

MICHELE ALEO, DARIO AZZARO, SALVATORE CAMBRIA & GIUSEPPE BAZAN

INDAGINI ETNOBOTANICHE NEL TERRITORIO DI PACECO  
(SICILIA OCCIDENTALE)

RIASSUNTO

Questo studio, condotto attraverso interviste somministrate ad agricoltori e artigiani, ha permesso di fornire nuovi dati sugli utilizzi tradizionali delle piante legati al folklore locale della comunità di Paceco (Trapani). In particolare, l'indagine ha evidenziato un gran numero di specie che ancora oggi, come nel passato, sono usate per l'alimentazione umana, quali *Cichorium intybus*, *Borago officinalis*, *Beta vulgaris* subsp. *maritima*, *Asparagus acutifolius*, *Foeniculum vulgare*, *Capparis spinosa*. In aggiunta agli usi delle specie spontanee, sono stati presi in considerazione gli utilizzi tradizionali di alcune specie esotiche coltivate per scopi artigianali e industriali, come il cotone, la cui coltura risulta oggi pressoché scomparsa su tutto il territorio regionale.

*Parole-chiave:* Usi popolari delle piante, piante medicinali, verdure spontanee, servizi ecosistemici, diversità bio-culturale.

SUMMARY

*Ethnobotanic surveys in the territory of Paceco (western Sicily).* This study, conducted through interviews of farmers and artisans, allowed to provide new data on the traditional uses of plants linked to the local folklore of the community of Paceco, now almost entirely disappeared. In particular, this investigation has highlighted the great number of plant species that even today, as in the past, are used as food; among them, *Cichorium intybus*, *Borago officinalis*, *Beta vulgaris* subsp. *maritima*, *Asparagus acutifolius*, *Foeniculum vulgare* and *Capparis spinosa*. In addition to the uses of native species, the traditional utilizations of some plants cultivated for artisan and industrial purposes, such as cotton, have been reported.

*Key words:* Popular uses of plants, medicinal plants, wild vegetables, ecosystem services, bio-cultural diversity.

## INTRODUZIONE

Fin dalle sue origini, il genere umano ha stretto un indissolubile legame col mondo vegetale, per due fondamentali scopi, nutrirsi e curarsi, sviluppando sempre meglio una cultura non scritta sulle piante del proprio territorio, una tradizione tramandata oralmente che si perde nella notte dei tempi. I depositari di questa conoscenza oggi sono soprattutto i più anziani che hanno vissuto il tramonto di un'epoca in cui essa era ancora necessaria per la sopravvivenza. Negli ultimi anni la Sicilia è stata oggetto di numerose indagini etnobotaniche (cfr. LENTINI & VENZA, 2007; ARCIDIACONO, 2016; GERACI *et al.*, 2018; PASTA *et al.* 2020; PRIGIONIERO *et al.*, 2020) che hanno tentato di recuperare tale sapere, rivelando i numerosi usi tradizionali delle piante, spesso circoscritti a territori particolarmente ristretti quali riflesso di particolari situazioni geografiche e complesse vicende storiche. Questa tipologia di studi, anche ad una scala molto locale, è quindi ancora oggi auspicabile e in questo senso si colloca anche il presente studio, dedicato specificatamente all'area di Paceco (Trapani) nella Sicilia occidentale, dove diversi autori (BONOMO & TRAPANI, 1974; LENTINI, 1987; LENTINI *et al.*, 1988, 1996, 1997; LENTINI & ALEO, 1991; ALEO *et al.*, 2014; QUAVE & SAITTA, 2016) hanno indagato altri siti. In particolare l'area in esame è stata stata interessata da un'antica ed eterogenea frequentazione umana e da una peculiare vicenda umana (BENIGNO, 1985; NICOLETTI *et al.*, 1997) che hanno plasmato in modo assai caratteristico le tradizioni contadine locali.

## MATERIALI E METODI

Questa ricerca è stata realizzata intervistando numerose persone, soprattutto anziani, che hanno operato nel campo agro-pastorale o del piccolo artigianato agricolo o che avevano comunque un forte legame personale con le tradizioni popolari, ormai quasi del tutto scomparse.

L'identificazione delle specie è stata effettuata con l'ausilio della prima e seconda edizione della Flora d'Italia (PIGNATTI, 1982; PIGNATTI *et al.*, 2017-2019). La nomenclatura segue la recente check-list della flora Italiana di BARTOLUCCI *et al.* (2018) per le specie autoctone, mentre per quelle esotiche si fa riferimento a The Plant List (2013).

## AREA DI STUDIO

Paceco è un piccolo centro rurale, posto a 36 metri sopra il livello del mare, che dista appena 5 km da Trapani. Il vecchio centro urbano sorge su di

una piccola collina, mentre i nuovi complessi edilizi si sono espansi su una zona pressoché pianeggiante. Il comune conta 11.200 abitanti ed occupa una superficie di circa 5.850 ettari; esso comprende due frazioni: Nubia e Dattilo.

Tra i tipici prodotti agricoli locali sono da segnalare i meloni, i pomodori, l'Aglio rosso di Nubia, i cereali, le olive, l'uva, i carciofi, etc.. Anche la pastorizia è ben sviluppata, soprattutto quella degli ovini, e si producono vari prodotti caseari. Questo centro agricolo fu fondato nel 1607 dal marchese Don Placido Fardella, che gli attribuì la denominazione di Paceco per onorare il nome della moglie, Donna Teresa Pacheco de Villena.

## RISULTATI

### Elenco floristico e usi delle specie

#### *Agave americana* L. [ASPARAGACEAE]

**Nome italiano:** Agave americana.

**Nome volgare:** *Zabbara*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** le giovani foglie triturate si adoperavano per preparare delle applicazioni nei casi di sciatalgia, mentre le foglie essiccate e polverizzate si usavano per curare l'ittero (comunemente noto come 'a *zafarana*).

**Usi artigianali:** le fibre delle foglie erano impiegate per produrre legacci, *liama*, per legare i covoni di frumento, orzo, avena, ecc.

**Curiosità:** le agavi erano spesso piantate filari allo scopo di delimitare i poderi (localmente noti come *Zabbaratu*), favorendo così la diffusione di questa specie esotica di origine sudamericana.

#### *Allium cepa* L. [AMARYLLIDACEAE]

**Nome italiano:** Cipolla.

**Nome volgare:** *Cipudda*.

**Parti utilizzate:** bulbo.

**Usi medicinali:** i catafilli sotto forma di decotto erano ritenuti un rimedio efficace contro le infiammazioni della prostata.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** ampiamente coltivata a scopo alimentare, la cipolla è originaria dell'Asia occidentale.

#### *Allium sativum* L. [AMARYLLIDACEAE]

**Nome italiano:** Aglio.

**Nome volgare:** *Agghja* o *Testa d'agghja*.

**Parti utilizzate:** bulbilli.

**Usi medicinali:** ben noto nella medicina popolare, era ritenuto un ottimo antisettico e perciò consigliato nei casi di diarrea associata ad infiammazione intestinale. Inoltre, un decotto di 3-4 bulbilli (*spicchi*), era usato contro il verme solitario, cioè i vermi intestinali *Taenia solium* e *T. saginata*. Napoli (2008) riporta un utilizzo simile come antielmintico anche nella Sicilia Orientale.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nelle campagne, soprattutto nella frazione di Nubia (Fig. 1). Utilizzato per uso alimentare, per condire la pasta, *Pasta cu' ll'agghja*, nonché carne, pesce, olive, etc. Secondo la tradizione popolare l'aglio era ritenuto un elemento indispensabile contro le fatture (insieme all'olio ed al sale), come recita la seguente frase recitata a scopo scaramantico: "*Agghia, sali ed ogghiu, mesci fattura chi nun ti vogghiu, capiddi 'ncinniriti lu me mali distruggiti. Spizzatu sia lu 'ncantu, a lu nomu di lu Patri, lu Figghiu e lu Spiritu Santu*".

*Ampelodesmos mauritanicus* (Poir.) T. Durand & Schinz. [**POACEAE**]

**Nome italiano:** Tagliamani.

**Nome volgare:** *Ddisa*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** le foglie essiccate venivano inumidite e poi intrecciate per farne legacci e funi, *cordi e liama di ddisa*, non a caso il nome generico *Ampelodesmos* significa proprio "legaccio per la vite". Intrecci delle stesse foglie si usavano altresì per fabbricare contenitori per i fichi secchi, *coffi p'i ficu*.

**Curiosità:** -

*Apium graveolens* L. [**APIACEAE**]

**Nome italiano:** Sedano comune.

**Nome volgare:** *Acci* o *Accia*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** per le sue proprietà diuretiche, il decotto veniva assunto nei casi di renella.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** la specie, che non cresce spontaneamente nell'area, viene coltivata negli orti per scopi alimentari, sia cruda che cotta, e per aromatizzare pietanze.

*Arundo donax* L. [**POACEAE**]

**Nome italiano:** Canna, Canna domestica.

**Nome volgare:** *Canna*.

**Parti utilizzate:** fusti (culmi legnosi), pellicola internodale.

**Usi medicinali:** la pellicola bianca all'interno del culmo in prossimità dei nodi, detta *tuppa*, era impiegata come emostatico nei casi di ferite delle labbra.

**Usi artigianali:** nelle campagne con substrati argilloso-umidi, i contadini, dopo averle fatte essiccare e tagliate alla lunghezza di 1,50 m, le impiegavano come sostegno per le viti, i giovani ulivi e come tutori di ortaggi, *ppi' ncannari* e *i pumarori*, e spesso per fare recinti. Ripulite dal fogliame e tagliate in quattro, si usavano per fabbricare contenitori, intrecciando i listelli secondo una tecnica particolare; i *cannizzi* ottenuti si usavano per i cereali (frumento, avena, orzo, etc.). Con i medesimi listelli si fabbricavano inoltre panieri e ceste, *panari* e *carteddi*.

**Curiosità:** presente in tutta l'isola, si tratta in realtà di una specie alloctona con carattere invasivo.

***Asparagus acutifolius* L. [ASPARAGACEAE]**

**Nome italiano:** Asparago pungente.

**Nome volgare:** *Sparaci, Sparaci sarvaggi*.

**Parti utilizzate:** giovani turioni, radici.

**Usi medicinali:** il decotto di asparagi è ritenuto depurativo e diuretico.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** per uso alimentare vengono utilizzati i giovani turioni che vanno lessati e poi conditi con olio e succo di limone. La pianta intera è chiamata *Troffa di sparaci* o *Sparacogna*.

***Asparagus albus* L. [ASPARAGACEAE]**

**Nome italiano:** Asparago bianco.

**Nome volgare:** *Sparaci, Sparaci sarvaggi*.

**Parti utilizzate:** giovani turioni, radici.

**Usi medicinali:** il decotto di asparagi è ritenuto depurativo e diuretico.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo, si rinviene nelle sciere e nelle siepi. Per uso alimentare vengono utilizzati i giovani turioni che vanno lessati e poi conditi con olio e succo di limone. La pianta intera è chiamata *Troffa di sparaci* o *Sparacogna*.

***Asphodelus ramosus* L. [ASPHODELACEAE]**

**Nome italiano:** Asfodelo mediterraneo, Asfodelo ramoso.

**Nome volgare:** *Purrazzu*.

**Parti utilizzate:** tuberi.

**Usi medicinali:** anticamente il succo dei tubercoli radicali o il tubero tagliato a fette veniva applicato sulla parte affetta da impetigine (*pitinii*).

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo negli incolti, nelle garighe, nei pascoli aridi, nelle sciare.

*Asplenium ceterach* L. subsp. *ceterach* [ASPLENIACEAE]

**Nome italiano:** Cedracca comune, Asplenio cedracca.

**Nome volgare:** *Spaccapetra*.

**Parti utilizzate:** fronde.

**Usi medicinali:** sotto forma di decotto si riteneva utile contro i calcoli renali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, sulle rupi (*Rocchi malummeri*, *Verderame*, etc. nel comune di Paceco), nelle sciare.

*Avena sativa* L. [POACEAE]

**Nome italiano:** Avena comune, Biada.

**Nome volgare:** *Avena* o *Vena*.

**Parti utilizzate:** semi, paglia.

**Usi medicinali:** impiegato in medicina popolare sotto forma di decotto in qualità di antinfiammatorio per il tubo digerente e vie urinarie. Inoltre la farina ottenuta tritutando i semi mista ad olio veniva utilizzata come unguento contro le emorroidi. Il decotto di avena veniva assunto nei casi di renella.

**Usi artigianali:** La paglia di avena veniva usata da una particolare figura ormai scomparsa, *u vardaru*, per riempire selle, barde e collari di muli, asini e cavalli.

**Curiosità:** specie sativa, cioè coltivata, tuttora usata come nutrimento per il bestiame.

*Beta vulgaris* L. subsp. *maritima* (L.) Arcang. [CHENOPODIACEAE]

**Nome italiano:** Bietola comune, Barbabietola, Bietola.

**Nome volgare:** *Gira sarvaggia*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** nella medicina popolare, per far maturare ascessi e foruncoli, vi si applicava un impiastro di foglie di bietola cruda. Il decotto si usava altresì per infiammazioni intestinali e bruciori delle vie urinarie.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, tipica degli incolti, usata in cucina come verdura. Un tempo, le massaie la usavano come ingrediente per preparare la pasta con le fave secche.

*Borago officinalis* L. [BORAGINACEAE]

**Nome italiano:** Borragine comune, Borrana, Borragine.

**Nome volgare:** *Burrania*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** la si mangiava cruda per combattere la stitichezza. Inoltre la mucillagine era ritenuta un ottimo rimedio contro la gastrite. Il decotto di foglie ha proprietà diuretiche.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, qua e là nelle campagne, nei vigneti, ai margini di canali. Utilizzata a scopo alimentare, sia come verdura che per condire la pasta, *Pasta ccà burrania*.

***Brassica nigra* (L.) W. D. J. Koch [BRASSICACEAE]**

**Nome italiano:** Cavolo senape-nera, Senape nera.

**Nome volgare:** *Sinapi*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** si credeva che il decotto fosse in grado di guarire bronchite ed asma. Inoltre, le foglie pestate si impiegavano nel mondo agropastorale per medicare ferite degli animali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** cresce spontanea, nei campi incolti, vicino a vecchi muretti; si tratta di una specie alloctona invasiva sub-cosmopolita. Si utilizza come verdura.

***Brassica rapa* subsp. *campestris* (L.) A. R. Clapham [BRASSICACEAE]**

**Nome italiano:** Cavolo dei campi, Ravizzone.

**Nome volgare:** *Qualeddu*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** Vedi *Brassica nigra*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, nei campi, nei vigneti, negli uliveti, etc. Si utilizza come verdura, sia semplicemente lessa e condita con olio d'oliva e limone, oppure frita in padella con l'aggiunta di olio ed aglio. Le massaie ne facevano delle ottime polpette ed anche dei prelibati stufati, *Stufatu di qualeddu e sasizza pasqualora*.

***Capparis spinosa* L. [CAPPARACEAE]**

**Nome italiano:** Capperò.

**Nome volgare:** *Chiàppara*.

**Parti utilizzate:** radici, foglie, boccioli.

**Usi medicinali:** una poltiglia di radici con olio di oliva si usava per curare le emorroidi. Si consigliava invece di masticare i boccioli per combattere il mal di denti.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, sulle rupi (*Rocchi malummeri*, *Verderame*, etc. nel comune di Paceco), nelle sciare. I boccioli, dopo essere stati macerati in salamoia, vengono usati per condire insalate, salse, antipasti, pizze, etc. Anche i frutti, 'i *Citruledda*, conservati sotto aceto sono ottimi nelle insalate.

***Ceratonia siliqua* L. [FABACEAE]**

**Nome italiano:** Carrubo.

**Nome volgare:** *Carrubba*.

**Parti utilizzate:** silique, foglie.

**Usi medicinali:** si consigliava il consumo di carrube a chi soffriva di diarrea. Inoltre un decotto di silique e foglie si riteneva un buon rimedio contro tosse persistente e affezioni bronchiali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** sebbene comune in tutta l'isola si tratta di una specie ampiamente diffusa nell'area Mediterranea ma non nativa in Sicilia. I frutti, detti *carrubbi*, venivano usati come alimento per il bestiame. Durante l'ultimo conflitto bellico, a causa della scarsità di pane, i frutti maturi venivano consumati dalla povera gente per sfamarsi. Le carrube tostate venivano, invece, utilizzate dai contadini per aromatizzare il vino.

***Chamaerops humilis* L. [ARECACEAE]**

**Nome italiano:** Palma nana.

**Nome volgare:** *Giummarra*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** le foglie si usavano per realizzare vari utensili come scope, *Scupi a manu e scupi a bastuni*, cordame, *Corda di Curina*, usato per riempire i fondi delle sedie, legare manici delle scope, fare funi, *Cordi pì sistiari*, che i contadini utilizzavano per determinare il sesto, cioè allineare i filari di nuovi impianti (vigneti od uliveti). Ancora, con l'intreccio delle foglie si fabbricavano borse, ceste e cestoni, canestri e ventagli, *Uzzi di curina*, *coffi pà querna e zimmila pà pagghja*, *cannistri e muscalora*, che venivano adoperati dai contadini in campagna.

**Curiosità:** spontanea, lungo i margini di strade interpoderali, vicino a vecchi casolari, nelle sciare.

***Cicer arietinum* L. [FABACEAE]**

**Nome italiano:** Cece.

**Nome volgare:** *Cicira*.

**Parti utilizzate:** semi.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata nelle campagne. Dopo averli fatti essiccare, i semi si consumano in zuppe o come condimento per la pasta. Una volta si abbrustolivano nel forno assieme alle fave, e si consumavano durante il periodo di Natale: 'a *Calia*. È usanza cucinarli assieme al frumento e alle fave per fare la *Cuccia* che si mangia il 13 Dicembre (Santa Lucia), condita con vino cotto *Vinicottu* (concentrato di mosto) o con miele oppure con ricotta. Con la farina di ceci si suole preparare un impasto utilizzato per fare le panelle.

***Cichorium endivia* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Indivia.

**Nome volgare:** *Nivia*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** il decotto ha proprietà rinfrescanti, diuretiche e depurative, e per tale motivo era usato per alleviare infiammazioni oculari. Le foglie, pestate nel mortaio, si applicavano su foruncoli e ascessi per favorirne la maturazione.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata nei giardini, si utilizza per scopi alimentari.

***Cichorium intybus* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Cicoria comune.

**Nome volgare:** *Cicoria di campagna* o *Cicoria di vigni* oppure *Cicoria selvaggia*.

**Parti utilizzate:** foglie e radici.

**Usi medicinali:** ha proprietà depurative e diuretiche, era consigliata ai sofferenti di fegato o di ittero. Era inoltre considerata un digestivo naturale, è infatti in grado di stimolare la produzione della bile. Nei casi di stitichezza si consigliava un decotto di foglie e radici.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, qua e là negli incolti, nei vigneti, lungo margini delle trazzere. Utilizzata per scopi alimentari. Può essere mangiata cruda in insalata o cotta condita con olio e limone.

***Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum. & Nakai [CUCURBITACEAE]**

**Nome italiano:** Anguria, Cocomero.

**Nome volgare:** *Miluni d'acqua*.

**Parti utilizzate:** frutto.

**Usi medicinali:** era considerato diuretico e ipotensivo.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nelle campagne per scopi alimentari. Si coltivava anche una varietà a polpa bianca detta *Miluni muscateddu*.

*Citrus deliciosa* Ten. [**RUTACEAE**]

**Nome italiano:** Mandarino.

**Nome volgare:** *Mandarinu*.

**Parti utilizzate:** frutti, buccia.

**Usi medicinali:** si usava mangiarne, nei casi di stitichezza, per favorire l'evacuazione.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nei giardini, si utilizza per scopi alimentari come frutta. La buccia di mandarino, fatta macerare 20 giorni in alcool puro, si usa per preparare un ottimo liquore (*Mandarinetto*) dalle proprietà tonico-digestive.

*Citrus medica* L. [**RUTACEAE**]

**Nome italiano:** Cedro.

**Nome volgare:** *Pirittuni, Pirittuni, Citru*.

**Parti utilizzate:** frutti, buccia.

**Usi medicinali:** si usava berne il succo nei casi di diarrea. Il decotto di buccia veniva utilizzato come digestivo e miorilassante, nei casi di dolori e crampi addominali. Mangiare la buccia di cedro era anche un rimedio per il mal di stomaco.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** Coltivato nei giardini, in prossimità delle abitazioni di campagna. Si utilizza per scopi alimentari.

*Citrus × aurantium* L. [**RUTACEAE**]

**Nome italiano:** Arancio.

**Nome volgare:** *Aranciu maniglia, Partuallu*.

**Parti utilizzate:** frutto, buccia.

**Usi medicinali:** si consigliava il consumo di succo nei casi di raffreddore o influenza.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nei giardini si consuma come frutta. Le massaie utilizzavano la buccia per aromatizzare dolci.

*Citrus × limon* (L.) Osbeck [**RUTACEAE**]

**Nome italiano:** Limone.

**Nome volgare:** *Lumiuni* o *Limuni*.

**Parti utilizzate:** frutto (intero o come succo), buccia.

**Usi medicinali:** un decotto di buccia con due foglie di alloro, veniva consumato come miorilassante, nei casi di dolori addominali. Inoltre si consigliava il consumo di limoni per abbassare la pressione arteriosa.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nei giardini, vicino alle abitazioni di campagna, largamente usato per scopi alimentari. In estate si usava fare un'insalata (limone, sale, olio ed acqua) detta *Lumiuni cunzatu*, in cui si inzuppava il pane. Con la buccia fatta macerare in alcool etilico si prepara il limoncello.

*Crataegus azarolus* L. [**ROSACEAE**]

**Nome italiano:** Azzarolo, Azzeruolo.

**Nome volgare:** *Azzaloru*.

**Parti utilizzate:** frutti, fiori.

**Usi medicinali:** un infuso di fiori si consumava per abbassare la pressione arteriosa (ipertensione).

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** si tratta di una specie tipica dell'arboricoltura da frutto non irrigua tradizionale. Grazie alla sua resistenza allo stress idrico estivo, infatti, veniva spesso piantata assieme a carrubi e olivi e fungeva da porta innesto per diverse specie da frutto; ancora oggi si rinvencono rari esemplari vicino a vecchi casolari. Si consumavano come frutta.

*Crataegus monogyna* Jacq. [**ROSACEAE**]

**Nome italiano:** Biancospino.

**Nome volgare:** *Spinapuci*.

**Parti utilizzate:** frutti, fiori.

**Usi medicinali:** un infuso di fiori si consumava per abbassare la pressione arteriosa (Ipertensione).

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** nelle siepi, raramente lungo il margine di strade e vecchi muretti a secco. Si utilizzava come frutta; era poco ricercata.

*Crithmum maritimum* L. [**APIACEAE**]

**Nome italiano:** Finocchio marino.

**Nome volgare:** *Finuccheddu marinu*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** gli si attribuivano proprietà diuretiche e depurative.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo lungo il litorale di Nubia e nelle saline. Raramente si utilizzava per scopi alimentari, mettendo le foglie sott'aceto.

***Cucumis melo* L. [CUCURBITACEAE]**

**Nome italiano:** Melone, Popone.

**Nome volgare:** *Miluni giallu pacicotu, Cartucciariu.*

**Parti utilizzate:** frutti.

**Usi medicinali:** è ricco di vitamine ed ha proprietà rinfrescanti, diuretiche, depurative e lassative.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nelle campagne, si utilizza per scopi alimentari. Anticamente si soleva appendere con delle reticelle i meloni alle travi dei casolari di campagna per consumarli in inverno.

***Cucumis sativus* L. [CUCURBITACEAE]**

**Nome italiano:** Cetriolo.

**Nome volgare:** *Citrolu.*

**Parti utilizzate:** frutti.

**Usi medicinali:** ha proprietà diuretiche, depurative, rinfrescanti e antinfiammatorie.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato negli orti, si utilizza per scopi alimentari, soprattutto nelle insalate.

***Cucurbita maxima* Duchesne [CUCURBITACEAE]**

**Nome italiano:** Zucca, Cocuzza.

**Nome volgare:** *Cucuzza baffa.*

**Parti utilizzate:** frutti.

**Usi medicinali:** è ricca di vitamine e sali minerali. Ha proprietà rinfrescanti e diuretiche, ed una blanda azione lassativa.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata negli orti, è abbondantemente utilizzata in cucina. I semi tostati ed insaporiti con sale, 'a *Simenza*, venivano una volta consumati come passatempo.

***Cucurbita pepo* L. [CUCURBITACEAE]**

**Nome italiano:** Zucchini.

**Nome volgare:** *Cucuzza virdumedda.*

**Parti utilizzate:** frutti.

**Usi medicinali:** è ricca di vitamine e sali minerali, ha proprietà diuretiche ed una blanda azione lassativa; si dice che favorisca l'espulsione dall'intestino del verme solitario, *Tenia solium*, dialettalmente chiamato *Vermi tagghiarinu*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata negli orti per scopi alimentari.

***Cydonia oblonga* Mill. [ROSACEAE]**

**Nome italiano:** Cotogno, Melo cotogno.

**Nome volgare:** *Cutugna*.

**Parti utilizzate:** frutti (pomi).

**Usi medicinali:** per le sue proprietà astringenti il frutto veniva mangiato crudo come rimedio a chi soffriva di diarrea.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** i frutti ben maturi si utilizzano come frutta. Possono consumarsi freschi, bolliti o al forno. Ottima è la cotognata, una confettura consumata sia morbida da spalmare che essiccata.

***Cynara cardunculus* L. subsp. *scolymus* (L.) Hegi [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Carciofi.

**Nome volgare:** *Carduni* e *Caccocciula*.

**Parti utilizzate:** foglie, infiorescenze.

**Usi medicinali:** per le sue proprietà diuretiche e depurative, in medicina popolare si usava fare un decotto di foglie. Veniva consigliato mangiare carciofi a chi soffriva di disturbi del fegato e della cistifellea.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivati da sempre nelle campagne di Paceco per scopi alimentari. Si utilizzano sia i giovani polloni basali emessi dal rizoma, *Figghiulini di carduna*, sia l'infiorescenza.

***Cynara cardunculus* L. subsp. *cardunculus* [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Carciofo.

**Nome volgare:** *Carduni spinusu*.

**Parti utilizzate:** foglie, infiorescenze.

**Usi medicinali:** le si attribuiscono proprietà diuretiche e depurative.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** nelle sciare, lungo i viottoli e le vie interpoderali. La pianta, una volta, veniva usata per scopi alimentari; si ricorda, a proposito, il vecchio proverbio: *Si voi mangiari ustusu: pani, tumazzu e carduni spinusu* (se vuoi mangiare gustoso; pane, formaggio e cardo selvatico).

***Cynodon dactylon* (L.) Pers. [POACEAE]**

**Nome italiano:** Gramigna.

**Nome volgare:** *Ramigna*.

**Parti utilizzate:** rizomi.

**Usi medicinali:** il decotto aveva svariati usi, per le infiammazioni delle vie uro-genitali a quelle gastro-enteriche; come diuretico nei casi di calcoli renali o renella.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, si rinviene nelle zone incolte, nei giardini, lungo i bordi dei viottoli o delle strade, nelle pietraie.

*Daucus carota* L. **subsp. sativus** (Hoffm.) Schübl. & G. Martens

[*APIACEAE*]

**Nome italiano:** Carota.

**Nome volgare:** *Vastunaca*.

**Parti utilizzate:** fittone (radice).

**Usi medicinali:** ha proprietà anti infiammatorie ed è ricca di vitamine e sali minerali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata negli orti, la radice si utilizza per scopi alimentari, sia cruda che cotta.

*Dittrichia viscosa* (L.) Greuter **subsp. viscosa** [*ASTERACEAE*]

**Nome italiano:** Inula vischiosa.

**Nome volgare:** *Brucana, Vrucana, Prucana*.

**Parti utilizzate:** fusticini lignificati.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** un tempo dopo aver fatto essiccare i fusti, si legavano in piccoli mazzetti, e usati per farne scopini, *Scuparini*, che i contadini adoperavano per pulire le stalle.

**Curiosità:** cresce spontanea negli incolti, lungo i margini di strade interpoderali.

*Equisetum telmateja* Ehrh. [*EQUISETACEAE*]

**Nome italiano:** Equiseto, Coda di cavallo.

**Nome volgare:** *Cura cavaddina* o *Coda cavallina*.

**Parti utilizzate:** caule sterile.

**Usi medicinali:** per le sue proprietà diuretiche e depurative, era un eccellente rimedio contro calcoli renali e renella.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo nelle zone umide, nei canali, e nelle depressioni acquitrinose.

*Eriobotrya japonica* (Thunb.) Lindl. [*ROSACEAE*]

**Nome italiano:** Nespolo del Giappone.

**Nome volgare:** *Nespula*.

**Parti utilizzate:** frutti.

**Usi medicinali:** ricche di vitamine, zuccheri e sali minerali; nei casi di diarrea si consigliava il consumo di nespole non del tutto mature.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata nei giardini e vicino a vecchi casolari. Si consuma come frutta. Originaria dell'Asia orientale ed introdotta in Sicilia intorno al XVIII secolo.

***Fedia graciliflora*** Fisch. & C.A. Mey. [**VALERIANACEAE**]

**Nome italiano:** Lattughella.

**Nome volgare:** *Peri di ciocca, Peri ciocca, Mandalena.*

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** un decotto di foglie si consigliava per le sue proprietà diuretiche e depurative.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea negli incolti, lungo i margini dei canali e nei vigneti. Una tempo veniva consumata come insalata.

***Ferula communis*** L. [**APIACEAE**]

**Nome italiano:** Ferula.

**Nome volgare:** *Fella.*

**Parti utilizzate:** fusto.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** in passato era comune la produzione di piccoli sgabelli, *Firlizzi*, usati dai pastori durante la mungitura. Si usava anche per realizzare tappi per botti e bottiglie. I fusti ripuliti erano usati anche come bastoni da pastori e anziani.

**Curiosità:** spontanea negli incolti, nelle sciare, lungo i margini di trazzere.

***Ficus carica*** L. [**MORACEAE**]

**Nome italiano:** Fico.

**Nome volgare:** *Ficara* (albero), *Ficu* (frutto).

**Parti utilizzate:** infruttescenze (siconi), lattice.

**Usi medicinali:** un decotto di fichi si consigliava per sedare la tosse. Inoltre il lattice delle foglie era usato come rimedio alle verruche, *Birrini*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** specie coltivata di origine asiatica. I frutti vengono consumati come frutta; si utilizzano, anche, per farne confetture. Tipica della zona è la varietà precoce viola, *Bifari*, ed i fichi verdi estivi detti *Ficu attati*. Questi ultimi, un tempo, venivano fatti essiccare al sole, poi riposti dentro un apposito contenitore, detto *Coffa pi ficu*, a strati con mandorle e foglie di alloro, poi

pressati per compattarli. I contadini li consumavano in inverno, come companatico, *Ficu sicchi*, *Ficu a chiappa*. Le massaie li usavano inoltre, per preparare i biscotti natalizi *Viscotta ri ficu*.

***Foeniculum vulgare* Mill. [APIACEAE]**

**Nome italiano:** Finocchio selvatico.

**Nome volgare:** *Finucchieddu sarvaggiu*.

**Parti utilizzate:** foglie, semi.

**Usi medicinali:** il decotto di semi si riteneva efficace per trattare l'aerofagia.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo, abbonda negli incolti, ai margini dei tratturi, *trazzère*, nelle sciare. Si utilizza per scopi alimentari, soprattutto nella pasta con le sarde. I semi si usano per condire la salsiccia.

***Glycyrrhiza glabra* L. [FABACEAE]**

**Nome italiano:** Liquirizia.

**Nome volgare:** *Ligneddu, Raulizia*.

**Parti utilizzate:** radici, foglie.

**Usi medicinali:** le foglie, ridotte in poltiglia, venivano usate per cicatrizzare le ulcere dei muli.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea negli incolti, nei coltivi abbandonati. Il legno tenero delle radici, detto *ligneddu*, essiccato, veniva poi masticato dai contadini per eliminare la voglia di fumare.

***Gossypium herbaceum* L. [MALVACEAE]**

**Nome italiano:** Cotone.

**Nome volgare:** *Cuttuni*.

**Parti utilizzate:** peli che rivestono i semi (bambagia).

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** specie di origine asiatica, una volta abbondantemente coltivata nell'agro pacecoto per uso commerciale.

***Hypericum perforatum* L. [HYPERICACEAE]**

**Nome italiano:** Erba di San Giovanni a foglie cordate, Iperico perfolgiato.

**Nome volgare:** *Piricò, Erva di S. Giuvanni*.

**Parti utilizzate:** fiori.

**Usi medicinali:** molto noto alla medicina popolare per le sue proprietà astringenti e antinfiammatorie. I fiori freschi si lasciavano macerare in olio di

oliva per circa una settimana, ottenendo l'olio di iperico, *Ogghiu di piricò*, impiegato per disinfettare piaghe e ferite, ustioni e contusioni di qualsiasi genere.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo, si rinviene negli incolti, nelle sciare, etc.

***Helianthus annuus* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Girasole.

**Nome volgare:** *Girasuli, Facciazza.*

**Parti utilizzate:** semi, foglie.

**Usi medicinali:** un infuso di foglie si usava come rimedio nei casi di febbre persistente.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine americana, era abbondantemente coltivato nelle campagne per i semi che sono commestibili.

***Hordeum vulgare* L. [POACEAE]**

**Nome italiano:** Orzo.

**Nome volgare:** *Oriu, Rascaddusu.*

**Parti utilizzate:** semi.

**Usi medicinali:** in medicina popolare, il decotto veniva utilizzato sia come rinfrescante sia come antinfiammatorio.

**Usi artigianali:** la raccolta dell'orzo soleva farsi nell'aia; la paglia, *Pagghjalonga*, ottenuta dalla prima battitura degli zoccoli dei muli o dei cavalli, era riciclata ed aveva un valore commerciale; infatti essa veniva impiegata per riempire i materassi, *matarazzi di pagghjalonga*.

**Curiosità:** specie coltivata, l'orzo è tuttora utilizzato per il nutrimento del bestiame. Durante il periodo bellico, i chicchi si abbrustolivano e si usavano al posto del caffè.

***Hyoscyamus albus* L. [SOLANACEAE]**

**Nome italiano:** Giusquiamo bianco.

**Nome volgare:** *Erva rassudda.*

**Parti utilizzate:** semi.

**Usi medicinali:** contro il mal di denti si usava masticare qualche seme, che poi veniva subito sputato, poiché si tratta di una specie altamente tossica.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo, si trova spesso vicino a vecchie abitazioni, in prossimità di muri o di ruderi.

***Hyoseris radiata* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Radicchio selvatico.

**Nome volgare:** *Caiddedda sarvaggia* o *Cardidduni*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** cresce spontanea negli incolti, nei coltivi abbandonati. Veniva consumata come alimento, le giovani foglie, crude, si usavano per farne insalata mentre cotte, condite con olio di oliva ed una spremuta di limone divenivano una minestra o un contorno.

*Jasminum officinale* L. [*OLEACEAE*]

**Nome italiano:** Gelsomino.

**Nome volgare:** *Gelsuminu* o *Gessuminu*.

**Parti utilizzate:** fiori.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** Oltre ad essere coltivato come pianta ornamentale, i fiori si utilizzano per confezionare granite e gelati. Anticamente, l'infuso di fiori freschi veniva usato come rinfrescante.

*Juncus effusus* L. [*JUNCACEAE*]

**Nome italiano:** Giunco comune.

**Nome volgare:** *Iuncu*.

**Parti utilizzate:** culmi (fusti), infiorescenze.

**Usi medicinali:** l'infuso con le infiorescenze veniva usato sia come diuretico che antinfiammatorio.

**Usi artigianali:** i culmi, raccolti e poi essiccati, inumiditi prima dell'uso, venivano intrecciati per realizzare contenitori per ricotta o formaggio, 'iFasceddi'.

**Curiosità:** spontaneo, cresce nei canali e nelle zone umide incolte. Alle specie del genere *Juncus* è legato il noto proverbio "Calati juncu chi passa la china".

*Juncus maritimus* Lam. [*JUNCACEAE*]

**Nome italiano:** Giunco marittimo.

**Nome volgare:** *Iuncu marinu*.

**Parti utilizzate:** infiorescenze.

**Usi medicinali:** l'infuso ottenuto dalle infiorescenze veniva usato sia come diuretico sia come antinfiammatorio.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo nei canali, nelle zone umide, nelle saline ed in prossimità del mare.

***Lactuca sativa* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Lattuga.

**Nome volgare:** *Lattuca*, 'Nzalata.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** il decotto di foglie veniva utilizzato sia come diuretico che per attenuare le infiammazioni oculari.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata negli orti, normalmente viene consumata cruda, in insalata.

***Lagenaria siceraria* (Molina) Standl. [CUCURBITACEAE]**

**Nome italiano:** Zucchini siciliana, Zucchini lunga.

**Nome volgare:** *Cucuzza longa*.

**Parti utilizzate:** foglie, frutti.

**Usi medicinali:** è ricca di vitamine e sali minerali. Ha proprietà rinfrescanti e diuretiche, ed una blanda azione lassativa.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata negli orti. Le zucchine lunghe vengono largamente usate nella cucina locale. Le giovani cime, *Tinnarumi*, sbollentate, e condite con olio di oliva, vengono consumate come minestra o con la pasta, *Pasta ccà cucuzza e tinnarumi*.

***Laurus nobilis* L. [LAURACEAE]**

**Nome italiano:** Alloro.

**Nome volgare:** *Addauru*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** in medicina popolare il decotto di foglie e buccia di limone è indicato come digestivo, per alleviare i dolori di stomaco ed il gonfiore intestinale.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** Coltivata per le sue proprietà aromatiche, lo si usa molto in cucina per insaporire carne e pesce, come anche nella cottura del couscous. Foglie di Alloro si usano anche per insaporire i fichi secchi. Non è presente allo stato spontaneo nell'area di Paceco.

***Lathyrus oleraceus* Lam. [FABACEAE]**

**Nome italiano:** Pisello.

**Nome volgare:** *Pisedda*.

**Parti utilizzate:** semi.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivati a scopo alimentare consumati sia freschi che secchi. Un tempo erano i legumi maggiormente consumati dalle famiglie di contadini; essi sono infatti ricchi di proteine, zuccheri e sali minerali.

*Lens culinaris* Medik. [**FABACEAE**]

**Nome italiano:** Lenticchia.

**Nome volgare:** *Lenticchia*.

**Parti utilizzate:** semi.

**Usi medicinali:** nei casi di stitichezza si consigliava di mangiare zuppa di lenticchie.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** le lenticchie erano un tempo coltivate nelle campagne. Si consumano, dopo averle fatte essiccare, sia per farne zuppe sia per condire la pasta, *Pasta ccà lenticchia*.

*Linum usitatissimum* L. [**LINACEAE**]

**Nome italiano:** Lino.

**Nome volgare:** *Linu* o *Linusa*.

**Parti utilizzate:** semi.

**Usi medicinali:** il decotto di semi, ricchi di mucillagini, veniva utilizzato come emolliente, antinfiammatorio e lassativo. Molto diffuso era l'uso dei cataplasmi fatti con semi triturali e cotti in acqua, fino ad ottenere una specie di densa polentina che si avvolgeva in un panno; questa poltiglia veniva applicata sui foruncoli, sulla pelle irritata e nelle zone contuse.

**Usi artigianali:** dagli steli, battuti e sfilacciati, si otteneva una particolare paglia, *crinu*, che si usava per riempire i materassi ed imbottire sedie.

**Curiosità:** un tempo coltivato nelle campagne per la commercializzazione dei semi. I contadini, per rendere il pelo lucido agli animali da soma, aggiungevano alla biada semi di lino.

*Malus domestica* (Borkh.) Borkh. [**ROSACEAE**]

**Nome italiano:** Melo.

**Nome volgare:** *Pumiceddu ruci*; una varietà dal frutto particolarmente piccolo è nota localmente come *Pumu salignu*.

**Parti utilizzate:** pomi (frutti).

**Usi medicinali:** si pensa che avesse proprietà depurative, diuretiche e rinfrescanti. Anticamente veniva usata anche come rimedio contro le infiammazioni, le infezioni e le verruche

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato per il consumo come frutta.

***Malva sylvestris* L. [MALVACEAE]****Nome italiano:** Malva selvatica.**Nome volgare:** *Maiiva*.**Parti utilizzate:** foglie, fiori.**Usi medicinali:** il decotto di fiori si usava per contrastare le infiammazioni delle mucose orali, per calmare la tosse, per la gengivite e per l'arrossamento cutaneo con prurito. L'infuso si usava come emolliente, lassativo e rinfrescante e per curare le infiammazioni agli occhi. Un impiastro di foglie giovani si applicava sui paterecci (infiammazioni delle dita), *Panarizzi*.**Usi artigianali:** -**Curiosità:** spontanea, si trova facilmente negli incolti, negli ambienti ruderali, ai margini delle strade, nei campi e nei prati.***Mentha × piperita* L. [LAMIACEAE]****Nome italiano:** Menta piperita.**Nome volgare:** *Menta* o *Amenta*.**Parti utilizzate:** foglie.**Usi medicinali:** per attenuare le infiammazioni del cavo orale si usava un infuso di foglie di menta come collutorio. L'infuso era anche utilizzato nei casi di dolori di stomaco.**Usi artigianali:** -**Curiosità:** è una pianta aromatica nota per le sue proprietà digestive, antisettiche e rinfrescanti. In cucina viene impiegata per insaporire le pietanze e per aromatizzare cibi.***Mentha pulegium* L. [LAMIACEAE]****Nome italiano:** Menta poggio, Menta romana.**Nome volgare:** *Puleu*.**Parti utilizzate:** foglie.**Usi medicinali:** veniva utilizzata sotto forma di impasto, per far guarire le piaghe, *Viruli*, dei cavalli, dei muli e degli asini.**Usi artigianali:** -**Curiosità:** l'oleolito (soluzione oleosa ottenute per infusione), *Ogghiu di puleu*, veniva usato per allontanare le pulci dagli animali domestici.***Morus alba* L. [MORACEAE]****Nome italiano:** Gelso bianco.**Nome volgare:** *Cesuu biancu* o *Cesuu palinu*.**Parti utilizzate:** sorosi (infruttescenze), lattice.**Usi medicinali:** una scorpiata di gelsi maturi è un ottimo lassativo; inoltre il lattice veniva usato come rimedio alle verruche, *Birrini*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato per scopi alimentari.

*Morus nigra* L. [**MORACEAE**]

**Nome italiano:** Gelso nero.

**Nome volgare:** *Ceusu niuru*.

**Parti utilizzate:** sorosi (infruttescenze), lattice.

**Usi medicinali:** il lattice veniva usato come rimedio alle verruche, *Birrini*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato per scopi alimentari, con i frutti infatti, si preparano ottime granite.

*Ocimum basilicum* L. [**LAMIACEAE**]

**Nome italiano:** Basilico.

**Nome volgare:** *Basiricò*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato per l'uso come spezia. Nel comprensorio di Paceco, come pure nei comuni vicini, si usava coltivarlo nei vasi, *'nta rasta*, e porlo sui davanzali, dove si riteneva che allontanasse le zanzare.

*Olea europaea* L. [**OLEACEAE**]

**Nome italiano:** Ulivo.

**Nome volgare:** *arvulu d'alivu* o *Peri d'alivu*.

**Parti utilizzate:** drupe (frutti), giovani polloni, legno.

**Usi medicinali:** il decotto di foglie veniva utilizzato per lavare piaghe e ferite agli animali da soma.

**Usi artigianali:** una volta ripuliti e fatti essiccare, i giovani polloni, nel vernacolo *Pirocchi d'alivi*, si usavano per fabbricare artigianalmente cesti e panieri (*panara*, *carteddi* e *cartidduna*). Dalla potatura, il legno a pezzatura più grossa, *lignu rossu*, si utilizzava nelle campagne per cucinare il pomodoro (dalla cui spremitura si estrae la salsa), o il vino cotto (concentrato di mosto). I rami, invece, si usavano per alimentare il focolare o il forno. Alcuni germogli di buona pezzatura si utilizzavano, invece, per farne supporti, o bastoni, *fuccini* e *vastuna*. Il legno di ulivo veniva sfruttato anche per intagliare mobili e arnesi di campagna, come ad esempio i tridenti, *Trarenti*. I nostri nonni impiegavano l'olio come combustibile per le lucerne, *Cannila*.

**Curiosità:** coltivato nelle campagne, lo si trova come pianta ornamentale nei giardini e nelle ville. Di quest'albero, i frutti vengono adoperati, per la massima parte, per la produzione di olio extra vergine di oliva. Durante il

periodo della raccolta, i contadini usano salare le olive nere in un paniere per poi consumarle come companatico, *Alivi a passuluna*. È d'uso, anche, mettere in salamoia le olive verdi (nocellara), condendoli con cime di finocchio e con rametti di carruba, per essere poi utilizzati, sia come companatico sia per condire cibi in cucina, *Alivi viridi, alivi viddi*.

***Opuntia ficus-indica* (L.) Mill. [CACTACEAE]**

**Nome italiano:** Fichi d'India.

**Nome volgare:** *Peri di ficurinia*, i frutti *Ficurinia*.

**Parti utilizzate:** frutti, cladodi (pale), fiori.

**Usi medicinali:** la mucillagine contenuta nei cladodi veniva applicata su piaghe e ferite cutanee come antinfiammatorio. Il decotto di fiori secchi, *Ciuri' ificurinia*, era ritenuto diuretico e rinfrescante.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine americana, con un forte carattere d'invasività, è spesso coltivato per il consumo dei frutti. Durante la seconda guerra mondiale i fichi d'India venivano usati per farne conserve e concentrati, *sàissa di ficurinia* e *'strattu di ficurinia*. I cladodi venivano altresì utilizzati come foraggio per i bovini.

***Origanum vulgare* L. [LAMIACEAE]**

**Nome italiano:** Origano.

**Nome volgare:** *Arriano* o *Rianu*.

**Parti utilizzate:** sommità fiorite, foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo nelle zone collinari incolte, coltivato nei giardini. Utilizzato in cucina per aromatizzare cibi. Le massaie usavano mettere un po' di origano nella salamoia delle sarde. È il condimento essenziale della *origanata*, *Rianata*; si usa nelle insalate contadine a base di pomodoro, cipolla e patate lesse.

***Papaver rhoeas* L. [PAPAVERACEAE]**

**Nome italiano:** Papavero, Rosolaccio.

**Nome volgare:** *Papparina*.

**Parti utilizzate:** fiori, semi.

**Usi medicinali:** il decotto di petali veniva usato come rimedio contro il fuoco di Sant' Antonio (*Herpes zooster*) e per alleviare il mal di denti. I semi di papavero si impiegavano per facilitare il sonno dei bambini.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** lo si trova nei campi, negli incolti, negli ambienti ruderali, ai bordi di strade e, a volte, infestante nei campi di cereali.

***Parietaria judaica* L. [URTICACEAE]**

**Nome italiano:** Parietaria giudaica, Vetriola minore.

**Nome volgare:** *Erva di ventu*.

**Parti utilizzate:** parti aeree.

**Usi medicinali:** si usava, per le sue proprietà diuretiche e depurative, come rimedio curativo della renella e dei calcoli renali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, si ritrova sui vecchi muri, sulle rupi ombreggiate.

***Petroselinum crispum* (Mill.) Fuss [APIACEAE]**

**Nome italiano:** Prezzemolo.

**Nome volgare:** *Piddusinu, Piddusinu rizzu*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** il decotto veniva usato per le sue proprietà diuretiche ed ipotensive.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato per l'uso in cucina, per aromatizzare cibi; è indispensabile nella zuppa di pesci.

***Phaseolus vulgaris* L. [FABACEAE]**

**Nome italiano:** Fagiolo.

**Nome volgare:** *Fasola, Fasulina* (i baccelli teneri).

**Parti utilizzate:** baccelli interi, semi.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine americana, i fagioli si coltivano per scopi alimentari e si consumano sia freschi sia secchi.

***Phoenix canariensis* H. Wildpret [ARECACEAE]**

**Nome italiano:** Palma delle Canarie.

**Nome volgare:** *Paimma*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** abili intrecciatori realizzavano col fogliame borse e cestoni, *Coffi e Zimmila*. Le borse si usavano come contenitore di biada per muli e cavalli, i cestoni invece, inseriti sotto il carro, servivano da contenitori per il trasporto della paglia e/o di alimenti.

**Curiosità:** originaria delle isole Canarie, si coltivava per lo più come

pianta ornamentale vicino le case di campagna, ville, bagli. Tradizionalmente, alla vigilia della Domenica delle Palme, le foglie più giovani, bianco-giallastre, venivano intrecciate, e con l'aggiunta di un ramo di ulivo, in quanto entrambe piante da cui si ricava olio, si portavano in chiesa per farli benedire, per poi tenerli nelle case fino all'anno seguente.

***Phoenix dactylifera* L. [ARECACEAE]**

**Nome italiano:** Palma da datteri.

**Nome volgare:** *Paimma*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** abili intrecciatori realizzavano col fogliame borse e cestoni, *Coffi e Zimmila*. Le borse si usavano come contenitore di biada per muli e cavalli, i cestoni invece, inseriti sotto il carro, servivano da contenitori per il trasporto sia della paglia sia di alimenti.

**Curiosità:** originaria della fascia tropicale di Africa e Asia, si coltivava per lo più come pianta ornamentale vicino le case di campagna, ville, bagli. Tradizionalmente, alla vigilia della Domenica delle Palme, le foglie più giovani, bianco-giallastre, venivano intrecciate, e con l'aggiunta di un ramo di ulivo, in quanto entrambe piante da cui si ricava olio, si portavano in chiesa per farli benedire, per poi tenerli nelle case fino all'anno seguente.

***Phragmites australis* (Cav.) Trin. ex Steud. subsp. *australis* [POACEAE]**

**Nome italiano:** Cannuccia di palude.

**Nome volgare:** *Cannacciola*.

**Parti utilizzate:** culmi (fusti).

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** venivano utilizzate, dopo averle essiccate, ripulite e tagliate a metà, per intrecciare panieri e panierini. Si utilizzavano, anche, per costruire gabbie per uccelli, *Aggi p'aceddi*.

**Curiosità:** spontanea, la si rinviene lungo gli argini dei canali.

***Portulaca oleracea* L. [PORTULACACEAE]**

**Nome italiano:** Porcellana comune, Erba dei porci.

**Nome volgare:** *Pucciddana*.

**Parti utilizzate:** rami giovani, foglie.

**Usi medicinali:** impacchi di foglie erano di rimedio ai foruncoli; impiastri di foglie si usavano per curare le emorroidi.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, si trova facilmente negli orti nei giardini e nei coltivi umidi. I rami giovani erano consumati in insalata.

***Polygonum aviculare* L. [POLYGONACEAE]**

**Nome italiano:** Poligono centinodia, Poligono degli uccelli, Correggiola, Centinoda.

**Nome volgare:** *Centuruppa*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** il decotto si consigliava come diuretico, nei casi di coliche renali favoriva l'espulsione di calcoli dai reni e della renella dalla vescica.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, ai margini delle strade di campagna, nelle aree incolte, nei vigneti etc.

***Prunus armeniaca* L. [ROSACEAE]**

**Nome italiano:** Albicocco.

**Nome volgare:** *Piccocu*.

**Parti utilizzate:** drupe (frutti).

**Usi medicinali:** ha proprietà diuretiche e depurative. È ricco di vitamine e sali minerali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato per il consumo dei frutti.

***Prunus avium* L. (L.) [ROSACEAE]**

**Nome italiano:** Ciliegio.

**Nome volgare:** *Ciràsa*.

**Parti utilizzate:** drupe (frutti).

**Usi medicinali:** ha proprietà diuretiche e depurative. È ricco di vitamine e sali minerali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine eurasiatica, è coltivato per il consumo dei frutti.

***Prunus cerasus* L. [ROSACEAE]**

**Nome italiano:** Amareno.

**Nome volgare:** *Amarena, Marena*.

**Parti utilizzate:** drupe (frutti).

**Usi medicinali:** ha proprietà diuretiche e depurative. È ricco di vitamine e sali minerali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine pontica, è coltivato per il consumo dei frutti.

***Prunus domestica* L. [ROSACEAE]**

**Nome italiano:** Pruno, Susino.

**Nome volgare:** *Piùnu, Prunu*.

**Parti utilizzate:** drupe (frutti).

**Usi medicinali:** ha proprietà diuretiche e depurative. È ricco di vitamine e sali minerali.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato per il consumo dei frutti.

*Prunus dulcis* (Mill.) D.A. Webb [**ROSACEAE**]

**Nome italiano:** Mandorlo.

**Nome volgare:** *Mennulu*, il frutto *Mennula*.

**Parti utilizzate:** frutti.

**Usi medicinali:** nei casi di febbre persistente o mal di pancia, si consigliava di mangiare pasta con mandorle, *pasta ccà mennula*, perché regolava la funzionalità intestinale. Si reputava, infatti, che le mandorle dolci avessero proprietà rinfrescanti, emollienti ed antiinfiammatorie.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato per il consumo dei frutti; lo si trova spesso vicino a vecchie abitazioni di campagna, nelle *sciare*, negli incolti, etc. Le mandorle si consumano come frutta secca, sia crude che tostate al forno. Il loro uso in cucina è molto vario: con la triturazione, si ottiene la farina di mandorle che si usa ancora oggi per preparare dolci, torte e biscotti. Per la festività dei morti era d'uso preparare in casa la frutta di martorana (Marzapane), e per Pasqua i tradizionali agnellini.

*Prunus persica* (L.) Batsch [**ROSACEAE**]

**Nome italiano:** Pesco.

**Nome volgare:** *Pessicu*, o *speggia*, *spergia*.

**Parti utilizzate:** drupe (frutti). Le sbergie sono una varietà di pesca di piccola dimensione e a polpa dura.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato per il consumo come frutta.

*Prunus spinosa* L. [**ROSACEAE**]

**Nome italiano:** Pruno selvatico, Prugnolo.

**Nome volgare:** *Prunu sarvaggiu*, *Prunastru*.

**Parti utilizzate:** drupe (frutti).

**Usi medicinali:** i frutti, dal gusto acidulo, per le loro proprietà astringenti, si facevano mangiare a chi soffriva di diarrea.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo; rari esemplari si rinvencono vicino a vecchi ruderi, o in qualche siepe.

***Punica granatum* L. [LYTHRACEAE]****Nome italiano:** Melograno.**Nome volgare:** *Ranatu*.**Parti utilizzate:** frutti.**Usi medicinali:** in medicina popolare, la buccia del melograno si utilizzava per favorire l'espulsione del verme solitario, *Vermi Tagghiarinu*.**Usi artigianali:** -**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato per il consumo dei frutti.***Pyrus communis* L. [ROSACEAE]****Nome italiano:** Pero.**Nome volgare:** *Piru*.**Parti utilizzate:** pomi (frutti).**Usi medicinali:** si consigliava il consumo di pere ai convalescenti per il loro contenuto in zuccheri, vitamine e sali minerali.**Usi artigianali:** -**Curiosità:** coltivato per il consumo dei frutti.***Raphanus raphanistrum* L. subsp. *raphanistrum* [BRASSICACEAE]****Nome italiano:** Ravanello selvatico, Rapastrello, Ramolaccio.**Nome volgare:** *Razza*.**Parti utilizzate:** foglie.**Usi medicinali:** il decotto facilitava la diuresi.**Usi artigianali:** -**Curiosità:** spontaneo, vicino a vecchi casolari, aree incolte, lungo i viottoli. Si consumava come verdura fresca e la si mangiava come companatico in sostituzione dei ravanelli, *pani e razza*.***Raphanus raphanistrum* L. subsp. *sativus* (L.) Schmalh. [BRASSICACEAE]****Nome italiano:** Ravanello, Rafano.**Nome volgare:** *Raricia*.**Parti utilizzate:** foglie, radice.**Usi medicinali:** si consigliava il consumo per facilitare la diuresi.**Usi artigianali:** -**Curiosità:** coltivato negli orti per uso alimentare. Si trovava spesso nelle tavole dei contadini. Per il suo caratteristico sapore pungente e piccante, generalmente, si consuma crudo nelle insalate.***Rhus coriaria* L. [ANACARDIACEAE]****Nome italiano:** Sommacco siciliano.**Nome volgare:** *Sommaccu*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** si tratta di una specie alloctona fortemente invasiva di origine Medio-Orientale e Nord Africana, che trovava largo impiego per la concia al tannino. Nel territorio di Paceco, alcuni contadini solevano mettere delle foglie nelle scarpe per assorbire il sudore dei piedi.

***Rubus ulmifolius* Schott [ROSACEAE]**

**Nome italiano:** Rovo, Rovo a foglie d'Olmo, More.

**Nome volgare:** *Runzi* o *Runza*, i frutti *Mareddi*.

**Parti utilizzate:** foglie, frutti (polidrupe).

**Usi medicinali:** un decotto di foglie di Rovo e buccia di limone era un ottimo astringente in caso di diarrea. Un decotto di sole foglie era altresì usato per lavare gli occhi raffreddati o purulenti del bestiame, *Occhi cacati*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo, si ritrova nelle siepi, lungo il margine di strade e viottoli, negli incolti abbandonati. Si consumavano i frutti maturi, *Mareddi*.

***Ruscus hypoglossum* L. [ASPARAGACEAE]**

**Nome italiano:** Ruscolo maggiore, Pungitopo maggiore, Ruscolo ipoglosso.

**Nome volgare:** *Sparac'i trona*.

**Parti utilizzate:** turioni.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nei giardini, vicino a vecchie case di campagna, come ornamento di viali. I giovani turioni vengono consumati lessati, conditi con olio di oliva, oppure fritti con le uova: *Sparaci fritti cu' ll'ova*.

***Ruta chalepensis* L. [RUTACEAE]**

**Nome italiano:** Ruta d'Aleppo, Ruta sfrangiata.

**Nome volgare:** *Aruta*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** le foglie fresche si facevano odorare ai bambini affetti da vermi intestinali (Ossiuoro).

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, si rinviene nelle sciere, ma viene anche coltivata nei giardini.

***Salvia officinalis* L. [LAMIACEAE]**

**Nome italiano:** Salvia.

**Nome volgare:** *Savvia* o *Sarvia*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** secondo la tradizione popolare, l'infuso si utilizzava come eccellente diuretico e rinfrescante. Il medesimo infuso era un valido strumento nella cura della laringite e faringite; la modalità d'uso erano gli sciacqui, *Sguazzi*, ed i gargarismi. Si consigliava inoltre di utilizzare foglie di salvia per pulire i denti; nei casi di gengivite le foglie si strofinavano sulle gengive per attenuarne l'infiammazione.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata nei giardini, negli orti, vicino a vecchie abitazioni di campagna. Si usa in cucina per aromatizzare cibi: carne, pesce, patate al forno, etc.

***Salvia rosmarinus* Spenn. [LAMIACEAE]**

**Nome italiano:** Rosmarino.

**Nome volgare:** *Rosamarina*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** il decotto veniva usato, per le sue proprietà astringenti, nei casi di diarrea. Il cataplasma con foglie triturate miste a olio di oliva caldo era un ottimo rimedio per curare la sciatalgia, le contusioni e le infiammazioni muscolari. Nei casi di congestione nasale o di raffreddore si usava fare dei suffumigi, *Piffumi*, con foglie fresche di rosmarino in acqua bollente e respirarne i vapori coprendo il capo con un asciugamano.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivato nei giardini, vicino a vecchi muretti e vecchie abitazioni, sia per l'uso medicinale che per l'uso come spezia. Era usanza riempire i cuscini dei defunti con erbe aromatiche tra cui anche il Rosmarino.

***Scolymus grandiflorus* Desf. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Cardogna maggiore, Scolimo grandifloro.

**Nome volgare:** *Scoddi*.

**Parti utilizzate:** fusti, fiori.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, la si trova facilmente negli incolti, lungo le vie di campagna, etc. La pianta, un tempo, veniva usata per scopi alimentari; infatti, i fusti teneri ripuliti dalle spine, si decorticavano per essere consumati crudi o lessati come contorno, conditi con olio e limone. Durante l'ultimo conflitto bellico i contadini, per mancanza di tabacco, fumavano i fiori essiccati, *Tabaccu di scoddi*.

***Scolymus hispanicus* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Cardogna comune, Scolimo comune, Scolimo ispanico.

**Nome volgare:** *Scoddi*.

**Parti utilizzate:** fiori.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** negli incolti, lungo le vie di campagna, nelle saline di Nubia. Durante l'ultimo conflitto bellico i contadini, per mancanza di tabacco, fumavano i fiori essiccati, *Tabaccu di scoddi*.

***Sinapis alba* L. [BRASSICACEAE]**

**Nome italiano:** Senape bianca.

**Nome volgare:** *Lassani ruci*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** con i semi, si preparava un impiastro utilizzato come rimedio antireumatico ed antinfiammatorio.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, nei campi incolti, vicino a vecchi ruderi. Veniva usata come foraggio per il bestiame. Le piante giovani venivano raccolte come verdura e consumate cotte, condite con olio e limone.

***Sinapis arvensis* L. [BRASSICACEAE]**

**Nome italiano:** Senape selvatica, Senape arvense.

**Nome volgare:** *Sinapi*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** Vedi *Sinapis alba*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** vedi *Sinapis alba*.

***Soda inermis* Fourr. [CHENOPODIACEAE]**

**Syn:** *Salsola soda* L.

**Nome italiano:** Salsola soda.

**Nome volgare:** *Erva sapunaria*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** la cenere di questa pianta si usava, bollita con olio di oliva, per fare il sapone. La produzione di Soda ha costituito per secoli una delle principali attività colturali-industriali delle coste del Trapanese.

**Curiosità:** spontanea, si rinviene lungo il litorale di Nubia.

***Solanum lycopersicum* L. [SOLANACEAE]**

**Nome italiano:** Pomodoro.

**Nome volgare:** *Pumaroru* o *Pumamuri*.

**Parti utilizzate:** bacche (frutti), foglie.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine americana, ampiamente coltivato come ortaggio. I frutti maturi sono consumati freschi per farne insalate e contorni, o se molto maturi per farne salsa. Un tempo si usava essicarli con sale per poi conservarli sott'olio, *Pumarori sicchi*. Anticamente, nelle case di campagna si usava appendere vicino all'uscio un mazzolino di foglie di pomodoro per allontanare le zanzare. Tipico della zona è il *Pizzutello pacecoto*.

***Solanum tuberosum* L. [SOLANACEAE]**

**Nome italiano:** Patata.

**Nome volgare:** *Patati*.

**Parti utilizzate:** tuberi.

**Usi medicinali:** l'applicazione di fette di patate crude sulla fronte era ritenuto un rimedio efficace per allontanare la febbre.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** dire che si tratta di specie esotica di origine sudamericana?

***Sonchus asper* (L.) Hill subsp. *asper* [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Grespino spinoso, Crespigno ruvido.

**Nome volgare:** *Cardidduni*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** il decotto veniva considerato depurativo e diuretico.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea negli incolti, nei vigneti, vicino a ruderi. La pianta, ancora oggi, viene usata per scopi alimentari, sia cotta come verdura, condita con olio e limone, sia cruda in insalata, *'Nzalata di cardidduni*.

***Sonchus oleraceus* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Grespino comune, Crespigno degli orti.

**Nome volgare:** *Cardedda*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** il decotto veniva considerato depurativo e diuretico.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea negli incolti, nei vigneti, vicino a ruderi. La pianta, ancora oggi, viene usata per scopi alimentari, sia cotta come verdura, condita con olio e limone, che cruda in insalata, *'Nzalata di cardedda*.

***Sonchus tenerrimus* L. [ASTERACEAE]**

**Nome italiano:** Grespino sfrangiato.

**Nome volgare:** *Cardidduzza*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** Vedi *Sonchus oleraceus*.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** Vedi *Sonchus oleraceus*.

***Spinacia oleracea* L. [CHENOPODIACEAE]**

**Nome italiano:** Spinacio.

**Nome volgare:** *Spinaci*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** un tempo si consigliava il consumo ai bambini anemici. Inoltre, si credeva che mangiare spinaci favorisse l'evacuazione e depurasse l'organismo.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** di origine asiatica, è coltivato negli orti per uso alimentare.

***Tamarix africana* Poir. [TAMARICACEAE]**

**Nome italiano:** Tamerice maggiore, Tamerice africana.

**Nome volgare:** *Brucani*.

**Parti utilizzate:** corteccia.

**Usi medicinali:** i contadini ed i pastori facevano mangiare la corteccia di quest'arbusto agli animali affetti da diarrea.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea lungo i corsi d'acqua.

***Thymbra capitata* (L.) Cav. [LAMIACEAE]**

**Nome italiano:** Timo arbustivo.

**Nome volgare:** *Satareddi*.

**Parti utilizzate:** foglie.

**Usi medicinali:** nei casi di tosse persistente si usava fare dei suffumigi, *Piffumi*, con foglie fresche di timo in acqua bollente e respirarne i vapori coprendo il capo con un asciugamano.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontaneo nelle sciere. Pianta aromatica, utilizzata in cucina per condire svariata pietanze.

***Triticum aestivum* L. [POACEAE]**

**Nome italiano:** Grano tenero, Frumento, Frumento d'estate, Civitella, Marzuolo.

**Nome volgare:** *Furmentu* o *Fuimmentu*.

**Parti utilizzate:** cariossidi (semi), culmi (fusti).

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** i culmi, nel vernacolo locale *Busi*, ripuliti dal fogliame, venivano utilizzati per intrecciare canestri di vario genere, *Cannistri di busi*.

**Curiosità:** specie coltivata per la produzione di farina. Nelle campagne, dopo la trebbiatura, il frumento veniva passato al vaglio; quello meno pregiato, residuo della cernita, *Cinnituri*, serviva come alimento del pollame.

***Triticum turgidum* L. subsp. *durum* (Desf.) Husn. [POACEAE]**

**Nome italiano:** Grano duro.

**Nome volgare:** *Furmentu* o *Fuimmentu*.

**Parti utilizzate:** cariossidi (semi), culmi (fusti).

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** Vedi *Triticum aestivum*.

**Curiosità:** Vedi *Triticum aestivum*.

***Typha latifolia* L. [TYPHACEAE]**

**Nome italiano:** Lisca maggiore, Tifa a foglie larghe.

**Nome volgare:** *Buidda*, l'infiorescenza *Pilurusseddu*.

**Parti utilizzate:** foglie, infiorescenze.

**Usi medicinali:** il fiore femminile si usava, in medicina popolare, per tamponare le ferite ed impedire la fuoriuscita del sangue dal naso, *Stagghja-sangu*.

**Usi artigianali:** il fogliame veniva adoperato da un particolare artigiano, il Bottaio, *U mastru uttaru*, per tamponare gli spazi fra le doghe delle botti.

**Curiosità:** spontanea lungo i canali, nei fossati, nei bacini d'acqua stagnante.

***Urtica membranacea* Poir. [URTICACEAE]**

**Nome italiano:** Ortica membranosa.

**Nome volgare:** *Ddícula*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** contro la caduta dei capelli si consigliava di frizionare il cuoio capelluto con il decotto di radici di ortica in acqua e aceto.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** spontanea, si rinviene facilmente vicino a vecchi ruderi, nelle zone antropizzate di campagna. Un tempo veniva consumata come verdura. Le massaie la davano come nutrimento alle galline per incrementare la produzione di uova.

***Verbascum sinuatum* L. [SCROPHULARIACEAE]**

**Nome italiano:** Verbasco sinuoso.

**Nome volgare:** *Scuparinu*.

**Parti utilizzate:** pianta intera.

**Usi medicinali:** nella tradizione popolare, il decotto di foglie e fiori veniva usato come antinfiammatorio cutaneo, mentre le foglie, pestate e miste ad olio di oliva, venivano utilizzate per farne degli impiastri, benefici per la cura delle emorroidi.

**Usi artigianali:** la pianta veniva raccolta dai pastori e dai contadini per farne degli scopini detti *Scuparini*, usati per pulire le stalle.

**Curiosità:** spontaneo negli incolti, lungo i margini delle strade, negli ambienti aridi.

***Verbena officinalis* L. [VERBENACEAE]**

**Nome italiano:** Verbena.

**Nome volgare:** *Erva virbena*.

**Parti utilizzate:** foglie, fiori.

**Usi medicinali:** per curare le sciatalgie ed i dolori lombari, le foglie fresche e sommità fiorite venivano cotte con aceto ed applicate come cataplasma. Nei casi di infiammazioni alle coane nasali si effettuavano dei suffumigi, *Piffumi*, inalando i vapori caldi di un decotto di verbena.

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** specie spontanea, cresce nei luoghi incolti, ai margini delle strade, lungo i sentieri, vicino a ruderi, etc.

***Vicia faba* L. [FABACEAE]**

**Nome italiano:** Fava.

**Nome volgare:** *Favi*, i baccelli ancora verdi *Favividdi*.

**Parti utilizzate:** baccelli, semi.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** -

**Curiosità:** coltivata nelle campagne a scopo alimentare, consumate sia crude che cotte. Essiccate e sbucciate, le fave si usano per farne zuppe. Un tempo, quando si usava fare il pane in casa, si abbrustolivano le fave nel forno, *Favi caliat*. Il 13 dicembre, per Santa Lucia si usa cuocerle assieme al frumento ed ai ceci per preparare la *Cuccia*. Inoltre si usavano le fave come alimento degli animali da cortile, soprattutto per ingrassare i maiali.

***Vitis vinifera* L. [VITACEAE]**

**Nome italiano:** Vite.

**Nome volgare:** *Racina*.

**Parti utilizzate:** frutti, rami.

**Usi medicinali:** -

**Usi artigianali:** i tralci della potatura, *Runcaturi*, si usavano come legna per il focolaio o per il forno.

**Curiosità:** coltivata nelle campagne, sia per uso alimentare, sia per la vinificazione.

## DISCUSSIONE E CONCLUSIONI

I risultati dell'indagine confermano lo stretto legame tra la comunità rurale locale e il mondo vegetale, legame che contraddistingue non solo il Pacecoto, cioè il comprensorio di Paceco, ma l'intera Sicilia e tutta l'area mediterranea. Molte delle specie utilizzate in passato ai fini alimentari sono tuttora usate, anche se alcune in proporzione minore, spesso sostituite da altre più apprezzate. Delle tantissime, restano molto conosciute ancora oggi soltanto pochissime, come la Cicoria selvatica (*Cichorium intybus*), la Borragine (*Borago officinalis*), la Bietola selvatica (*Beta vulgaris* subsp. *maritima*), l'asparago pungente (*Asparagus acutifolius*), il finocchio selvatico (*Foeniculum vulgare*), i capperi (*Capparis spinosa*). Tutte le piante da frutto sono ancora coltivate, mentre il resto delle erbe e verdure selvatiche e soprattutto i loro usi come cibo-medicina sono ormai caduti nell'oblio. Tra le tradizioni più peculiari e originali dell'area in esame rispetto al resto della Sicilia, possono essere citate l'uso di *Allium sativum* contro le fatture e come vermifugo, mentre era particolarmente rilevante per i locali l'utilizzo delle foglie di *Chamaerops humilis* per la produzione di cordame e scope o quello di *Soda inermis* per la produzione di saponi artigianali.

In totale sono stati raccolti dati su 118 taxa appartenenti a 39 diverse famiglie. Del totale 59 specie sono coltivate e 59 sono autoctone. Delle piante censite, 2 sono le Pteridofite, mentre i restanti 116 taxa sono Angiosperme. Le famiglie più rappresentate sono *Rosaceae* (14), *Asteraceae* (13), *Poaceae* (8). Seguono *Brassicaceae* (6), *Fabaceae* e *Lamiaceae* (7), *Apiaceae* e *Cucurbitaceae* (6), *Rutaceae* (5), *Asparagaceae* (4), *Arecaceae*, *Chenopodiaceae*, *Moraceae* e *Solanaceae* (3), *Amaryllidaceae*, *Juncaceae*, *Malvaceae* e *Urticaceae* (2); le restanti famiglie sono rappresentate da un singolo taxon (Fig. 1).

La maggior parte dei taxa citati trovano impiego nell'alimentazione; 88 taxa presentano inoltre vari usi medicinali, 4 taxa usi veterinari e 3 taxa usi misti (Fig. 2). Riguardo alle tipologie d'uso medicinale, le principali sono l'uso a scopo antinfiammatorio (40) e diuretico (40), cui seguono l'uso a scopo depurativo (21), purgativo (13), astringente (12), etc. (Fig. 3).

*Ringraziamenti* — Lavoro effettuato nell'ambito delle attività del Laboratorio di Ecologia del Paesaggio del Dipartimento STEBICEF dell'Univer-

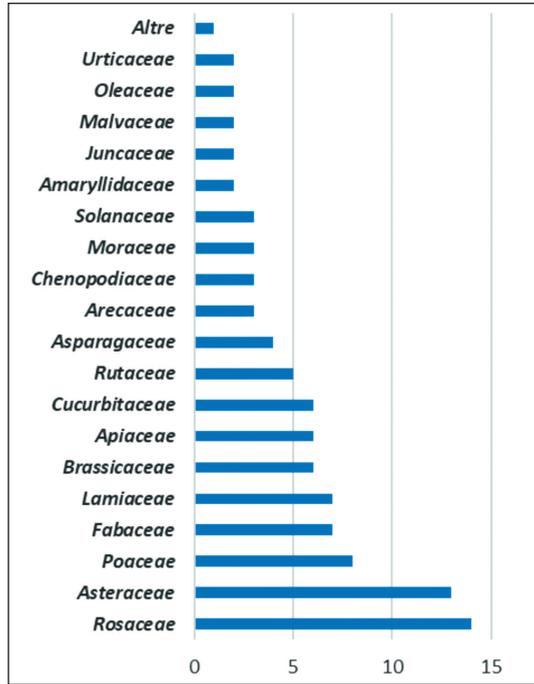


Fig. 1 — Famiglie di maggiore interesse etnobotanico nel territorio di Paceco. — *Families of major ethnobotanical interest in the Paceco area.*

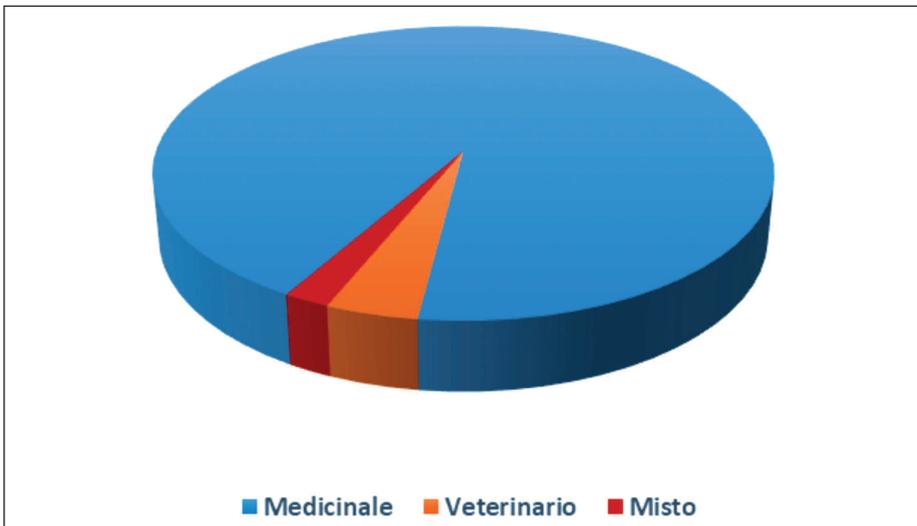


Fig. 2 — Tipologie di uso delle specie esaminate nel territorio di Paceco. — *Types of use of the species examined in the Paceco area.*



Fig. 3 — Principali usi medicinali dei taxa d'interesse etnobotanico censiti nel territorio di Paceco. — *Main medicinal uses of the taxa of ethnobotanical interest recorded in the Paceco area.*

sità di Palermo. Responsabile Scientifico per l'Università di Palermo: Prof. Giuseppe Bazan.

*Avvertenze* — Gli usi alimurgici e le applicazioni farmaceutiche riportati sono a scopo informativo, per non dimenticare le antiche tradizioni. Pertanto, si declina ogni responsabilità sul loro utilizzo a scopo alimentare o curativo.

#### BIBLIOGRAFIA

- ALEO M., CAMBRIA S. & BAZAN G., 2013. Tradizioni etnofarmacobotaniche in alcune comunità rurali dei Monti di Trapani (Sicilia occidentale). *Quad. Bot. amb. appl.* 24: 27-48.
- ARCIDIACONO S., 2016. Etnobotanica Etnea. Le Piante Selvatiche e l'uomo. *Danaus*, Palermo, 148 pp.
- BARTOLUCCI F. & coauthors., 2018. An updated checklist of the vascular flora native to Italy. *Plant Biosystems*, 152(2): 179-3033.

- BENIGNO F., 1985. Una casa, una terra. Ricerche su Paceco, paese nuovo nella Sicilia del Sei e Settecento. *Coop. Univ. Ed. Catanese Magistero*, Catania, 215 pp.
- BONOMO R. & TRAPANI S., 1974. Piante officinali nelle Egadi. *Law. Ist. bot. Giard. colon.*, 25: 195-233.
- GIARDINA G., RAIMONDO F. M. & SPADARO V., 2007. A catalogue of plants growing in Sicily. *Bocconea*, 20: 5-582.
- GERACI A., AMATO F., DI NOTO G., BAZAN G. & SCHICCHI R., 2018. The wild taxa utilized as vegetables in Sicily (Italy): a traditional component of the Mediterranean diet. *J. Ethnobiol. Ethnomed.* 14:14.
- LENTINI F., 1987. Indagini etnobotaniche in Sicilia, II. L'uso tradizionale delle piante in alcune comunità del Trapanese. *Studi Urbinati*, 60 (29, suppl. 1): 151-167.
- LENTINI F., 2000. The role of ethnobotanics in scientific research. State of ethnobotanical knowledge in Sicily. *Fitoterapia*, 71: 83-88.
- LENTINI F. & ALEO M., 1991 Indagini etnobotaniche in Sicilia, V. L'uso tradizionale delle piante nel territorio di Erice (Trapani). *Atti Accad. Sci. Lett. e Arti di Palermo* (1990-91): 67-98.
- LENTINI F., ALEO M. & AMENTA R., 1997. L'uso popolare delle piante nelle Isole Egadi (Sicilia). *Acta Phytoterapeutica* 4(2): 88-94.
- LENTINI F., ALEO M. & CATANZARO F., 1988. Indagini etnobotaniche in Sicilia, III. L'uso tradizionale delle piante nel territorio di Mazara del Vallo (Trapani). *Atti Accad. Sci. Lett. e Arti di Palermo* (1987-88), s. 4, 47: 29.
- LENTINI F., DI MARTINO A. & AMENTA R., 1995. Le piante di uso popolare nell'arcipelago delle Pelagie (Ag). *L'uomo e l'Ambiente* 19: 117-121.
- LENTINI F., DI MARTINO A. & AMENTA R., 1996. La flora popolare dell'Isola di Pantelleria (TP). *VIII Convegno S.I.F. "Alla scoperta della Digitale del Gennargentu"*, 70.
- LENTINI F. & VENZA F., 2007. Wild food plants of popular use in Sicily. *J. Ethnobiol. Ethnomed.* 3:15.
- NAPOLI M., 2008. The plants, rituals and spells that 'cured' helminthiasis in Sicily. *J. Ethnobiol. Ethnomed.* 4: 21.
- NICOLETTI F., VULTAGGIO G. & TUSA S., 1997. Brevi note e primi dati sul progetto Kalat. Rinvenimenti preistorici nella ricognizione 1995. *I Congr. Int. Preist. Protost. sicil.*, Corleone.
- PASTA S., LA ROSA A., GARFÌ G., MARCENÒ C., GRISTINA A.S., CARIMI F. & GUARINO R., 2020. An Updated Checklist of the Sicilian Native Edible Plants: Preserving the Traditional Ecological Knowledge of Century-Old Agro-Pastoral Landscapes. *Front. Plant Sci.* 11: 388.
- PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. *Edagricole*, Bologna.
- PIGNATTI S., GUARINO R. & LA ROSA M., 2017-2019. Flora d'Italia. Seconda ed. *Edagricole*, Bologna.
- PRIGIONIERO A., GERACI A., SCHICCHI R., TARTAGLIA M., ZUZOLO D., SCARANO P., MARZIANO M., POSTIGLIONE A., SCIARRILLO R. & GUARINO C., 2020. Ethnobotany of dye plants in Southern Italy, Mediterranean Basin: floristic catalog and two centuries of analysis of traditional botanical knowledge heritage. *J. Ethnobiol. Ethnomed.*, 16: 31.
- QUAVE C. & SAITTA A., 2016. Forty-five years later: The shifting dynamic of traditional ecological knowledge on Pantelleria Island, Italy. *Economic Botany*, 20(10): 1-14.
- THE PLANT LIST, 2013. Version 1.1. Published on the Internet; <http://www.theplantlist.org/> (accessed 1st January).

*Indirizzo degli autori* — M. ALEO, Via S. Safina, 1 – 91100 Rilievo, Trapani (I); D. AZZARO e S. CAMBRIA, Dipartimento di Scienze Biologiche, Geologiche e Ambientali, Università degli studi di Catania, via A. Longo 19, Catania (I); G. BAZAN, Dipartimento di Scienze e Tecnologie Biologiche, Chimiche e Farmaceutiche (STEBICEF), Università di Palermo, 90123 Palermo (I).

