funghi interessanti usi domestici: è il caso dell'ovolo malefico (*Amanita muscaria* (L.: Fr.) Hooker) impiegato come moschicida e del fungo dell'esca (*Fomes fomentarius* (L.) J.J.Kickx) che in passato la popolazione locale usava per accendere il fuoco; pratica documentata anche presso il Museo Contadino di Cassego (Varese Ligure) dove sono esposti alcuni esemplari essiccati (fig. 14).

Altro uso documentato è l'impiego medicinale, a scopo veterinario, del lievito di birra (*Saccharomyces cerevisiae* Meyen ex E.C.)⁵ che viene somministrato oralmente alle bestie per riattivare la ruminazione. Questa pratica è stata rinvenuta di recente anche nella confinante Lunigiana, nel vicino comune di Zeri (MS), nella variante di sciogliere il "panetto" di lievito in un infuso tiepido di camomilla (*Matricaria chamomilla* L.).

Infine, il lettore troverà nelle schede la trattazione di alcune specie fungine prive di interesse etnomicologico, ma conosciute dalla popolazione locale per la loro bizzarria nella forma, nel

⁵ Nello schedario etnomicologico questa specie è stata omessa poiché riservato ai soli macromiceti.



colore e capaci di alimentare l'immaginario collettivo.



Fig. 14 - Carpoforo di *Fomes fomentarius* e iconografia seicentesca del Conte L.F. Marsili

NOTE ETNOMICOLOGICHE

La gastronomia della Valle del Vara abbonda di piatti, modalità di preparazione e di conservazione dei cibi, di aneddoti e curiosità alimentari le cui origini sono da ricercare nella plurisecolare tradizione etnobotanica di questi luoghi. La tipicità della cucina locale passa attraverso un documentato ricettario che attinge alle vecchie cultivar d'interesse agrario, alla flora spontanea, nonché alla componente micologica.

In Alta Valle del Vara la ricerca in campo ha evidenziato l'uso alimentare di oltre una cinquantina di macromiceti consumati in vario modo: freschi, sott'olio, cotti per realizzare antipasti, contorni, primi e secondi piatti, seguendo la tradizione locale e secondo le varianti del gusto individuale, delle numerose persone intervistate.

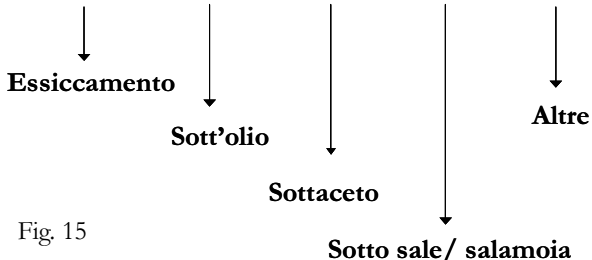
TECNICHE DI CONSERVAZIONE

Com'è noto la vita del fungo è breve, e fra la raccolta e il consumo è bene che intercorra poco tempo. Legata alla stagionalità del prodotto, spesso imprevedibile ed incostante, sorge la necessità di individuare tecniche opportune di conservazione dei funghi nel tempo. Nella tradizione popolare i metodi di conservazione sono incentrati sull'essiccamento e il confezionamento dei funghi sott'olio e, in seconda battuta,



sottaceto (fig. 15). Tecniche obsolete sono la salagione e la salamoia. Tutte queste pratiche di lavorazione, ovviamente, sono in funzione delle caratteristiche organolettiche, del grado di consistenza, dell'età del fungo e di altri parametri che l'esperienza "contadina" ha maturato nel settore.

Tecniche di conservazione



A proposito delle tecniche di conservazione citiamo quanto riportato nel trattato di *Gastromicologia* del Rossi (1888), farmacista di Varese Ligure: “Tornerà sempre gradito nella stagione invernale il poter avere un bel piattello di funghi, che, se non conservano la loro naturale freschezza, mantengono sempre in buona parte il loro gusto. Io citerò i modi più usati per ben conservarli cominciando da quelli in salamoja, all’olio, addobbati all’aceto, essiccati”.

1. Essiccamento

È il metodo di conservazione più sfruttato, forse perché semplice da attuare, poco costoso e adatto a un’ampia gamma di specie fungine (*Boletus*, *Amanita*, *Leccinum*, ecc.) (figg. 16-17); fanno eccezione i funghi facilmente deteriorabili (*Coprinus comatus*), quelli a carne fibrosa (*Cantharellus cibarius*) o poco consistente (*Bovista plumbea*, *Calvatia utriformis*).

I funghi, dopo eliminazione di quelli “guasti o vecchi” e accurata pulitura, vengono tagliati e messi a seccare in strato sottile o su un grigliato, come quello usato per essiccare le castagne; più raramente si fanno “filze” con le “cappelle”. Le fonti principali di calore per disidratare il fungo, ossia per ridurre il



tenore in acqua a ca. il 10-15%, sono l'energia diretta, radiante del sole, o il calore della stufa o della brace (in questo caso ponendo attenzione a non creare fumo). Il prodotto essiccato si conserva in sacchetti, spesso appesi all'interno della cappa del camino.

Ovviamente, per utilizzare questo prodotto bisogna reidratarlo ponendolo in acqua, meglio se fredda, o tiepida per accelerare il processo di reviviscenza.



Fig. 16 – Proficue raccolte di porcini (*Boletus* sp.)

Sempre il Rossi (1888), sulla tecnica dell'essiccazione scrive: *“del disseccamento dei funghi si incaricano principalmente le donne del paese, anche di ragguardevole ceto quantunque si vorrebbe da molti forestieri [...] che questa si fosse una specialità delle monache Agostiniane che vivono pure nel luogo [di Varese Ligure] e che fanno un gran commercio di funghi secchi. [...] se ne fa una accuratissima scelta mettendo a parte i picciolini per addobarli all'olio e i troppo vecchi per disseccarli ad uso casalingo [...] i soli funghi giovani [...] puliti per bene strofinandoli con ruvido ma nitido pannolino [...] con raschiarne via tutta la terra che hanno attorno [...] si fanno fettarelle della lunghezza di due o tre centimetri e dello spessore un tantino meno di un soldo [...] alla stessa guisa si tagliano i gambi [...] sfetteggiati così i funghi nel decorso della giornata, si pongono, non però troppo ammonticchiati sopra lenzuoli o tovaglia bianchissima.....si coprono e si lasciano riposare per tutta la notte. La domane per tempissimo vengono stesi fetta per fetta [...] sopra panieri rotondi tessuti di vinchi [*Salix viminalis* L.] [...] e quindi esposti agli ardenti raggi del sole [...] a ciò riescano bianchissimi si richiede che abbiano da essiccare in un solo giorno perché quando è il cielo nuvoloso e se ne deve completare il disseccamento un altro giorno oppure al fuoco vivo od anche al calore della stufa riescono sempre nerici e quindi di inferiore qualità”*. A proposito dell'essiccamento di



Amanita caesarea riporta: “Quantunque non conservino tutto il loro gusto infilzate perciò i cappelli puliti e scevri dalla loro pellicola in lunghe gugliate di refe [...] disponete queste corone alle finestre o in altri luoghi per farli bene essiccare al sole”.



Fig. 17 - Funghi essiccati (*Boletus* sp.)

2. Conservazione sott'olio

Questa tecnica prevede, dopo aver ben pulito i funghi, di affettarli o di lasciarli interi se di piccola dimensione, di “sbollentarli” in acqua, aceto o vino e dopo “scolatura e asciugatura” del prodotto, di confezionarlo in barattolo di vetro utilizzando come conservante l’olio d’oliva (figg. 18-19-20).

Tra le specie più utilizzate per aromatizzare i funghi sott’olio troviamo gli spicchi d’aglio (*Allium sativum* L.), il pepe in grani (*Piper nigrum* L.), le foglie di alloro (*Laurus nobilis* L.), le “bacche” di ginepro (*Juniperus communis* L.), la cannella (*Cinnamomum zeylanicum* Nees), i chiodi di garofano (*Eugenia carophyllata* Thunb.) e la carota domestica (*Daucus carota* L.).

Per prevenire il botulino (*Clostridium botulinum* Prazmowski) viene praticata la tecnica di bollire le confezioni in acqua (sterilizzazione).

I funghi indirizzati a questo tipo di conservazione