

venivano trattate topicamente con questo preparato, peraltro utilizzato anche sull'uomo in caso di pediculosi.

NOTE E CURIOSITÀ: siconio è il termine botanico per indicare il “frutto” del fico; in realtà è un falso frutto, infatti, la parte edule non deriva dall'ovario ma dall'ingrossamento del ricettacolo ed è nel contempo anche un'infruttescenza, perché originata da una struttura che porta diversi fiori (infiorescenza).



Varietà *Napoletano bianco*. A sx, pianta madre (località Rio) e dx, particolare del frutto



A sx, particolare dei frutti della varietà *Negretti* e a dx, della varietà *Dottato*

Foeniculum vulgare Miller**Famiglia:** Umbelliferae**Nomi comuni:** finocchio selvatico**Forma biologica:** emicriptofita scaposa**Categoria corologica:** S-mediterranea

Denominazioni liguri: bassiggia, erba fugna, fenggio, fenocéto, fenòcio, fenociu, fenociu sarvègo, fenòc'o, fenoggio, fenoggiæa, fenucciu sarvègu, fenugettu sarvaigu, fenugetto, fenùggiu sarvâgu, fenugiu sarvaegu, fenugiu sarvaigu, fenugiu, fenugliu, fenugliu sarvaigu, fenugliu, fenuiettu sarvòigu, fenuja, fenulio, fenungio, ferugliu, fnùggiu sarvâju

Denominazioni della Val di Vara: fenoc'io/u, fenoceto, fenicio/u, fenucciu servego, fenùcciu, fenici, fenocio selvago, fenociu, fenocio servago, fenociu servego, fenuggio, fenuggiu, fenugiu, fenugio, fenugiu servegu, fineuccieu, fineucieu, finocchietto selvatico, tenerumi (rif. ai germogli)

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: le tenere foglie rientrano nel ricettario locale nella preparazione delle torte salate, come la torta d'erbe e la torta di patate. Alcuni rametti si usano per aromatizzare le castagne lesse, il sugo, le mescolanze di verdure lesse e altri piatti; a tal fine si impiegano anche i frutti.

MEDICINALE: nella farmacopea popolare della Val di Vara troviamo una pratica ben consolidata, il decotto dei frutti o delle foglie si assume oralmente come carminativo, per facilitare l'espulsione dei gas intestinali, come depurativo o più raramente come purgante. Ai bambini con problemi di coliche gassose si usa il decotto, di cui sopra, sotto forma di enteroclima. A Riccò del Golfo, in primavera, si somministra il decotto di foglie, unite a quelle di malva (*Malva sylvestris* L.), ortica (*Urtica dioica* L.), salvia (*Salvia officinalis* L.) e rizomi di gramigna (*Cynodon dactylon* L.)

Pers.) per depurare l'organismo. A Varese Ligure per decongestionare gli occhi arrossati si fanno impacchi col decotto delle foglie, unite ai "fiori" di camomilla (*Matricaria chamomilla* L.). Originale è la modalità rinvenuta a Varese Ligure per disintossicare l'organismo, ossia si prepara una pastasciutta condita con i germogli di finocchio, localmente noti come *tenerumi*; in questo caso la tradizione contadina si riappropria dell'antico concetto, già espresso da Ippocrate nel V secolo a.C., che il cibo è il primo farmaco dell'uomo. Questo binomio, alimento-medicina, è oggi ben espresso nel termine di *phytochemicals*: i metaboliti secondari, presenti nelle piante, se assunti regolarmente con l'alimentazione sono in grado, interagendo con l'organismo umano, di prevenire o addirittura curare talune patologie.

MAGICI E SUPERSTIZIONE: rametti di finocchio vengono legati al collo delle bestie per tenere lontano il malocchio.

NOTE E CURIOSITÀ: nel lessico comune si parla di semi di finocchio, ma in realtà è un termine improprio; si tratta, infatti, di frutti che botanicamente si chiamano acheni, e nello specifico diacheni, poiché legati in coppia.



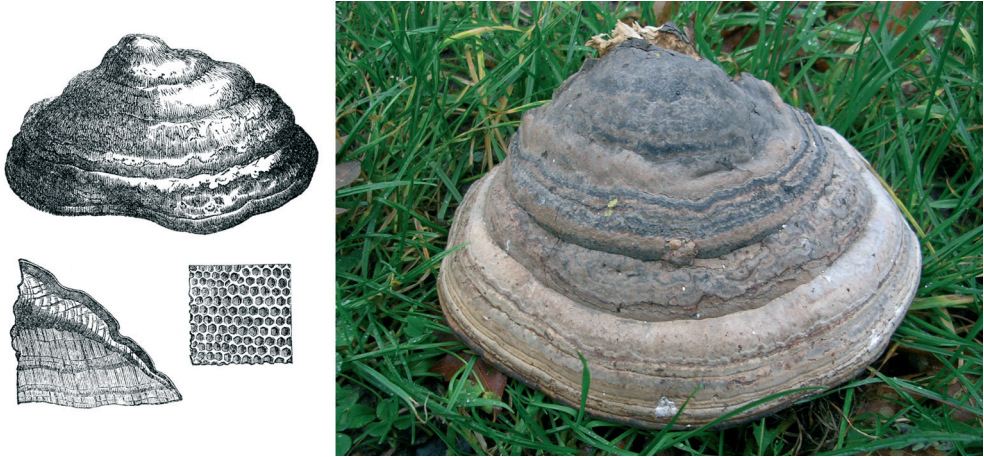
A sx, pianta intera, in vegetazione e a dx, droga essiccata (*Foeniculi fructus*)

***Fomes fomentarius* (L.: Fr.) Fries.**

Famiglia: Polyporaceae

Nomi comuni: fungo dell'esca, poliporo

Forma biologica: //
Categoria corologica: //



Denominazioni liguri: esca

Denominazioni della Val di Vara: lesca, furun

USI ETNOBOTANICI

DOMESTICI: quando non c'erano i fiammiferi si utilizzava questo fungo (macromicete) per gestire l'accensione del fuoco; una sezione del carpoforo messa sotto la cenere manteneva vivo il fuoco per tutta la notte; il mattino seguente bastava soffiarcisi sopra, come su un tizzone, per sviluppare nuovamente una fiammella da usare per l'accensione del fuoco. Questa tradizione è stata documentata solo tra la popolazione più anziana di Càssego e Scurtabò (Varese Ligure).

NOTE E CURIOSITÀ: si tratta di un fungo parassita che cresce sugli alberi; si riconosce per il caratteristico carpoforo sessile, a forma di zoccolo e disposto a mensola. Questo fungo lignicolo pluriennale è dotato di geotropismo, ossia è capace di orientare la sua parte fertile (imenio) in posizione parallela al terreno per facilitare la dispersione delle spore.

FONTI BIBLIOGRAFICHE: 12, 13, 21.