



Erbe in padella di Pietro Ficarra

In un agriturismo della Lucchesia ci hanno di recente proposto a cena una tale “minestra selvatica” che ha ridestato in fretta nella mia mente certi ricordi dell’infanzia.

La mia “minestra selvatica” riesuma però ricordi contrastanti. Non ho infatti alcuna nostalgia di certe erbe amare che mi rovinavano la cena e nella tradizione alimentare delle mie parti, sui Nebrodi, la “*minestra sarbaggia*”, o “*mēnesīa sarvaggia*”, come si dice nel mio gallo-italico sampietrino¹ era ed è composta soprattutto di erbe amare. Oggi le mangio volentieri, ma per il bambino che ero erbe amare voleva dire proprio erbe che in bocca sapevano, e tanto, di amaro. Immangiabili!

La mia fortuna era data dal fatto che i miei mi “accontentavano” e mia madre mitigava le sue preferenze con la presenza di altre erbe. Fosse stato per lei avrebbe raccolto soprattutto *luc(c)ianē*² e *cēcojīa*³ ma la borsa di campagna la sera abbondava spesso anche di altre erbe, alcune delle quali invece sono ancora nella mia mente la rappresentazione delle migliori frittate della vita.

Non tutta la “minestra selvatica” era in verità amara allo stesso modo: se *i luc(c)ianē* ridestano nella mia memoria ricordi davvero spiacevoli, *i cardellē*⁴, che pure rientravano a pieno titolo nella *mēnesīa sarvaggia*, erano più accettabili, anzi ornavano come verdura le migliori focacce di cui conservo il ricordo.

Da bambino avevo anche capito presto che per poter contare su una certa tolleranza a tavola, che all’epoca non era cosa frequente nelle famiglie, non potevo permettermi di fare sempre lo schizzinoso e dovevo sopportare qualche minestra di cavolicelli o di finocchi, che comunque avevano un sapore decisamente più accettabile.

Mi sacrificavo sui cavolicelli “*a brořō*”⁵, come si diceva in casa, giacché il termine “*mēnesīa*” si usava solo per l’insieme di erbe selvatiche. Storcevo un po’ il naso quando trovavo i cavolicelli nella borsa piena di erbe che certe sere i miei riportavano dalla campagna, ma sopportavo quella preparazione in forma di minestra perché anticipava quasi sempre qualche più appetibile frittata con altre specie.

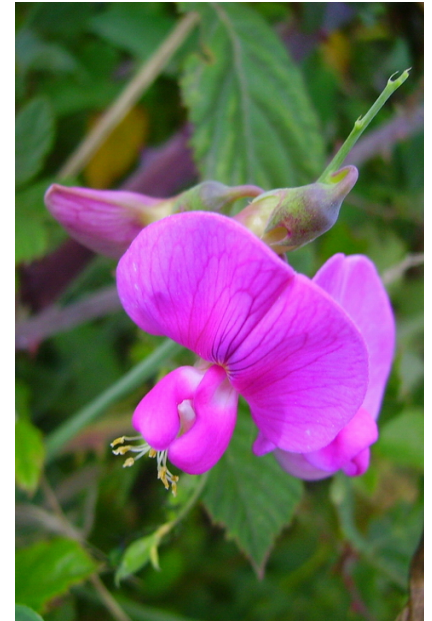
Quand’ero piccolo tra la pentola e la padella non avevo dubbi, la mia preferenza andava decisamente a quest’ultima, specie quando ci finivano dentro

*spanacē*⁶, *cessabua*⁷, *erba řu prēřcařōřē*⁸ e *cōccōřaccia*⁹. C’erano quasi sempre nella borsa certe erbette glauche e tenere che già quando rovistavo mi mettevano l’acquolina in bocca e anche una certa contentezza che appartiene all’attesa.

In padella ci finiva a volte anche la *mēnesīa sarvaggia*, arricchita o meno dal profumo dei finocchi, ma era cosa che al mio palato di allora - oggi è diverso - non era molto gradita, anche se veniva quasi arrostita e insaporita con aglio e peperoncino. In padella ci finivano anche in forma di frittelle i finocchi lessati e mescolati poi a una pastella di farina, vero peccato di gola, ma di cui ho detto in altra memoria parlando solo del finocchio selvatico.

Le frittate erano invece l’attesa vogliosa del secondo (saltando non poche volte il primo fatto appunto di erbe amare). Erano anche l’anticipo, giacché al momento della loro rapida preparazione ci scappava sempre del pane fritto, quello usato per ripulire la scodella dell’uovo sbattuto e anche quello insaporito ripassando la padella.

All’epoca non si immaginava neppure di poter contare sulle padelle antiaderenti e non era affatto facile evitare che di certe erbette strapazzate ne rimanesse una parte, neanche tanto piccola, attaccata alla padella, specie a quelle più vecchie di ferro o di alluminio che tenevamo in campagna. Ciò che rimaneva attaccato e che dal fondo e dalle pareti staccavo col pane prima di mangiare era la parte più buona, la vera golosità cui non mancare non appena mia madre avesse rovesciato nel piatto le uova strapazzate o la frittata.



¹ Per una lettura nel mio dialetto sampietrino, appartenente alla famiglia di quelli galloitalici di Sicilia, vedere [la nota](#).

² Il nome, usato al plurale, indica il boccone maggiore, *Urospermum dalechampi*, asteracea a fiore giallo.

³ Il termine indicava sia la cicoria in senso stretto, *Cichorium intybus*, che l’insieme di alcune asteracee dal sapore amaro.

⁴ Il termine, simile in tutta la Sicilia, indica il *Sonchus oleraceus*.

⁵ Sta per brodo, in sostanza una minestra d’erbe.

⁶ Il termine si usa in genere per gli asparagi selvatici, che come altrove in Italia, è termine generico riferito a specie e generi diversi. Qui indica i giovani turioni della bislingua, *Ruscus hypophyllum*.

⁷ Sono i teneri getti di *Lathyrus sylvestris*.

⁸ È il nome con il quale vengono chiamate la *Silene vulgaris* e la sua sottospecie *angustifolia*.

⁹ Il nome, di uso locale, quasi familiare, simile però a quello di *erba del cucco*, appellativo diffuso in varie parti d’Italia anche se destinato a specie diverse, indicava la comune *Stellaria media*.



Le quattro specie di erbe che finivano regolarmente nell'uovo appartenevano alla tradizione di famiglia e, forse con l'eccezione della *cöccöřaccia*, anche a quella del paese. Dico forse perché a differenza delle altre specie, di quell'erbetta fragile, dal minuscolo fiorellino bianco, croccantina però alla cottura, non ricordo che altri ne parlassero. Ma a mia madre veniva riconosciuto in famiglia il ruolo di esperta raccoglitrice, e la sua borsa di campagna era sempre assai più varia di quella di molte altre persone che conoscevo.

Il nome potrebbe ingannare, dato che accadeva all'epoca come ancora oggi e dappertutto, che nomi simili servano a indicare specie diverse per paesi vicini e persino tra famiglie dello stesso borgo. Ed *erba del cucco* è giusto nome che corre lungo la Penisola a indicare specie diverse, pur con l'univoco e nascosto significato di erba infestante (e tutti sanno quanto lo sia la *Stellaria media*).

Fra le specie da frittata la *cöccöřaccia* era comunque la meno frequente, usata come succedanea delle altre nei rari casi in cui esse mancavano. La più usata era invece quella che mia madre chiamava *erba řu prěřcařöřě* (con lo stesso nome la chiamavano anche gli altri). È sempre rimasta impressa nella mia memoria con quel nome anche se una trentina di anni dopo, quando ho ripreso a raccoglierla e a consumarla con lo stesso piacere di allora, ho scoperto che era la *Silene vulgaris* e che aveva una infinità di nomi locali, essendo tradizionalmente consumata dalla Sicilia alle Alpi.

Sui Nebrodi era (ed è) abbondante e mischiata spesso con la sua sottospecie dalle foglioline più

strette e corte, ma anche qui in Brianza ne raccolgo quanta ne voglio ogni volta che mi capita, tanto è diffusa nei campi.

È ancora la mia erba selvatica preferita, anche se avendo dedicato negli ultimi tempi una certa attenzione a quest'ambito particolare che è l'uso alimentare delle piante spontanee, appena posso cerco il piacere di qualche nuova ricetta a base di questa erba buona e versatile in cucina. Proprio la sua versatilità ha prodotto un ampio ricettario, ma quando ho poco tempo ricorro alla preparazione più semplice che ho imparato da mia madre.

Dopo aver stufato in padella le erbette - se si raccolgono solo i germogli apicali che restano in mano a un morbido strappo, si risparmia tutta la fatica di dover eliminare a casa le parti coriacee - nell'olio e in pochissima acqua, esse perdono gran parte della loro consistenza, fin quasi a scomparire. Allora si strapazzano dentro quante uova possono bastare e si fa cuocere aggiustando di pepe e di sale. Così preparate, le erbette, qualunque sia la loro quantità, finiscono in poche forchettate nella mia pancia, ora come allora. Con annesso pane fritto e ripasso della padella.

Del resto sono in buona compagnia e non mancano le occasioni per ampliare gli orizzonti, perché davvero la *Silene vulgaris* si consuma pressoché ovunque nella Penisola, anche se ha la sua culla in Romagna, dove le si dedicano anche diverse sagre, da Galeata a Sogliano al Rubicone.

Al contrario della silene, i *cessabua*, sono un'erba dal tradizionale consumo in ambiti territoriali decisamente ristretti. Consumati qui e là sui Nebrodi, nella nostra vallata del Timeto erano considerati - e dalle informazioni che ho, credo che lo siano ancora - una prelibatezza. La loro "stagione" durava davvero poco e non erano mai abbondanti come avrei desiderato, ma in frittata o strapazzati con le uova, erano anch'essi una ghiottoneria cui non si poteva rinunciare.

A essere sincero non mangio *cessabua* da una vita. Il tempo crea il mito, e non so cosa darei per poter essere in primavera nel paesello natio e saziarmi. Non è facile trovarli. I *cessabua*¹⁰ sono i teneri getti del *Lathyrus sylvestris*, una delle molte specie di cicerchia selvatica che crescono un po' ovunque in Italia (di alcune spontanee si utilizzano soprattutto i semi, chiamati genericamente piselli selvatici). Vengono raccolti per lo stesso uso, le frittate, anche i getti di qualche specie simile ma gli intenditori, per i quali i *cessabua* autentici sono solo quelli del *Lathyrus sylvestris*, guardano con una sorta di atteggiamento di superiorità i raccoglitori inesperti o che si accontentano degli altri.

Il sapore in effetti è diverso e sono le ali strette e particolari che fanno la differenza nella raccolta. Poi, una volta fiorita la pianta, ma oramai inservibile per l'uso alimentare che se ne fa, il riconoscimento è più facile, dal momento che l'intero fiore della specie giusta è di un tenue porporino, senza differenze di colore tra petali e vessillo.

¹⁰ Il termine, dal significato oscuro anche per il resto dei miei compaesani, è utilizzato solo nel territorio del comune di San Piero Patti. Già nella vicina Librizzi, di parlata siciliana, rimane solo la radice nel termine *cessaò* che si usa da quelle parti.



Ancorché non abbondante, la pianta cresce volentieri ai margini dei nocioleti, che nell'alta valle del Timeto definiscono il paesaggio per via del loro millenario utilizzo come coltura principale. Forse è per questo che il consumo dei giovani getti, esclusivamente stufati e poi acconciati a frittata o strapazzati con le uova, trova qui il suo luogo di elezione, paradigma di cosa è un "consumo locale". In quantità peraltro sempre contenute.

Poche erbe sono comunque così buone nelle frittate come *i cessabua*. Sarà per la loro "resistenza" o per l'inconfondibile sapore, fatto sta che essi accompagnano da sempre la tradizionale cucina locale e il loro nome, dall'etimo dialettale oscuro, irrompe anche nei modi di dire tipici della gente del paese di San Piero: "*sè nē jjiĕ a cessabua*"¹¹ vale i "cavolicelli" di altre parti dell'Isola.

Se invece c'era un'erba per la quale mia madre non doveva fare alcuna fatica nella raccolta erano i *spanacĕ*. Con questo nome indicavamo i turioni di una pianta che cresce per lo più nelle regioni meridionali: una specie, l'*hypophyllum*, del genere *Ruscus*, il cui nome comune più frequente in italiano è bislingua. Si raccoglievano in primavera nello spiazzo davanti alla casa di campagna, non in abbondanza ma in quantità utile al consumo che se ne faceva in famiglia.

Non si trattava di una pianta cresciuta lì spontaneamente. È una specie che si usa a volte per bordure, e in questa veste mi è capitato di vederla anche da qualche parte al Nord, seppure qui prevalgano per questo uso il più comune *Ruscus hypoglossum* e alcune specie di importazione.

Mio padre aveva piantato alcune aiuole di *Ruscus hypophyllum* davanti alla casa di campagna alla fine degli anni cinquanta, almeno secondo i ricordi di famiglia, proprio per raccogliere facilmente i

turioni. I giovani getti erano appunto i nostri *spanacĕ*, definiti anche con l'aggettivo *manzĕ*¹², per distinguerli da quelli dell'assai più comune *Ruscus aculeatus*, i cui turioni appartengono alla tradizione culinaria di molte regioni italiane, o da altri *spanacĕ*, detti comunemente *sarvaggĕ* o *macchjia*¹³, giovani getti primaverili di altre specie.



Il termine *manzĕ* non aveva solo un significato connesso al fatto che si trattasse di piante "coltivate", messe lì apposta per utilità umana, in contrapposizione col selvatico dei campi e delle boscaglie, ma aveva anche un probabile - se la memoria non mi inganna - implicito riferimento all'attenuato sapore amaro dei turioni. Attenuato rispetto alle note del più amaro pungitopo, per i quali si raccomanda di precedere sempre a una



prima cottura dei turioni in acqua abbondante prima dell'utilizzo. Specie se c'era poco tempo, per i nostri anche la sbollentatura era del tutto facoltativa.

Raccolti a mazzetti, più esili e verdi dei loro parenti maggiori, i nostri *spanacĕ* finivano comunque regolarmente in padella con le uova. La combinazione ideale prevedeva l'aggiunta agli ingredienti della frittata di fettine di salsiccia, quella tipica delle nostre parti, profumata coi semi di finocchio e ormai stagionata. La salsiccia si preparava infatti in pieno inverno e quand'era tempo di raccogliere i *spanacĕ* era quasi finita.

Allo scopo di piantare i *spanacĕ* nel mio giardino, come ha fatto mio padre, ho provato a cercare la pianta in diversi qualificati vivai, che da queste parti non mancano, ma finora senza fortuna.

Mi capita, ogni tanto, quando posso raccoglierne un po' nelle aree in cui la specie non è protetta. - rari anche perché la raccolta ad aprile può durare si è no un paio di settimane - di utilizzare i getti del pungitopo per prepararmi una sorta di frittata alla Pietro. Buoni, e il sapore non è troppo lontano da quello di una volta, ma non è la stessa cosa. Forse manca l'ingrediente della nostalgia, o più probabilmente, oltre agli *spanacĕ* giusti, anche la salsiccia, stagionata, dura ma profumata di finocchio e saporita come poche.

© Pietro Ficarra 2011

¹¹ "Andarsene a raccogliere ...".

¹² In un buon italiano si potrebbe dare il senso di "domestico".

¹³ Per via del loro habitat di raccolta, boschivo o, appunto, nelle formazioni a macchia.