



Ho sempre pensato che l'arte di riconoscere le verdure spontanee fosse appannaggio di pochi esperti, profondi conoscitori della natura che insiste sul proprio territorio. Mi è capitato spesso di vedere, sul ciglio delle strade delle nostre province siciliane, abili mani dotate del classico sacchetto di plastica, all'opera nella raccolta di cespi che personalmente, non conoscendone la natura, non avrei mai mangiato. Pertanto, ho sempre creduto a me avulsa questa pratica, fino a quando non ho conosciuto il Prof. **Rosario Schicchi**, Ordinario di Botanica presso il **Dipartimento di Scienze Agrarie e Forestali dell'Università di Palermo**. Egli, frequentemente organizza, soprattutto sulle sue **Madonie**, da bravo castelbuonese, vere e proprie sessioni di riconoscimento "botanico" in valli e monti, finalizzate alla raccolta di tutto ciò che è spontaneo e commestibile.



**Rosario Schicchi** ovviamente non può accompagnare personalmente tutti coloro che sono interessati alla raccolta delle verdure spontanee, però per fortuna, il nostro professore, ha avuto la felice idea di trasformare questa sua passione in un pratico libro, in cui, coadiuvato nella redazione dalla ricercatrice botanica Dott.ssa Anna Geraci. ha inserito ben 45 schede di verdure spontanee commestibili che riguardano ben 80 specie della flora siciliana, completandolo infine con 14 ricette, la cucina è infatti un'altra sua passione. Ne è uscito fuori un inedito mix dal titolo "**Verdure spontanee di Sicilia**", che definire libro mi sembra alquanto riduttivo, esso è infatti una sorta di manuale pratico che accompagna il lettore in tutte le fasi di approccio con le verdure spontanee, dalla raccolta in campo fino alla preparazione nel piatto, tanto è vero che come sottotitolo è stato scelto "*Guida al riconoscimento, alla raccolta e alla preparazione*". Il termine manuale da me impiegato deriva dalla comoda organizzazione in schede che guida attraverso diversi aspetti delle verdure, per ognuna sono stati elencati: nome scientifico, eventuale sinonimo, nome italiano, nome in dialetto siciliano, una particolareggiata descrizione, la fenologia, la presenza sul territorio, il tipo di habitat, le proprietà più o meno officinali, l'uso in cucina, le curiosità popolari, la presenza sul mercato, le avvertenze sull'uso ed infine la bibliografia di riferimento. Considerando che quello che mangiamo oggi di vegetale è quasi tutto "inventato" in quanto non esistente in natura, viene difficile comprendere la categoria a cui appartengono le piante illustrate nel libro, esse sono infatti definite "alimurgiche", cioè alimenti che anticamente venivano utilizzati dalle classi meno abbienti in casi di estrema necessità, come carestie o guerre, in sostanza in caso di mancanza di cibo, oggi invece possono rivitalizzare la nostra cucina, con nuovi profumi, sapori e colori, dando uno sprint nuovo ai piatti di casa nostra, ma soprattutto al piattume della ristorazione, spendendo anche molto poco. "*Il libro nasce dalla consapevolezza che le verdure spontanee sono un patrimonio naturale che ha contribuito all'alimentazione corretta di tante generazioni di lavoratori e ceti meno abbienti per tantissimi secoli*", è così che ha esordito **Schicchi** alla mia domanda su come fosse nata l'idea di realizzare il manuale delle verdure. Nel corso dei secoli, dall'uso di queste piante si è anche creata cultura grazie al tramandarsi delle ricette, sui nomi, i proverbi, i modi di dire, addirittura indovinelli, in sostanza, il libro ha l'obiettivo di non far dimenticare queste tradizioni, salvare le verdure, la cultura e l'identità di un territorio, in esso è stata inclusa la seguente emblematica filastrocca-indovinello sull'asparago: "*Don Gaspànu, don Gaspànù, chi faciti 'ntè stu chianu? Nè manciati e nè viviti, ma siccu e longu vi faciti.*" Per raccogliere tutte queste informazioni **Schicchi** ha impiegato il patrimonio di conoscenza personale dei propri bisnonni, nonno e papà, dei ricordi da bambino, praticamente, nel libro ci sono le informazioni derivanti in parte dal mondo accademico, ma soprattutto le esperienze di ben 4 generazioni. Inoltre, le verdure spontanee hanno un'indubbio valore salutistico, poichè le proprietà officinali, ma soprattutto già il fatto stesso di integrare la nostra dieta con dei vegetali, l'avvicina alla benefica piramide alimentare mediterranea, in cui esse, insieme a legumi e cereali, sono alla base.

Il libro è attualmente in corso di ristampa, ma appena tornerà disponibile si potrà acquistare presso l'[ID.Med.](#), ma anche su [Amazon.it](#), con un prezzo di copertina di 20,00 Euro, consiglio vivamente di prenotarne una copia, onde evitare di dover aspettare ulteriormente, ma al contempo penso a tutti coloro che gradirebbero averne una copia digitale sul proprio smartphone, in modo da non dimenticarla mai a casa, invito pertanto l'editore a renderla disponibile sul già

## Verdure spontanee di Sicilia

Scritto da Maurizio Artusi

Sabato 06 Febbraio 2016 23:49

---

citato Amazon o altri shop online.



Però, si sa, un bel libro senza editore rimane solo un'idea, bisogna pur stamparlo e distribuirlo per diffonderlo, in questo caso ci è venuto in aiuto l'**I.Di.Med.**, Istituto Dieta Mediterranea, di cui il Prof. **Schicchi** è componente del Consiglio Direttivo e grazie al quale è stato inaugurato l'attività editoriale dell'ente proprio con il suo libro, inserendolo nell'ambito dei "**Quaderni di IDIMED**", una serie di pubblicazioni che speriamo insegnino a tutti noi a mangiare meglio. Dopo numerose apparizioni in eventi vari di libro, autore ed editore, lo scorso **22 gennaio 2016** si è svolta la presentazione ufficiale al cospetto di un folto pubblico, autorità amministrative locali e regionali, nonché di quell'ambiente accademico in cui il professore è inserito da tanto tempo.



La **Sala delle Capriate** di **Palazzo Steri**, location che ha accolto i relatori del convegno di presentazione, strettamente legata al mondo universitario, è riuscita a stento a contenere il gran numero di spettatori, gli interventi sono stati divisi in due parti principali, la prima di saluti con le autorità, la seconda più tecnica, culminata poi con gli interventi di **Anna Geraci** e **Rosario Schicchi**. Il moderatore **Salvo Toscano**, condirettore della testata "**I Love Sicilia**", ha subito introdotto il primo giro, dedicato ai saluti, con gli interventi di: **Fabrizio Micari**, Rettore dell'Università di Palermo, seguito a ruota da **Leoluca Orlando**, Sindaco di Palermo, **Antonello Cracolici**, Assessore Regionale dell'Agricoltura, dello Sviluppo Rurale e della Pesca Mediterranea, **Angelo Pizzuto**, Presidente dell'Ente Parco delle Madonie, **Stefano Colazza**, Direttore del Dipartimento di Scienze Agrarie e Forestali dell'Università di Palermo, **Bartolo Fazio**, Consigliere Delegato di I.Di.Med. La seconda tornata di interventi, incentrati su argomenti più tecnici, hanno visto in sequenza: **Paolo Inglese**, Coordinatore Consiglio Interclasse Produzioni e Tecnologie Agrarie UNIPA, **Giuseppe Carruba**, Presidente I.Di.Med., **Mario Indovina**, Slow Food Palermo, infine è stata la volta dei due autori: **Anna Geraci**, Ricercatrice Botanica UNIPA e **Rosario Schicchi**, Ordinario di Botanica UNIPA. Ha chiuso il convegno **Giuseppe Mogavero**, Sindaco di Isnello (PA). Tra i numerosi interventi, l'unico che ha descritto un profilo preciso dell'autore è stato **Paolo Inglese**, agevolato dal suo rapporto di amicizia, ha delineato chiaramente l'appassionata personalità di **Schicchi**, importante condizione per il conseguimento dei massimi risultati in qualsiasi disciplina.



Al termine della presentazione, si è svolta una degustazione di pane preparato da **Pietro Pupillo**, docente dell'**IPSSEOA Pietro Piazza** di **Palermo**, utilizzando farina di **Tumminia** coltivata a cura del **Consorzio Gian Pietro Ballatore** all'interno del **Parco Archeologico di Selinunte** (TP), seguito da alcuni prodotti dell'azienda dolciaria **Fiasconaro** di **Castelbuono** (PA).

### **Istituto IDIMED**

*Sede Amministrativa: Via Puccini, 34 – 90144 Palermo.*

*Sede Operativa: Viale Maria SS. Mediatrice, 130 – 90129 Palermo*

*Numero di telefono: 091 423485 - Fax: 091 423485*

*Email: f.cerami@istituidimed.com*

## Verdure spontanee di Sicilia

Scritto da Maurizio Artusi

Sabato 06 Febbraio 2016 23:49

---

moocasa\_albumid=6242890405062507633