

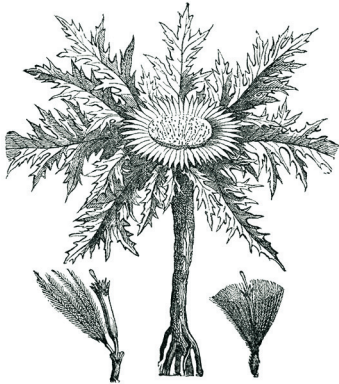
***Carlina acaulis* L.**

Famiglia: Compositae

Nomi comuni: carlina

Forma biologica: emicriptofita rosulata

Categoria corologica: centro-europea



Denominazioni liguri: fior della guardia sciù da guardia, cardi, cardu argentin, sciù de San Pellegrino, spinuin, spinon, gardi, cardella, spinassi, cardù, spin-e d'a Madonna, sciure de San Pè, reuza da Madonna

Denominazioni della Val di Vara: cardu/i

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: nelle zone montane, al confine con le valli di Zeri (Lunigiana), la popolazione locale utilizza i capolini giovani alla stregua dei carciofi, consumandoli di norma lessi.

ORNAMENTALI: i vistosi capolini venivano usati nelle composizioni di fiori secchi. In passato esisteva un fiorente commercio, mentre oggi la raccolta è proibita.

DOMESTICI: i capolini sono usati come naturali igrometri: se si chiudono c'è nell'aria molta umidità e ciò indica l'arrivo di perturbazioni, ossia del brutto tempo.

Castanea sativa Miller**Famiglia:** Fagaceae**Nomi comuni:** castagno**Forma biologica:** fanerofita arborea**Categoria corologica:** SE-europea**Denominazioni liguri:** castregne, castagnu, castan**Denominazioni della Val di Vara:** castagne/o/u, rissa (rif. al riccio)**USI ETNOBOTANICI**

ALIMENTARI: le castagne hanno rappresentato, soprattutto per le popolazioni montane, uno degli alimenti principali della dieta quotidiana; numerosi sono i piatti tipici realizzati con le castagne. La farina di castagne, mista a quella di grano, è usata per preparare gli gnocchi (*frignolotti*), da condire col sugo, col pesto (*pisto/u*) o con la ricotta. Altra pasta caratteristica è la *cassarilè*. Questa si prepara facendo cadere nell'acqua in ebollizione un impasto semiliquido di farina e acqua, usando un particolare mestolo bucato, la *cassa-rea*; dopo pochi minuti, quando la pasta galleggia, si scola e si condisce con la ricotta fresca. Altri piatti tipici sono le *chissòe* - focacce cotte tra foglie di castagno, sui testi di terracotta - oppure il castagnaccio (*castignassu*, *a patunna* o *patùna*), un tempo cucinato con un particolare forno di terracotta o ghisa (cfr. *Cytisus scoparius* (L.) Link). Le castagne si consumano secche o fresche, arrostiti (*caldarroste*, *bruciate*, *restie all'infernu*), lessate con la buccia (*ballotte*, *balletti*, *ballettu*, *baleti*) o senza (*mondine*, *pelate*, *peàe*, *e-peé*, *peladine*, *burgbi*, *bordghi*) spesso cotte nel latte e aromatizzate con rametti di finocchio (*Foeniculum vulgare* Miller).

Ricordiamo ancora la minestra di castagne, la polenta, detta *puta*, le frittelle, la *fainà* o *fainàda*, il *pan martino*, i *perlengotti*, le *parpadelle*, i *cappellassi*, i *battelli*, le *mes'cià*, la *mesciada*, *e-panelle*, *u cacìn* o *cucìn* ecc.

MEDICINALE: in alta Val di Vara, il decotto delle castagne private della buccia è assunto oralmente come bechico e anticatarrale. In altri territori, col medesimo fine terapeutico, si prepara un decotto aggiungendo anche i fichi secchi (*Ficus carica* L.) e fette di mela (*Malus domestica* Borkh.). A Borseda (Calice al Cornoviglio), come emostatico sulle piccole ferite si applica una “pellicina” chiara raccolta nel midollo delle ceppaie dei vecchi alberi di castagno.



Cesti di varia foggia realizzati intrecciando le *scuixe* del castagno

VETERINARI: le foglie, raccolte nei mesi di ottobre-novembre, si usavano per la lettiera delle bestie, lo *strame*. Le castagne “bacate”, quelle selvatiche e le fresche erano impiegate nell’alimentazione degli animali (maiali, conigli ecc.).

ARTIGIANALI: con il legno dei polloni, opportunamente trattati (*scuije* o *scuixe*), si realizzano diversi manufatti come i *valu* o *valli*, vassoi usati per separare il grano dalla pula, vari tipi di cesti come le *corbe*, *u curbin*, il *cavagnètu*, la *cavagnöa*, la *panièa*, il *cavagno*, le gerle da portare in spalla e altri ancora. Assai usato è il legno nella fabbricazione dei mobili, quali il *banca*, una tipica cassapanca usata per riporre la biancheria, infissi, scuri delle finestre, porte, e ancora paleria e tavole per la pavimentazione. In passato, dai robusti rami si realizzavano i rastrelli, i tutori per la vite e le *mole* per raccogliere i ricci di castagna. Rudimentali rubinetti usati per mescolare il vino dalla botte era realizzati con un ramo di sambuco (*Sambucus nigra* L.), privato del midollo, e chiuso con l’ausilio di un chiodo di legno di castagno. I telai usati per tessere la mezzalana - un tessuto la cui trama era realizzata in fibra di canapa (*Cannabis sativa* L.), mentre l’ordito in lana nera di pecora - erano di norma fabbricati con il legno di castagno. Con i ramoscelli del castagno si fabbricavano i *verzeu* o *vérzö*, rustiche scope usate per pulire il terreno sotto i castagni o le stalle. Le doghe delle botti erano normalmente di castagno, così pure i pali per le recinzioni. Col tronco svuotato si preparano le arnie (*buggio*, *bujio*). Per infornare il pane si usava il *luvain* o *luvéa* spesso realizzato in legno di castagno; una

sorta di tagliere rotondo col manico sul quale il pane veniva messo a lievitare sopra uno strato di foglie di castagno. Dal legno si estraeva dell'ottimo tannino per conciare il pellame e attraverso le carbonaie si produceva un eccellente carbone. Questa specie fornisce anche della buona legna da ardere.



A sx, farina di castagne e a dx, foglie di castagno essiccate da usare per la cottura dei cibi

DOMESTICI: le foglie fresche, raccolte dalla pianta e scelte con saggezza contadina alla fine di agosto, una volta seccate all'ombra si usano all'occorrenza come carta da forno per cuocere il pane e il castagnaccio (in particolare quelle della cultivar Carpanese), oppure si mettono sul *levà*, sull'impasto del pane bianco, per proteggerlo dal calore durante la cottura che avviene sotto la campana del testo di ghisa; si impiegano altresì, fresche, per coprire la ricotta e depositarvi le forme di formaggio. Le fresche senza foglie (*sticchi*) si usano per accendere e alimentare il fuoco nei forni a legna.

MAGICI E SUPERSTIZIONE: le foglie utilizzate in cucina devono essere raccolte con la luna vecchia e dopo San Lorenzo (10 Agosto), altrimenti rischiano la marcescenza. L'abbattimento degli alberi a foglia caduca, come il castagno, veniva praticato a luna calante (*lun-a veggia*), perché ciò garantiva un legname resistente all'attacco dei parassiti. Invece per gli alberi sempreverdi era l'opposto (*lun-a nova*).



A sx, sottobosco con i resti degli amenti maschili "sfioriti" e a dx, riccio con castagne