

Pietro Ficarra

Pietro Ficarra

Storie di Uomini e Piante nella valle del Timeto



**Storie di Uomini e Piante
nella valle del Timeto**

Pietro Ficarra

Storie di Uomini e Piante nella valle del Timeto

© 2026 Ideazione, testi, immagini e progetto grafico dell'autore. Riferimenti Web: www.pietroficarra.eu, www.piantespontaneeincucina.info e pagine FB

Nessuna parte di questo libro può essere riprodotta o trasmessa in qualsiasi forma o con qualsiasi mezzo, elettronico o meccanico, comprese fotocopie, registrazioni, e comunque con qualsiasi sistema di memorizzazione, visualizzazione e recupero senza espressa autorizzazione scritta da parte dell'autore.

Introduzione

Ci sono in giro moltissimi libri, in commercio e tanto più nelle biblioteche di pubblica lettura, che parlano di uomini e piante e delle loro relazioni, attuali, vecchie o antiche che siano. Inevitabilmente direi, dal momento che riguardano un legame che va ben oltre la storia che finora si è riusciti a scrivere e che è più attuale che mai. Certamente ce ne sono anche nelle case di coloro che si interessano al tema: libri che parlano di questo lungo rapporto sotto svariati profili e lo fanno mettendo a fuoco le molteplici connessioni, spesso anche assai dissimili tra di loro e a volte inimmaginabili.

Intorno alle complesse relazioni tra uomini e piante c'è d'altronde una disciplina di studio quanta mai vasta e connessa con ogni altra possibile esperienza umana, l'etnobotanica. Sono molti gli studiosi che se ne occupano e tanti, per via della sua ampiezza, devono per forza limitare ormai i loro ambiti di interesse a temi specifici o ad alcuni aspetti particolari.

Anch'io, che me ne sono occupato in questi ultimi anni - poco meno di una ventina ormai e per molti versi solo per passione e per diletto – mi sono dovuto limitare solo a quello delle piante spontanee alimentari, seppure già incredibilmente vasto quanto a connessioni. Probabilmente, nel mio caso, il tema incuriosiva più degli altri e aveva sicuri risvolti golosi dal momento che mi permetteva, insieme allo studio necessario e alla quotidiana scoperta di cose nuove - complice peraltro anche mia moglie Stefania - di cucinare ogni giorno con alimenti nuovi e di provare sempre nuovi interessanti sapori, il che, unito spesso alla facilità e gratuità della raccolta dalla natura, costituisce il massimo per un buongustaio che esplora nuove strade ai fornelli.

Ho provato tuttavia a occuparmene con la prudenza di chi non se n'era interessato prima per mestiere o comunque non gli aveva dedicato mai troppa attenzione. Una necessità la prudenza, data soprattutto la vastità e le incognite del tema, cui aggiungere l'umiltà dello studio di chi nel mestiere si deve attrezzare senza una vera e propria formazione botanica. Nell'attività di esploratore del cibo spontaneo modestia e prudenza sono state virtù necessarie soprattutto dando vita da quasi venti anni a un sito e a pagine *social* sempre *in progress* che se ne occupano e che, essendo pagine pubbliche, devono essere affidabili e serie nei contenuti, abbondando oltre misura negli ultimi tempi quelli improvvisati, quando non superficiali a tal punto da essere un pericolo per la salute.

Quando ci si avventura in un ambito da esplorare pressoché infinito, la modestia diventa un vero e proprio dovere e andava quindi associata necessariamente alla prudenza, entrambe virtù doverose non avendo neppure la formazione del naturalista o dell'erborista né tanto meno quella dello chef in senso proprio, ma formazione e competenze diverse. La maggior parte degli

studi etnobotanici concentrati sulle piante spontanee alimentari hanno tuttavia nozioni e definizioni dell'idea stessa di tradizione alimentare legata alle piante spontanee relativamente recenti e non sempre interessate alle molte connessioni antropologiche che il tema ha. Ci ho provato quindi, mi piaceva scoprire sempre nuove relazioni, e del resto l'esplorazione oggi non viene svolta per lo più - con diverse meritorie eccezioni ovviamente, legate all'attività divulgativa - da studiosi che uniscono alla formazione botanica o naturalistica l'interesse per altri temi particolari.

La formazione storica e antropologica, indirizzata al territorio, all'ambiente e alla cultura, è stata tuttavia preziosa in tutti questi anni tanto nell'approccio alle piante spontanee alimentari come in questo lavoro che il lettore si accinge a sfogliare. Oltre che aiutarmi a percorrere con opportuni strumenti anche strade diverse da quelle mie professionali, mi ha permesso di incontrare continuamente, anche sul campo a volte, mentre indagavo sulle piante spontanee alimentari, innumerevoli ricerche e studi relativi agli altri ambiti etnobotanici, sia di un ordine che si può definire "generale" sia specifici. Un campo certamente assai più vasto dei miei interessi, che tuttavia si è combinato con le mie memorie di quando ho vissuto, intensamente, a lungo, la vallata del Timeto – una trentina d'anni, dalla nascita, e comunque una frequentazione di tutta la vita - e con altre letture e memorie "locali", dando così vita alle pagine che seguono.

Aggiungo che queste ultime, le esperienze e gli studi altrui in merito a questo pur ristretto territorio, nei limiti di ciò che ovviamente sono riuscito a leggere e a sapere, hanno aggiunto un sostanzioso contributo a ciò che mi è dato di conoscere in prima persona. Siccome non avrebbe avuto però davvero molto senso affidare un tale lavoro, su un tema immenso come quello del rapporto con le piante, solo a una sorta di diario personale, ciò ha evitato probabilmente – lo giudicherà il lettore - di rendere meno noiosi e più interessanti i mie stessi ricordi.

Non pochi di coloro, etnobotanici in senso stretto o meno, che scrivono di relazioni tra uomini e piante riferiti a un determinato territorio (non troppo vasto), o anche solo storie e racconti che le riguardano, lo fanno del resto assai spesso con l'intenzione di un approccio ampio piuttosto che su un tema ristretto, con uno sguardo che vuole essere sovente generale. Uno sforzo sempre meritorio questo, anche se si può osservare che dietro gli studi, le narrazioni o i resoconti, emerge di frequente, l'agronomo, il forestale, il naturalista, l'ambientalista, magari un divulgatore impegnato dei nostri tempi, interessante ma con tanto di retroterra ideologico insomma. E si sente però, tante volte, la mancanza dello storico, dell'antropologo, del filosofo della scienza., come capita quando il tratto comune dei contenuti passa per concetti come paesaggio, natura, biodiversità, ecc., concetti e definizioni quasi mai

univoci e condivisi sempre e da tutti, né sempre condivisibili, sfuggenti molte volte a logiche e considerazioni rigorose.

L'utilità principale di queste pagine, piuttosto che nell'originalità delle informazioni – modesta, considerato che scriverò per lo più di cose note – il lettore dovrà cercarla in effetti nello sforzo, spero almeno in parte riuscito, di connettere le piante anche a narrazioni, in buona parte vissute personalmente o “in diretta”, e a prospettive che non sempre si ritrovano negli studi etnobotanici. Solitamente, d'altronde, gli approcci di ordine generale al tema delle relazioni tra uomini e piante finiscono in una qualche sintesi degli impieghi di queste ultime nel corso del tempo e/o di quelli ancora attuali, talvolta con l'aggiunta di citazioni letterarie, simbolismi, credenze, ritualità e quant'altro di immateriale si usa mescolare. Almeno quando non si banalizza a misura di rubrica televisiva o editoriale di qualche rivista per seguire le tendenze del momento: elogio della neoruralità a tutti i costi, importanza di una biodiversità affatto ben definita, lode dell'indimostrata equazione naturale=benefico=genuino=buono, ecc..

Prospettive e informazioni assumeranno tuttavia nelle pagine che seguono una forma fluida, anche mutabile direi, avendo io rinunciato a usare quella del solo racconto e non avendo optato per una delle varie schede di descrizione delle piante e dei loro impieghi che si ritrovano in pubblicazioni e siti di ogni genere, anche specializzati sul tema. Anche queste, per lunghe e dettagliate che possano essere – e qui le misure sarebbero state enormemente diverse tra una pianta e l'altra - non rendono sempre l'idea del legame tra una specie e gli uomini. Sintesi frequenti - in molti casi non si potrebbe fare altro dati gli spazi e gli scopi limitati di un libro, un corso, una presentazione – uso anch'io le “schede” nei libri della collana *Cucina selvatica*¹, nei miei siti e nelle mie pagine *social*, come *format* inevitabile perché il migliore possibile. Per certi scopi esse vanno bene, ma non in un lavoro che si allontana dai precedenti contributi e che si intitola a “storie di uomini e piante”: quello a schede non sarà quindi un modello che il lettore ritroverà in queste pagine.

La Valle del Timeto

I miei siti² ospitano da tempo diversi articoli e alcune memorie personali su alcuni aspetti delle complesse relazioni fra uomini e piante che hanno occupato, condizionato in qualche caso, la prima parte della mia vita, trascorsa

- 1 La collana “Cucina selvatica per tutti”, a oggi alla quindicesima pubblicazione, raccoglie i lavori miei e di mia moglie sul tema che il titolo esplicita. Si trova facilmente sul Web e nel libro si legge alla fine nella *Bibliografia dell'autore*.
- 2 Il riferimento è a www.pietroficarra.eu e www.piantespontaneeincucina.info ma gran parte si ritrovano disseminati anche in altre pagine *social* che trattano di piante alimentari e della cucina e della gastronomia dei Nebrodi.

in Sicilia fino a una lunga giovinezza, in questa vallata immersa nel verde, di fronte l'azzurro delle Isole Eolie e con alle spalle le prime sommità arrotondate dei Nebrodi. Scritti oltre una quindicina di anni fa, sono sempre a disposizione di chi desidera leggerli in quella forma, una sezione creata allora con l'intenzione di un progetto più complessivo - studi e ricerche etnobotaniche intorno alle piante di questa valle - che con molta probabilità non vedrà mai la luce, avendo usato il tempo che mi è stato dato per indugiare con piacere anche su altre cose.

Il lettore ritroverà quegli scritti variamente sparsi in queste pagine dato che il lavoro è dedicato ai luoghi della mia infanzia e della mia giovinezza, il mio paese natale di San Piero Patti, al centro della vallata del Timeto, e i paesi degli amici, Librizzi, e Patti, che è stato anche quello del liceo e di tante altre cose ancora, senza dimenticare che si affacciano alla vallata anche terre e persone dei comuni di Montalbano e di Montagnareale. Luoghi vissuti ogni anno anche durante le vacanze, come quelle di chi è andato lontano, come tanti. Non avendo appunto tutto il tempo necessario per dare alle pagine la forma compiuta di uno studio o di una indagine, il tema è nella sostanza lo stesso degli articoli, ossia il rapporto tra uomini e piante da queste parti, e gli strumenti usati gli stessi: memorie e considerazioni attuali sulle relazioni, un minimo di cura nel raccontarle.

Resi chiari lo scopo, l'oggetto e i limiti più evidenti di queste pagine, va detto fin d'ora qualcosa anche sulla delimitazione dello spazio che qui mi sta a cuore: non intendo andare oltre quello che è stato il mio "orizzonte della natura" prima di emigrare al Nord, anche se ovviamente, in gioventù e fino a ieri, e pur vivendo gran parte dell'anno lontano, non sono mancate le occasioni di immersioni nella natura di un territorio assai più ampio, tutte le volte che è stato possibile, a cominciare dai Nebrodi nella loro interezza e di buona parte della Sicilia. Il limite in queste pagine è posto comunque alla vallata del Timeto, Nebrodi orientali, la più ampia delle vallate di questa catena montuosa che per altitudine, forme, geologia e storia, disegna in modo precipuo il paesaggio naturale e culturale della Sicilia tirrenica.

Passerò il confine della valle solo quando servirà davvero un confronto, ma non andrò oltre le immediate vicinanze. Avrei voluto all'inizio della scrittura degli articoli spingermi dalla mia almeno alle vallate dei Nebrodi più vicine, che conosco abbastanza bene e mostrano molteplici somiglianze con la nostra, nelle forme della natura come nelle usanze degli uomini, ma le pagine dedicate a quella del Timeto erano già molte per non appesantirne la lettura.

Non si può scrivere di tutto pur avendone la possibilità e a un certo punto bisogna smettere di farlo e chiudere un libro. Le storie del lungo rapporto tra uomini e piante di questa vallata del Timeto sono comunque anche esemplificative delle relazioni vissute oltre le cime dei monti che la limitano,

in una parte della Sicilia peraltro così diversa dal resto dell'Isola, e spero che se ne possa in ogni caso godere lo stesso la lettura immaginando, al di là delle specificità, anche i territori vicini.

Il territorio di cui parlo, così delimitato e ristretto, può considerarsi unitariamente, ancorchè, e parlando di piante, si passi dal mare ai monti. Tutta la vallata può contare del resto su una antica, comune, presenza umana, senza andare a cercare per forza chi c'era prima dell'antica Tyndaris. In un'Isola posta al centro del Mediterraneo e che è stata crocevia di molteplici storie e culture, una vallata come quella del Timeto avrebbe ancora molto da raccontare sulle relazioni tra uomini e piante in un passato lontanissimo. Sarebbe un bene farlo, se scavassimo e indagassimo con gli strumenti tecnologicamente disponibili più di quanto non abbiamo fatto negli ultimi decenni, prima di lasciare andare tutto all'oblio del tempo.

Non è comunque mia intenzione andare troppo indietro nel tempo, considerato che non sono certamente queste le pagine adatte ad approfondimenti su temi e aspetti di un passato lontano. Ragionando su quello appena prossimo e sul presente non possiamo che considerare usanze attuali mescolate ad altre moribonde o spirate da poco - in molti casi però ancora presenti nei racconti dei più vecchi - ma di questo qui ci accontentiamo, non essendo affatto troppo poco. Anche se osservo con attenzione la natura non posso del resto che guardarla con lo strumento della sola vista, avendo bisogno di altri strumenti, che ho solo in parte, per le domande su com'erano le relazioni umane con la natura in epoche remote.

Non sono neppure le pagine adatte ad analisi sugli aspetti floristici, ma qualche cenno, di ordine davvero assai generale, può tornare utile, almeno per qualche lettore che non è della zona, a farsi un'idea, come si dice, dello scenario di fondo se non proprio degli ambienti in cui uomini e piante convivono. La catena montuosa, disposta con andamento est-ovest a ridosso del Tirreno, i monti Nebrodi, sono il riferimento geografico obbligato per parlare della vallata, anche se, come accennato, flora e piante utili hanno anche a che fare con la costa, e poi su, a risalire di collina in collina fino alle vette.

Collocazione geografica, esposizione a Nord, orografia e quant'altro determinano, rispetto ad altre aree dell'Isola, condizioni climatiche decisamente più fresche ed umide e conseguentemente habitat, colture e culture etnobotaniche abbastanza diverse da quelle che si rappresentano tutti i giorni nell'immagine mediatica e nell'immaginario collettivo della Sicilia. Anche se ciò vale per i versanti della catena montuosa esposti a nord - quelli meridionali, anche assai poco popolati, hanno un aspetto assai diverso - si deve quindi considerare che i Nebrodi sono scarsamente rappresentativi delle fasce di vegetazione che si danno in gran parte del territorio dell'Isola, ciò influenzando, inevitabilmente, anche su certe relazioni tra uomini e piante.

Per non equivocare, va considerato comunque in primo luogo che in tutto il territorio della nostra vallata la macchia mediterranea appare residuale e che già al livello del mare e tanto più man mano che si sale a quote collinari, fino a quelle alte, si succedono soprattutto terre coltivate, anche se per lo più in forma estensiva: coltivi irrigui al piano, ancorché ridotti rispetto al passato, e poi oliveti, vigneti, piccole colture orticole – qui la sintesi trascura ovviamente le particolarità - e soprattutto noccioleti, quest'ultimi fino a un'altitudine ragguardevole, dove lasciano il posto a seminativi e pascoli. Di fatto da queste parti l'uomo ha destinato a coltura ogni area che non voleva lasciare a bosco o che era destinato a rimanere per sempre incolto semplicemente per via dell'andamento impervio o roccioso del suolo.

Va considerato tuttavia che l'agricoltura che si pratica nel territorio che prendo in considerazione è ancora in buona parte un'agricoltura dal carattere tradizionale, salvo eccezioni degli ultimi anni per piccole realtà a carattere intensivo o sperimentale e il ricorso ai mezzi meccanici disponibili e utilizzabili. Quest'ultima non impiega comunque su vasta scala le macchine né le sostanze chimiche, compresi gli antiparassitari, e si sviluppa soprattutto in aree di fondovalle e vicino alla costa; ci prova, a fatica, nelle aree meglio vocate dei versanti collinari, mentre in quelli submontani o più difficili si è assistito più di recente all'abbandono di estesi noccioleti piuttosto che a profonde innovazioni culturali.

I boschi, che pure non mancano del tutto, negli ultimi secoli non sono mai stati quindi una presenza e una risorsa molto importante se non sulle sommità, al contrario di altre aree dei Nebrodi, dove la superficie occupata da formazioni boschive si estende per oltre 70.000 ettari, una grossa fetta dell'intero patrimonio boschivo regionale. Non è quindi in questa vallata che si può parlare di una qualche vocazione forestale né tanto meno ci sono stazioni di specie significative. Non è neppure il caso di parlare, a seconda delle quote, di presenza di leccio, di cerro, di faggio, ecc., se non per qualche citazione significativa, come vedremo. Non mancano del tutto ovviamente, sui due versanti della valle, soprattutto su terreni particolarmente aridi o in aree con diffusa rocciosità affiorante, limitati aspetti forestali dominati dalle caducifoglie, essenze prevalentemente riferibili al ciclo della roverella o di altre congeneri, ma le relazioni umane con queste entità si sono limitate a quelle più note per cucinare e scaldarsi.

Sulle sommità orientali dei Nebrodi, comprese quelle che fanno riferimento alla nostra vallata, la pastorizia ha però consentito all'uomo di utilizzare al meglio estese superfici d'alta quota, disponendo in questa zona di tipologie prative che affiancano il bosco – un'associazione non troppo frequente in Sicilia - dove i bovini hanno la possibilità di uno stazionamento anche nel periodo estivo. Una pratica che risale ad epoche remote, una attività

tradizionale che si vuole affondi le sue radici nell'epoca romana, e che restituisce ancora oggi all'utilità umana habitat che altrimenti sarebbero trascurati³.

L'attenzione al rapporto con la natura non riguarda tuttavia in queste pagine solo quella che c'è "fuori dalla mura", e tanto più se guardiamo con gli occhi di oggi. Non potevo quindi trascurare del tutto ciò che c'è negli spazi verdi urbani, nei nuovi parchi e parchetti e perfino sui balconi di casa. C'era ovviamente anche quando ero piccolo, e anche prima, ma oggi le piante presenti svolgono anche qui come altrove funzioni nuove e non solo estetiche, almeno in parte. Con esse si intrecciano nuovi rapporti dato che gli stessi ambienti sono luoghi d'aggregazione e ricreazione, nodi di connessione territoriale con aree rurali, talvolta anche luoghi elettivi di educazione ambientale e formazione culturale per i giovanissimi, anche a prescindere dal fatto che in paese potremmo non avere bisogno di ortoterapia e quant'altro di simile viene suggerito ai nostri giorni.

Non viviamo da queste parti come nelle città e non dobbiamo compensare la pressione antropica – semmai abbiamo i problemi che la valle appena dopo la piccola conurbazione della costa, si spopola – né dobbiamo migliorare col verde la qualità dell'aria e regolare il microclima cittadino mitigando i picchi di temperatura. Non è vitale per noi fare di tutto per creare "ecosistemi urbani" all'avanguardia e "città intelligenti" ma abbiamo comunque bisogno di tutti gli altri benefici effetti che anche il verde urbano comporta.

Novità degli ultimi tempi è la fruizione dell'ambiente naturale a scopo turistico, inteso questo in senso lato, come conoscenza e visita dei luoghi e delle sue emergenze più interessanti – un flusso di prossimità e di cui approfitta anche quello che viene da lontano – ma riferibile anche alle attività di trekking, all'escursionismo occasionale, talora anche con mezzi fuoristrada ma ormai sempre più a piedi.

Soprattutto in alta valle, ma non solo, con lo spopolamento delle campagne e l'abbandono dei noccioleti - ma non solo per questi motivi - una parte consistente del fitto reticolo di strade carrozzabili, asfaltate e carrarecce, sono diventate facili sentieri, praticabili anche da escursionisti non necessariamente esperti. La loro disponibilità è accresciuta dal recupero e in qualche caso dalla

3 L'esercizio dell'attività zootecnica, che viene ritenuta una delle più importanti cause di desertificazione di certe aree del Mediterraneo - vale per le ghiande, ingerite e sottratte al ciclo della propagazione, che per la pratica del sovrappascolamento che incide sulla germinazione e sulla quantità di seme disseminato – non sembra avere inciso troppo nel nostro territorio, almeno ad occhi incompetenti come i miei, pur essendo praticato da lungo tempo in quota. Peraltro anche a valle e alla marina tutti quanti abbiamo avuto confidenza con le greggi e la "transumanza di prossimità", anche se di modesta dimensione, pecore soprattutto, che ancora oggi trascorrono l'inverno vicino al mare.

manutenzione di vecchie mulattiere, trazzere regie e di varia importanza e strade rurali che un tempo costituivano l'ordinario sistema viario.

Si può dire tuttavia che questo e altri generi attuali di fruizione dell'ambiente e della natura della vallata è ancora recente, anche se le relazioni che si possono osservare nei turisti di prossimità, in quelli più lontani e nella stessa gente del luogo, non sono troppo diversi da quelli che in altre parti d'Italia si osservano in ambiti che hanno su temi e pratiche di questo genere una più lunga tradizione. Peraltro senza che fino all'altro ieri vi fosse nelle comunità che vivono nella vallata una particolare attenzione né grande consapevolezza sui valori ambientali in genere – così è stato fino a poco tempo prima anche dove è stato istituito il Parco dei Nebrodi – tanto che lo stesso ritardo con cui si è giunti a praticare trekking ed escursionismo, anche quello a passo lento piuttosto che coi fuoristrada, ha meritato da più parti qualche riflessione sui principali motivi che ne erano alla base, fra i quali sono certamente da annoverare l'immersione dei borghi fino a non troppo tempo fa nella natura stessa e l'impiego della viabilità rurale nella società contadina, scomparsa appena ieri, per necessari faticosi spostamenti di lavoro.

Ho fatto in tempo del resto a vedere coi miei occhi anche trasformazioni profonde in questa vallata. Il peso dell'ancora viva memoria di quando trazzere e mulattiere significavano per migliaia di persone la fatica di recarsi sui luoghi dove svolgere un lavoro ancora quasi servile è stato sempre incluso in qualche passaggio sul mio sito come nelle chiacchierate estive nel ritorno in piazza con gli amici. C'è voluto, com'era del resto logico che fosse, lo spopolamento delle campagne e l'abbandono di buona parte delle colture tradizionali perché le strade percorse ogni giorno cominciassero ad avere, per le nuove generazioni, un diverso significato di quello che avevano sempre avuto. Come la natura stessa per la gente d'altronde.

Un discorso questo che porta lontano e che si può approfondire in altri contributi che non siano queste stesse pagine – già non mancano quelli autorevoli – e non è neppure il caso che io sfiori i rapporti tra uomini e piante della vallata che hanno a che fare con sensibilità ancora troppo recenti e con concetti ancora ampiamente discussi per essere osservati con il dovuto distacco: tutela delle specie a rischio, sostenibilità, biodiversità, ecc.. Certi temi restano opportunamente a margine di queste pagine, dove lo sguardo si sofferma piuttosto su altre relazioni.

Un limite di tempo che deve essere chiaro: appena qualche generazione, in sintesi le esperienze delle generazioni viventi e ciò che i nonni ci raccontavano per averlo magari vissuto quando ancora c'erano i loro nonni. Quando servirà, si potrà osservare comunque la continuità con ciò che c'è ancora oggi, un rapporto con le piante ancora profondo, intimo, più di quanto non vogliamo credere e ammettere.

La memoria e il racconto

Il lettore che abita oggi la vallata mi perdonerà se talvolta potrà sembrare che parlo troppo del piccolo paesello natio, che poi non era neanche tanto piccolo al tempo della mia infanzia, quando l'emigrazione non l'aveva ancora svuotato delle migliori energie. Comprenderà che se lo faccio ciò è dovuto non solo all'affetto ma anche all'utilità di riesumare ricordi utili, azione questa faticosa ma appassionante, dato che la cosa davvero importante è che i miei ricordi siano anche condivisibili con quelli di altri, se non collettivi almeno plurali, di chi viveva in paese, in quelli vicini al mio e nelle campagne.

Più d'uno potrebbe biasimarmi per altre cose, a cominciare da una certa approssimazione quando mi capiterà, più volte, di scrivere (*da queste nostre parti*: significa tuttavia anche in questo caso “nella vallata”, anche se qualche volta potrebbe estendersi agli immediati dintorni. Il lettore comprenderà tuttavia, spero, che più che a superficialità ciò è dovuto alla peculiarità di queste pagine, perché gli strumenti qui impiegati non possono essere, come accennato, e per diverse ragioni, quelli della ricerca scientifica puntualmente rispettosa di metodi e strumenti di indagine. Questa è necessaria ovviamente in ambito etnobotanico e in quello anche più ampio della ricerca etnoantropologica, ma metodi e strumenti usati qui sono più modesti e imperfetti: la memoria, l'annotazione ritrovata, la loro elaborazione a posteriori, critica e feconda a volte e in altre occasioni lacunosa per via delle dimenticanze, ma niente ricerca in senso stretto.

Non manca tuttavia una rigorosa prudenza per quello che le pagine contengono, una volta che mi sono concesso di usare le tracce della memoria quali forme (forse) prevalenti, e tanto più quella del racconto in prima persona, laddove è stato possibile e come mi è anche piaciuto. Ci ho aggiunto però, come detto, laddove mi sembrava necessario, il frutto delle letture delle memorie e delle ricerche altrui, che hanno prodotto molte volte semi fertili anche per me.

Il contenuto dei passaggi forse più significativi è fatto soprattutto dei miei ricordi personali più lontani, anche se appena messi nero su bianco non potevo poi non soffermarmi su ciò che è mutato da allora, su ciò che mi sembra sia rimasto e qualche volta anche su quello che non c'era e oggi c'è. Le fermate sul presente non basteranno, credo, ad attenuare nei lettori l'impressione che la narrazione sia rivolta soprattutto a un passato che non c'è più, ma in ogni caso ho pensato che forse non era il caso di chiudere la mia biblioteca prima di salvare ancora qualcosa dall'oblio.

Non avendo il tempo e il modo di indagare a fondo il tema, per il momento mi limito quindi al racconto. Mi alletta del resto, a una certa età e di questi tempi, il gioco della memoria, per il piacere di farlo ma soprattutto perché a

scavare nei ricordi e a metterli sulla carta, fosse anche digitale, si può trasmettere a chi si prenderà la briga di leggermi anche aspetti marginali, secondari, di ciò che è stato o che è destinato a mutare o scomparire a breve. Probabilmente neppure i ricordi riaffiorati in queste pagine si conserveranno a lungo, ma potrebbero non andare persi del tutto.

Ho peraltro mescolato nel racconto, opportunamente credo, altre note e tracce utili che insieme al tema principale non mancheranno probabilmente di interessare il lettore del territorio. Dell'insieme potrebbero fare anche buon uso non solo chi ama questo particolare genere di narrazione ma anche gli studiosi della materia e gli appassionati di etnobotanica: direi anzi che insieme alle persone che ancora popolano questa vallata sono loro i potenziali maggiori interessati e beneficiari di questo lavoro, per ciò che ovviamente può essere di loro utilità e interesse.

Non si tratta quindi di una questione di rifugio nei ricordi, fuga che alla mia età capita di fare quando o fino a quando, scavando, si ha la fortuna di vederne affiorare altri. Tanto meno le pagine sono intrise di melanconia per il tempo che fu e la giovinezza andata. A differenza dei *social* in cui abbonda la nostalgia, il lettore non vi troverà elogi per i bei tempi andati e nostalgici confronti con il bianco e nero, pure se la perdita di alcuni valori che sottendono a certe relazioni del passato con le piante può apparire dolorosa anche a me: come sempre accade, erano in fondo anch'essi specchio dei tempi, e forse non sarà semplice sostituirli con altri migliori.

Approfitto qui del fatto che le discipline che si rivolgono al passato non possono fare a meno anche dei contributi personali, semplicemente, come fonti necessarie per descrivere ciò che è stato. Gli informatori degli etnobotanici e le fonti orali degli storici sono necessari non meno di immagini, video, documenti di ogni genere, tutti da usare ovviamente previa la prudenza e l'esame critico che ogni fonte richiede. Queste pagine - da sottoporre ovviamente anch'esse allo stesso esame critico - possono quindi avere una qualche importanza soprattutto come fonte, per chiunque ne avesse bisogno. Una risorsa in più da cui qualcuno potrebbe attingere per i suoi studi e le sue ricerche: racconto di cose mie ma chi volesse prendersi il disturbo di leggerle non come un diario personale ma per l'utilità che possono avere, troverà che vicende, sentimenti e relazioni hanno avuto quasi sempre anche importanza collettiva, avendo accomunato diverse generazioni di miei compaesani e di abitanti della vallata.

Del resto in una comunità che quando ero piccolo era sì alla soglia dell'abbondanza ma ancora fortemente legata alla società contadina, nei paesi e tanto più nelle campagne circostanti, era semplicemente ovvio, oltre che sensato o ineluttabile a seconda delle circostanze, che per gran parte delle

necessità molti usassero ancora, quotidianamente e in misura cospicua, ciò che la natura offriva.

La memoria, pur rosicchiata dal tempo che è trascorso lontano da questi luoghi, mi ha restituito episodi e scenari messi in disparte per molti anni ma ancora adatti a rendere evidenti connessioni ormai “dimenticate” anche da chi vive oggi nella vallata del Timeto. Pur sfrondata di un eccesso di dettagli che mi tornavano in mente e che qui mi sono sembrati superflui, la ricerca nei ricordi mi ha consentito quanto meno di tornare con la mente a pratiche e consuetudini un tempo essenziali per la vita quotidiana e che non potevano prescindere dalle piante.

Senza la necessità di riconsiderare il tempo di “quando non si buttava via niente”, chiunque abbia una certa età può andare con la mente al più elementare degli esempi, alla necessità di un tempo di andare per erbe e allo stesso tempo alla difficoltà di trovare pane secco da metterci insieme, variamente raffermo, da destinare a preparazioni oggi scomparse dalla tavola quotidiana, soprattutto da queste parti, dove minestre, pancotti e brodetti non sono ai nostri giorni molto amati ma che quand'ero piccolo erano ancora per molti, affatto usciti dalla società contadina, d'obbligo la sera sotto forma di minestra, con la sola aggiunta di grasso: un filo d'olio.

Ieri e oggi

Una parte di quelle pratiche e consuetudini che mi sono state restituite dalle sollecitazioni della memoria sono oggi, come si può facilmente immaginare – per alcuni ricordi vado ben oltre i sessant'anni fa - ormai scomparse o, nel migliore dei casi, conservate al buio da chi ha una certa età, soprattutto se ben più veneranda della mia. I cambiamenti culturali, le innovazioni tecnologiche e agronomiche, la stessa sopravvenuta inutilità di oggetti, lavori, alimenti, e altri fattori ancora, hanno indotto il venir meno di usanze antiche e meno antiche e delle loro connesse relazioni con le piante disponibili⁴. Talvolta occorre però annotare più che la scomparsa, la loro profonda trasformazione, se non anche

4 Il territorio della vallata del Timeto non aveva d'altronde le condizioni per il persistere oltre tempo di certe tradizioni, essendo abbastanza “contaminato”, se non dall'inquinamento da altri fattori che impediscono alla fin fine alle consuetudini di sopravvivere immutate. Esso è infatti attraversato ormai da molto tempo da facili vie di comunicazione con le grandi città siciliane – Palermo, Messina e Catania – e per ciò stesso è stato facilmente permeabile nel corso del Novecento alle commistioni culturali. E se anche fino ai primi anni del Secondo Dopoguerra si poteva considerare netta la distanza tra i costumi e i comportamenti delle “coppole” e dei “cappelli”, classe contadina e classe benestante e piccola borghese, gli effetti massmediatici, a partire dalla televisione, e altri fattori hanno accelerato la mutazione della mentalità e abbattuto almeno in questo ambito le distanze sociali, facendo scomparire ormai del tutto usi e costumi della “società contadina”.

il loro profondo mutamento di significato, a cominciare, come esempio, da quello delle erbe selvatiche di cui mi occupo ormai tutti i giorni, passate dall'essere la cena quotidiana dei più poveri a ricercato riferimento alimentare per chef e gourmands, in qualche caso anche segno distintivo di *status*.

Il numero dei bisogni soddisfatti nella vallata del Timeto mediante l'impiego delle piante si sono ridotti di molto nel corso delle ultime generazioni, grazie a materiali nuovi disponibili a basso prezzo, a iniziare dalla plastica ma non solo, e per diversi altri buoni motivi, a cominciare dalla convenienza quanto a durata, disponibilità, ecc., e sostenibilità compresa. Anche se si assiste da qualche tempo a un utilizzo più intenso in chiave *green* di certi materiali “naturali”, pure non c'è confronto con quello di un tempo, per numero di manufatti e utensili e per rilievo nell'esistenza quotidiana.

Non è più quasi neppure un ricordo, se non nei più vecchi, il tempo in cui ogni famiglia contadina produceva da sé la lana, la seta, il lino per il fabbisogno familiare e poteva dotarsi delle proprie masserizie senza comprarle, realizzando in proprio gran parte degli strumenti di lavoro e perfino delle rudimentali calzature in pelle o in rozza tela che usava tutti i giorni. E poi il legname da costruzione e da usare come combustibile, il foraggio per gli animali, coloranti e medicinali d'ogni genere. Per non dire, in primo luogo, della manipolazione e produzione degli alimenti, olio, farina, vino e quant'altro. Veniva ovviamente applicata una complessa serie di conoscenze e competenze frutto del sapere di moltissime generazioni che avevano condotto le loro vite a stretto contatto con la natura, vite condotte meno scomodamente possibile proprio grazie a un intimo rapporto con essa.

Il progressivo abbandono delle pratiche tradizionali in agricoltura e nell'allevamento, e insieme l'eccezionale spopolamento della campagna, hanno portato anche qui come altrove a una graduale erosione di molte conoscenze empiriche connesse alle piante e alla forte diminuzione dei loro ancor possibili impieghi. Insieme agli usi più importanti appena citati sono andati peraltro scemando anche quelli delle piante in occasione di feste, nelle ricorrenze e nei rituali religiosi.

Ancora una sessantina di anni fa, al tempo della mia infanzia, le piante domestiche e spontanee tornavano tuttavia ancora utili per soddisfare un gran numero di bisogni, soprattutto per un non trascurabile numero di famiglie sopravvissute al momento e ancora per poco all'estinzione della società contadina, soprattutto in certe contrade rimaste più isolate dai centri abitati. Non mancavano gli utilizzi episodici o “casuali” di ciò che era a portata di mano ma talvolta i saperi connessi a certi impieghi erano destinati a funzioni indispensabili alla vita quotidiana, cui non poteva avviarsi con arnesi e strumenti fatti con altri materiali.

In epoca di *presentismo* le piante, come del resto altre cose vitali, hanno perso per molti il loro passato e il loro futuro, ma anche solo un paio di generazioni fa si era certamente ancora ben consapevoli dell'importanza delle piante per la vita quotidiana – anche oggi lo si è, ma *q. b.*, appena sullo sfondo della nostra esistenza – a cominciare dall'alimentazione, dall'economia familiare e da ciò che residuava dal passato per la cura delle malattie degli uomini come degli animali allevati.

Nella vallata si era consapevoli che le piante erano fondamentali per la produzione di legna da ardere per gli usi domestici, almeno per la produzione del carbone che si acquistava per fronteggiare i rigori invernali. Si confidava ancora nelle piante vicine per ciò che poteva servire a migliorare la qualità della vita quotidiana, come era sempre stato: alimentazione, cucina e insaporimento dei cibi, bevande, oli utilizzabili anche per per l'illuminazione, e poi ancora detergenti, prodotti cosmetici, tinture, stoffe, oltre al rilievo commerciale, data dalla possibilità di ricavare da certe coltivazioni denaro necessario agli scambi economici. Io ero consapevole che le nocciole erano determinanti per poter studiare.

Col tempo, come detto, si era sedimentata anche da queste nostre parti una grande ricchezza di conoscenze e di consuetudini legate strettamente alle piante. Gli abitanti della vallata potevano contare come altrove su consolidate competenze artigiane e domestiche relative allo sfruttamento e all'impiego delle piante coltivate e spontanee - saperi che in certi casi datavano dall'epoca dei Romani, in qualche caso già patrimonio pregresso delle popolazioni dell'intero Mediterraneo – alcune ancora qualche generazione fa fondamentali per la stessa sussistenza di persone che cominciavano appena a venire a contatto con le tecniche dell'agricoltura moderna e poi industriale.

È anche vero che non tutte le attività sono scomparse, anzi. Con alcune piante c'è chi ancora ci guadagna e ci vive, ai nostri giorni. Non tanto ovviamente chi fabbrica come un tempo panieri e panierini, ceste e cestini, buoni per tutti gli usi che se ne possono ancora fare ogni volta che serve un contenitore, oppure attrezzi utili in campagna e utensili che funzionano anche nelle cucine moderne, che sono peraltro tutti oggetti apprezzati da non poche persone a prescindere dal senso nostalgico per le cose del passato fatte a mano e col legno. Anche questo senso, è vero, fa tanto marketing e deborda da ogni comunicazione di qualsiasi genere (“come una volta”, talvolta anche così antico da non esserci mai stato), ma questo è un altro discorso.

Oltre ad essere un fatto importante che questi oggetti ricavati direttamente dalla natura siano utili ancora oggi, è certamente significativo anche il fatto che questi oggetti rimangano il prodotto di una capacità di fare oggi ancora disponibile e ancora tramandabile. In fondo poco importa che, per i più, la

presenza di questi manufatti sui banchi delle sagre e delle fiere - e chi li costruisce e li vende al momento - sappia di folclore. Rimane il saper fare.

A parte i revival dell'intreccio e i corsi per imparare che fioriscono qui e là, il folclore rimane tuttavia buono soprattutto per gli sguardi degli appassionati del genere e degli acquirenti. Realisticamente le nostre buste della spesa e i nostri contenitori di uso quotidiano sono quasi tutti fatti di altri materiali, a mostrare, se ce ne fosse bisogno, i profondi cambiamenti che ci sono stati nei costumi e nelle usanze delle genti anche in questa vallata.

I mutamenti avvenuti nella nostra relazione con le piante sono noti più o meno a tutti, almeno quelli che abbiamo sempre sotto gli occhi, e non solo agli studiosi. Le trasformazioni sono del resto anche nell'ordine delle cose: ogni cultura conosceva e conosce una infinità di impieghi e prodotti e altre che le seguono assistono alla loro scomparsa. Io non aggiungerò quindi davvero molto a quanto raccontato, indagato e studiato in questo ambito già da altri nei continui confronti che si fanno tra ieri e oggi, tanto più che negli ultimi tempi sono sempre più numerosi coloro che dedicano a questi temi una significativa attenzione. Quando ragioniamo intorno alle relazioni con le piante nel nostro Paese non ci riferiamo peraltro solo all'etnobotanica e ai suoi studi, ma anche alle logiche connessioni con la demologia, la microstoria o l'antropologia culturale che sono oggetto di altri studi che li intersecano, spinti come siamo tutti quanti dal bisogno o dall'interesse a conservare la memoria, o semplicemente a conoscere l'attualità delle molte contrade del nostro Paese, piccole e meno piccole, anche infime, *Rio Bo*.

Certi cambiamenti sono stati così profondi e sono talmente sotto gli occhi di tutti che sarebbe il caso di non parlarne neppure. Essi riguardano peraltro impieghi che un tempo erano, come detto, preminenti o di grande importanza, tra quelli che gli studiosi di etnobotanica collocano giustamente tra le categorie più rilevanti, anche se quasi sempre oggetto di indagini rivolte più di altre al passato o agli impieghi residuali. La fitoterapia ad esempio occupa un ruolo importantissimo negli studi di etnobotanica, ma al di là di una nicchia di persone che oggi si rivolge alle pur molteplici forme attuali dei "rimedi naturali" – fiducia, mode o tendenza, non si distinguono facilmente - basta entrare in una farmacia o andare dal medico per comprendere la distanza che ci separa da tre-quattro generazioni fa, quando il fai da te o il ricorso ai più esperti del paese in fatto di erbe medicinali era una necessità.

È quindi per via della grande distanza col passato che, sempre ad esempio, il ricorso ad usi terapeutici, oggi del tutto residuali nella vallata, avranno poco spazio nelle pagine che seguono. In questo ambito specifico gli studiosi e chi si serve dei loro studi devono ringraziare coloro che hanno fatto in tempo a lasciare tracce di questi impieghi nelle loro memorie, laddove oramai, neppure grazie a qualche ricordo di amici-informatori molto avanti con l'età avrei io

stesso potuto annotare granché. Un grazie va direttamente anche agli studiosi che hanno prodotto serie indagini sul tema negli ultimi decenni per alcune aree dei Nebrodi e del Messinese - non troppo lontane dalla nostra vallata, utilissimo punto di partenza per cercare somiglianze con il nostro territorio.

La distanza con la società contadina, o anche solo con quella in cui ho vissuto la mia infanzia, è notevole anche in altri ambiti, come quelli artigianali e domestici, in particolare per la quasi totalità degli oggetti che si usavano in casa, a cominciare da quelli di più frequente impiego quotidiano, oltre che nelle attività agricole e casearie (quasi sempre autoprodotti).

Peraltro due-tre generazioni fa si potevano osservare anche altri aspetti della distanza con quelle precedenti, considerato che per fabbricare parecchi di quegli oggetti si poteva ricorrere ormai spesso alla natura anche in forma gratuita, prendendo direttamente da essa materiali come ferule e canne, senza costi, per via della disponibilità di queste e altre piante spontanee sempre più spesso rimaste senza padrone, trovandosi in ambienti umidi o a ridosso di torrenti o in altri terreni che erano rimasti incolti per l'imponente emigrazione del Secondo Dopoguerra. Per le generazioni precedenti, come tutti sanno, e da queste nostre parti come dappertutto in Italia, senza dover rivedere l'Albero degli Zoccoli, non era sempre stato così, anzi.

Più persistenti invece, al di là delle apparenze e come vedremo, ma secondo logiche di lungo periodo ormai date per consolidate dagli studiosi, le consuetudini e le pratiche connesse alle piante alimentari e all'attività culinaria.

L'utilità come trama e l'ordinamento per temi

Credo senza eccezioni, almeno per quanto riguarda le mie letture – a parte quelle botaniche in senso stretto - ogni qual volta in un libro, un articolo, un video, un documentario, ecc., l'attenzione dell'autore va alle piante, emerge soprattutto la loro specifica utilità per il genere umano. Chissà se è così perché la ricerca dell'utile è la principale inclinazione anche della specie umana o perché, per via della superbia insita nella nostra natura, ci sentiamo posti a dominio del Creato?

Qualunque sia il motivo, è comunque anche logico che sia così. Per me lo era anche quando, da bambino, dalle piante, spontanee e coltivate, ricavo continuamente ciò che a un bambino serviva per mangiucchiare e giocare, le mie principali occupazioni all'epoca. Ricavarci ogni possibile utilità, e soprattutto le più importanti: così era per tutti, e in buona parte lo è ancora, per chi viveva in questa vallata del Timeto, nei paesi e nelle campagne, come d'altronde accade dappertutto in questo nostro Mondo. Anche nella società

ipertecnologica e mediatica di oggi perfino i pochi che non ne sono consapevoli ricavavano dalle piante un qualcosa che soddisfa piccole e grandi esigenze quotidiane.

Coscienti un tempo, anzi senza il minimo dubbio, che il mondo vegetale era la soluzione, la risposta, il tramite per soddisfare gran parte dei bisogni, per lo più siamo ancora oggi consci che tutte le piante possono essere utili per continuare a soddisfarli anche ai nostri giorni, dai più effimeri, intellettuali, psicologici, a quelli imprescindibili. E seppure non consideriamo più tali certe utilità di un tempo, non manchiamo di apprezzarne altre, fosse anche solo la “natura” in un parco urbano, in cui siamo e ci sentiamo immersi quando frequentiamo per il resto unicamente il cemento del resto della città. Anche solo per la bellezza dei paesaggi verdi, per il loro contributo a un’aria meno inquinata, per le terapie verdeggianti che ritemprano gli spiriti e restituiscono equilibri mentali perduti, o perché semplicemente il verde aiuta a stare meglio.

Anche gli studiosi più autorevoli sul tema del rapporto tra uomini e piante non si sottraggono – forse neppure potrebbero - alla visione utilitaristica, anzi le pratiche e le altre relazioni vengono annotate, studiate e rappresentate dagli studiosi soprattutto in ragione di categorie di utilità. Gli “usi” raccolti per tipologia sono il frutto ovviamente di operazioni concettuali utili in questo campo soprattutto ad avere un ordine mentale ed espositivo, anche se non sempre possono essere il frutto di un rigore logico, non avendo diverse categorie confini ben definiti. Ad esempio la categoria degli usi “domestici”, che è tra le più affollate nelle indagini etnobotaniche di molti autori, a seconda dell'utilità, dei tipi di manufatto, del modo e dell'organizzazione necessaria per la produzione, ecc., viene distribuita o condivisa da altri studiosi in quelli artigianali, agricoli e altri ancora.

Prendendomi la libertà di raccontare, in queste pagine ho avvicinato gli usi delle piante a modo mio, seguendo una trama personale, con un po' di rigore logico ma anche molta libertà: ho raggruppato temi laddove mi è sembrato opportuno farlo, secondo il mio punto di vista e per la convenienza che la cosa poteva avere nell'economia del lavoro e dello scorrere dei testi, non seguendo necessariamente i *format* più frequenti. Il lettore comprenderà probabilmente anche il perché, ma va fatto almeno un accenno allo schema che ho seguito.

Non sarà a caso che all'inizio comincerò partendo da un capitolo dedicato al nocciolo e alle nocciole, che si prendono uno spazio assai più grande di quello dedicato ad altre piante, e con molte ragioni dato il rilievo che hanno avuto nella vita della vallata e mia personale. Non sarà neppure a caso che, in considerazione della vastità del tema e dell'importanza del ruolo, le piante alimentari avranno la prevalenza sul resto, se non come entità botaniche certamente quanto a pagine, suddivise tra il quinto capitolo e l'ultimo, dedicato alla “triade” grano-cereali, vite-vino e ulivo-olio. Anche le piante spontanee

buone da mangiare si prenderanno la luce dei riflettori nel quarto capitolo, inevitabilmente, essendocene occupato per molti anni fino a dedicare a quelle dei Nebrodi⁵ uno specifico lavoro.

Prevalenti sì le specie alimentari, ma non oscureranno del tutto le altre, considerato che nel tempo che sopra ho delimitato erano certamente molte le piante, sia spontanee che coltivate che tornavano utili per altri usi, i più disparati e nelle più svariate occasioni, anzi tornano utili ancora oggi, seppure con tutti i mutamenti del caso, come detto. Così era tanto più sessant'anni fa, quando si correva ormai verso il consumismo e pure non mancavano residui significativi della società contadina che rendevano ancora necessario avere un rapporto pratico e strettamente utilitaristico con le piante. A questo genere di relazioni è dedicato il secondo capitolo che si sofferma sugli impieghi agricoli, domestici, artigianali e su quello che resta – pochissimo – del ricorso alle piante utili come medicine per uomini e animali.

Stimolata per quanto è stato possibile, la memoria ha restituito ricordi anche per certi usi ritenuti un tempo “secondari” e oggi diventati spesso davvero marginali, talvolta anche fugaci. A mio parere tuttavia tutti sono meritevoli di essere ricordati, anche in futuro, dato che non riguardavano solo le mie abitudini personali e i miei vezzi ma usanze diffuse tra i più grandi come tra i fanciulli dei paesi della valle.

Ci sono del resto pure utilità che dalle piante ricaviamo e di cui si ha per lo più nulla o scarsa considerazione, e conseguentemente consideriamo quelle stesse piante non troppo degne della nostra attenzione. O non più tali, perché il tempo marca anche per esse i cambiamenti. Va annotato del resto come un dato di fatto che il comune sentire non ci fa più soffermare su parecchie specie, tutte inserendole nel paesaggio indistinto che corre ormai sotto i nostri occhi da uno schermo, grande o piccolo che sia. Seppure il tempo e il lavoro di molti ricercatori hanno messo intere biblioteche a disposizione di nuovi studiosi e di appassionati del tema e le indagini etnobotaniche e antropologiche continuino a concentrarsi su certi aspetti ludici, religiosi, magici, rituali, ecc. un numero assai grande di entità botaniche è sparito dalla nostra vita.

Non apparirà quindi strano al lettore neppure in questo caso se nel mio esercizio di memoria del terzo capitolo mi soffermerò soprattutto su alcuni rapporti tra uomini e piante che per molti versi possono definirsi “immateriali”, aggiungendo a quelli che si trovano sovente nelle indagini anche il “rapporto estetico”. Dei primi recupererò dai ricordi dell'infanzia con maggiore interesse, talvolta fino ai dettagli, quegli impieghi la cui utilità svaniva in un attimo o poco più. Si trattava di usi di scarsa utilità,

5 Vedi P. Ficarra e S. Scaccabarozzi *Dalla natura alla tavola. Buoni da mangiare: erbe e frutti selvatici delle vallate dei Nebrodi*, Youcanprint 2019.

“improduttivi” se non come strumento di un gioco ingenuo o del divertimento di un momento, ma non meno meno degni di essere ricordati con interesse.

Aggiungerò i ricordi che hanno ancora connessioni, seppure in misura residuale, col sacro e il rituale, dato che vi si ricorre ancora in occasione di talune solennità religiose. Alcune piante si tenevano un tempo apposta vicino alla casa di campagna o negli orti di paese, o si procuravano perfino spendendo qualcosa se non c'era possibilità di averle e servivano allo scopo. Trascurerò invece del tutto alcuni temi “immateriali” che da lungo tempo riempiono le biblioteche nella forma di saggi: aspetti simbolici, miti, leggende e quant'altro abbia un simile significato tra le piante, che esula dal tema di questo libro.

Rimaneva un tempo in ogni caso la grande distanza tra le altre relazioni con le piante e quelle di natura alimentare, che tuttavia in una società che si apprestava a uscire definitivamente dalla condizione di ruralità e di bisogno - in un paesello della Sicilia di allora - erano quasi pronte a diventare ricercata tradizione, tipicità, unicità culturale da vendere come prodotto gastronomico, sicilianità.

La “campagna”, e qualche altra utile precisazione

Approfitto della presenza in questa introduzione di questo termine, “campagna”, che ricorrerà più e più volte nelle prossime pagine, per precisarne utilmente il ricorrente significato nel lavoro – non sempre - come nel contesto nella vita quotidiana della vallata, oggi come allora, così da rendere più semplice la lettura a tutti.

“Campagna” è ovviamente termine di uso abituale - lessico di base per ciascuno di noi – e come tante parole comuni ha anche una molteplicità di significati, anche se nei vocabolari il principale rimane quello di *estesa superficie di un terreno aperto, fuori del centro urbano; il termine è correntemente riferito a territori di pianura o di bassa collina, corrispondenti in genere all'antico contado, occupati da colture o anche da pascoli o boscaglia, con case sparse*. Una forma di contrapposizione geografica ai centri urbani, piccoli e grandi, i nostri paesi se vogliamo. In questa vallata e in queste pagine, come nel linguaggio di tutti i giorni dei suoi abitanti, senza distinzione di altitudine e orografia, il termine vale tuttavia anche come proprietà terriera e non solo come terra coltivata; invece bosco, foresta, terreni, ecc., quando si usano, conservano i significati che hanno generalmente per tutti, servendo a indicare talvolta anche suoli e habitat particolari e che però si trovano per lo più altrove, sui Nebrodi ancorché non troppo lontani, *u boscu i Malabotta, i terri forti*, ecc..

Da quando ho memoria e l'avevano i miei nonni e i loro nonni “campagna” vale senz'altro come “appena fuori dal paese”, *un fuori le mura* a vista d'occhio e coltivato dato che tutto quello che si vede nella vallata appare modellato, da sempre, o lo è stato almeno negli ultimi secoli, dal lavoro dell'uomo, è il prodotto dell'uomo. “Campagna” si usa però in qualunque discorso, lo sottolinea ancora, per indicare il possesso, la risorsa che produce reddito, volendo anche l'andamento produttivo di una stagione e altro ancora: *a nostra campagna**, *a campagna renne picca**, *a campagna pari bona stu annu**, ecc.. Con questi significati sta naturalmente ancora sulla bocca di tutti e valeva e vale soprattutto per il proprio podere, piccolissimo o grande che sia.

Il termine “campagna” valeva quindi anche per me come *il nostro podere* e allo stesso tempo come luogo dove più facilmente si poteva o doveva ricorrere alle piante, spontanee o coltivate, per soluzioni a portata di mano, anche per i più piccoli e improvvisi bisogni, compresi quelli fisiologici. Vicine alla nostra casa “di campagna”, molte piante potevano tornare utili in ogni momento della giornata dal momento che quella dimora estiva diventava a un certo punto dell'anno l'abitazione quotidiana per tutta la famiglia, lì trasferendoci dalla vera casa, quella del paese, nelle settimane in cui occorreva occuparsi più intensamente di quelle coltivazioni indispensabili, nocciolo in primo luogo, ad aggiungere un reddito al lavoro di mio padre e per condurre così una vita modesta sì, ma senza eccessive preoccupazioni.

La nostra “campagna” ai miei occhi non aveva in ogni caso nulla di speciale – c'era anche un'altra casa di campagna con nocciolo ma era lontana e ci tornò più avanti - assomigliando a quella di molti altre persone che incontravo una dopo l'altra lungo il percorso che facevamo per andarci e tornare: una dimora rurale decorosa e intorno nocciolo, una piccola vigna, numerosi ulivi sparsi e alberi da frutto qui e là, un orto, un piccolo biviere.

Il tempo del “ritiro” annuale con tutta la famiglia nella casa di campagna, da bambino e fino alle medie – *ne riterammu ncampagna**, a San Fantino, più o meno dopo Ferragosto e fino ai primi giorni di ottobre, alla vigilia della festa di San Biagio – era tuttavia per me una sorta di immersione pressoché totale nella natura, anche se la parola natura, ovunque mi girassi, aveva, come detto, quel significato determinato dalla lunga storia della presenza umana in questa vallata⁶. Seppure vivessimo in una casa che a me, bambino, sembrava

6 Vale dal tempo dei palmenti preistorici nelle campagne pattesi a quello dei palmenti ormai nelle dimore rurali o a quello ancora attuale del pascolo degli animali in quota per la produzione casearia e delle strutture umane di supporto. Permangono ancora oggi nella valle molti segni evidenti della cultura materiale. A parte quelli antichissimi - i palmenti che esistono nel territorio di Patti, nelle campagne non lontane dall'antica Tindari come nel complesso della Villa Romana di Patti - tutti i vecchi palmenti residui, a cominciare da quelli delle masserie signorili, ma anche quelli, modestissimi, di tante case di campagna, parecchi in una terra che già dopo qualche decennio dall'Unità d'Italia aveva la caratteristica

particolarmente isolata non c'era infatti intorno ad essa niente di selvaggio, anche se le piante e gli animali intorno sostituivano i bar e le botteghe, oltre al via vai delle persone, che potevo osservare tutti i giorni affacciandomi al balcone che dava sulla via più affollata del paese.

In aggiunta a quello di “campagna” (che non starà più tra virgolette) ci sono tuttavia anche altri termini su cui è doveroso soffermarsi un attimo a precisare qualcosa. Intanto in pagine dove il piacere del racconto va mescolato alla necessaria cura di certi dettagli e all'esattezza nell'individuazione delle piante di cui parlo, chi legge ha sicuramente la necessità di trovare termini consoni a rendere inequivocabili per tutti i vocaboli usati. Gli etnobotanici, i naturalisti o semplicemente i lettori un po' più esperti troveranno quindi in parentesi, quando necessario, la denominazione scientifica (semplificata, senza apposizioni) con cui oggi giorno una certa entità botanica si ritrova più frequentemente nella letteratura specifica. Non sempre però sarà ripetuta per le piante più comuni, per non essere quanto meno fastidioso. Qualche volta citerò solo il genere, mentre è inutile ricordare agli studiosi, che hanno ben presente le questioni connesse alle denominazioni scientifiche, la valenza dei moltissimi sinonimi sedimentati col tempo e usati in diversi casi.

Chi abita la valle e legge queste pagine - spero anche da lontano, con la memoria - troverà invece sicuramente utile incontrare parole dialettali o anche locuzioni e modi di dire in vernacolo, così da tornare alla lingua madre, che in qualche caso, scrivendo qui di temi assai particolari, potrà rendere più facile la lettura stessa. Li riporto peraltro con una certa frequenza e in corsivo, con una “traduzione” immediata nei casi più ostici alla comprensione.

Come sempre accade i termini dialettali aprono però la questione della loro forma grafica, su cui non è il caso che io mi dilunghi affatto, almeno per non annoiare chi non ne ha interesse. Chiarisco tuttavia che dove possibile ho impiegato per la vallata forme del siciliano, mediate ovviamente, tenuto conto a volte di esigenze di sintesi tra le varianti locali che come si sa esistono tra paese e paese anche da queste parti e che declinano termini ed espressioni con differenze e sfumature che la grafia non sempre riesce a rendere al meglio, come si vorrebbe.

Qui è tuttavia soprattutto necessario, e doveroso, precisare che userò più spesso, per motivi di opportunità che hanno prevalso alla fine su altri ragionamenti, la mia lingua nativa, il gallo-italico di Sicilia e nella forma che si parla a San Piero Patti⁷, che come è noto differisce per taluni aspetti in modo

di essere frammentata in piccole proprietà private. Segni e testimonianze andrebbero conservati e tutelati come beni culturali, non meno di quanto è stato fatto qualche decennio fa con diverse costruzioni a *tholos*, quelle dei pastori in quota, e si fa con le raccolte di oggetti del passato e con i racconti.

7 Non è questo lo spazio che si può dedicare ad aspetti già abbondantemente studiati, tanto più che anche in questo caso sono arrivato a soluzioni mediate per facilitare qualche lettura. Per

significativo dal siciliano, parlato e scritto, facendo del paese uno dei centri di questa nota isola linguistica sparsa sull'Isola. Per aiutare il lettore siciliano a distinguere nel testo le parole in questa forma dialettale - potrebbe facilmente essere disorientato rispetto alla sua parlata siciliana - ho sempre posto un asterisco alla fine di termini, locuzioni e modi di dire del mio gallo-italico.

La quasi totalità dei termini in uso a San Piero sono ancora ben chiari nella mia memoria, ma mi corre l'obbligo anche di ringraziare quegli autori di storie e cronache sampietrine che si ritrovano nella bibliografia finale - fortunatamente con il passare degli anni ce ne sono sempre di nuove - per le parole che ho potuto trarre o anche solo confrontare dai loro lavori. Ad essi va aggiunta anche la raccolta di parole antiche del nostro dialetto, avviata in Rete e su FB una quindicina di anni fa insieme al gruppo Nuovi Orizzonti e ad altri amici, che ha permesso di scavare nella memoria anche se non è mai sfociata in un lavoro specifico, in buona parte arricchita per l'apporto dato dall'amico Vincenzo Catalano.

Quello cui ho appena accennato, inconcluso peraltro, è solo un esempio del faticoso e inevitabilmente lacunoso recupero della memoria collettiva delle parole - ce ne sono anche altri simili che io sappia, a livello personale - e ci sarebbe molto da indagare ancora, tanto più nello specifico, per recuperare il lessico recuperabile di una civiltà profondamente legata al rapporto fra uomini e piante. Occorrerebbe anche farlo in fretta se è vero, ed è vero, che ad ogni anziano che muore c'è una biblioteca che chiude.

Ciò vale per il mio paese come per gli altri della vallata: in questo ambito si fa oggi più di un tempo, ma sarebbe bene che l'esplorazione di nuovi campi di valorizzazione della storia e della memoria locale non sia solo connessa alla creazione di sbocchi economici e attrattive turistiche, pure importanti, ma anche a finalità che possono sembrare oggi trascurabili.

Ben venga in ogni caso ogni forma di ricerca linguistica e la sua promozione, magari assegnata anche a qualche istituzione museale e associata alla stessa *mission* che ispira la raccolta, la conservazione e la valorizzazione dei manufatti e delle costruzioni di un tempo, attività che comincia a diventare qui e là nella valle anche realtà e che non si dovrebbe mai fermare alla sola esposizione.

il lettore occasionale che si porrà delle domande intorno ad eventuali refusi o errori di trascrizione basta ricordare alcune caratteristiche tra le principali del gallo-italico: -ll in luogo di -dd del siciliano, semivocali, suoni frequenti come -sg in funzione di -c dolce e -sr in funzione di -str, la scarsa distinzione tra le liquide, e soprattutto la frequentissima presenza di "mutole" nelle parole. Per queste ultime il lettore va avvertito che le -e e gran parte delle -o- e delle -i- atone vanno lette come una sorta di e muta, il suono per intenderci ə dell'alfabeto fonetico internazionale, suono vocale centrale neutro, la (famigerata o usatissima) schwa.

Un ringraziamento va anche agli autori di indagini e studi nell'ambito che interessa gli stessi temi e il territorio di riferimento per queste pagine, siti web e *social* compresi, i cui principali contributi sono messi in evidenza nelle note. Infine, chi opera con migliori strumenti dei miei rintraccerà certamente in queste pagine connessioni e riferimenti che a me sfuggono, mentre a parecchie annotazioni, come a taluni approfondimenti per le entità principali, ho invece rinunciato per non farla troppo lunga, come si dice. Nel fortunato caso in cui il lettore volesse contribuire ad aggiungere o a migliorare qualcosa con un suo contributo per una futura nuova edizione gliene sarei davvero grato: può anche contattarmi con facilità tramite i diversi account dei miei siti www.piantespontaneeincucina.info e www.pietroficarra.eu.

Indice analitico

A bagna pane.....	223	Alcol.....	45, 117, 120, 189, 283
<i>A cipullesa</i>	45	Alimento pastorale.....	163
<i>A cocciu a cocciu</i>	341	<i>Alla messinese</i>	189
<i>A fussetta</i>	57	<i>Allium triquetrum</i>	164
<i>A notte u Battisimu</i>	135	Alloctonofobia.....	286
<i>A scapece</i>	205	Alloro.....	118, 247
<i>A sciussellu, A sciuscieddu</i> .	236, 249	Altarini.....	131, 161
<i>Acacia dealbata</i>	159	Amarene.....	298
<i>Accia</i>	249	Amarene sciroppate.....	298
<i>Acer campestre</i>	99	Amarillide-i.....	49, 153
Acer campestre.....	99	<i>Amaryllis bella-donna</i>	49, 153
Aceto.....	153 e segg., 163, 202 e segg., 220, 232 e seg., 237, 261	Amido di mais.....	347
Acetosella.....	153 e segg.	<i>Ampelodesmos mauritanicus</i>	100, 103, 353
Acetosella gialla.....	153, 154	Anacardi.....	301
<i>Acquata</i>	346	Ananas.....	283, 307
<i>Actinidia chinensis</i>	307	<i>Ananas comosus</i>	307
Affezioni intestinali.....	168	<i>Ancille</i>	113
<i>Agave americana</i>	104	Anguilla-e.....	112 e segg.
Agavi.....	152	Anguria-e.....	220, 264, 273 e seg.
<i>Agghiastru</i>	94	Antico Caffè Galante.....	338
<i>Agghji</i>	76, 106, 244, 254, 330	Antielmintico.....	117
Agli spontanei.....	163	<i>Antu</i>	47, 64, 66, 83, 182, 226, 258, 319, 323, 328, 344, 349, 351
Aglio.....	116 e segg., 189, 195, 201, 207, 232 e seg., 235, 243 e segg., 250, 259, 355	Apiaceae.....	203
Aglio trigono.....	164	<i>Apium nodiflorum</i>	203
Agrifoglio.....	100	<i>Appr'occhi</i>	164
Agrigentino.....	201	Arabi.....	77, 84, 133
Agrumi.....	38, 97, 140, 158, 265, 269, 279 e seg., 282 e seg., 286, 291, 396	Arachidi.....	309
Aiuole	118, 159, 162, 198 e seg., 246, 279, 341	<i>Arachis hypogaea</i>	309
<i>Al forno</i> .	62, 110, 207, 224, 226, 232, 236, 253, 333, 346, 354, 356	Aranc(i)era-i.....	280
Albero di Natale.....	135	Arancia-e.....	143, 158, 279 e segg., 189, 289, 298, 308
Albicocche-i.....	262, 266, 271	Arance dolci.....	281
Albicocco.....	271 e seg.	Aranci.....	158, 189, 253, 279 e segg., 283, 288 e seg., 298, 308 e segg., 338
		Aranci amari.....	158, 279
		<i>Aranciu</i>	281

<i>Aranciu duciu</i>	281	Baccalà.....	205, 250
<i>Aranciu russu</i>	281	Bacelli.....	107, 229,
<i>Arasri</i>	106 e seg., 136	253, 256 e segg., 260, 262	
<i>Araucaria spp.</i>	155	Bachi.....	30, 77, 165
<i>Arbutus unedo</i>	292, 295	Bachicoltura.....	30, 165
<i>Arctium minus</i>	140	Baco da seta.....	77, 165
Area etnea.....	184, 190, 197, 334	Bagolaro.....	82, 98, 141
<i>Arifogghiu</i>	100	<i>Baiane</i>	260
<i>Arive i Crastu</i>	350	<i>Ballottuli</i>	249
<i>Arive nta sarmuoria</i>	355	Banana-e.....	307 e seg.
<i>Arive schicciare</i>	355	Banano-i.....	307
<i>Arivu</i>	124	Baracche.....	194
Arnie.....	84	Barchette.....	142 e seg., 302
<i>Arrhenatherum elatius</i>	105	Bardana minore.....	140
<i>Arriganu</i>	204, 206, 353	<i>Bàricu</i>	161 e seg.
<i>Arriminati</i>	225	Barili.....	46, 269, 344 e segg.
<i>Artemisia arborescens</i>	120	Barracca.....	344
Arti fratturati degli ovini.....	85	Basilico.....	205, 232
<i>Arundo donax</i>	74, 94	e seg., 236, 245 e segg.	
Asfodeli.....	153	<i>Basinicò</i>	247
Asino.....	71, 76, 103, 351 e seg.	<i>Basiricò</i>	247
Asparagi selvatici.....	163, 198 e seg.	Bastardoni.....	289
Asparago selvatico.....	133 e seg.	<i>Bastarduni</i>	289
<i>Asparagus acutifolius</i>	134, 198	Bastone del Buon Pastore.....	83
Aspetti veterinari.....	154	Battaglie.....	138 e seg., 141, 268, 282
<i>Asphodeline lutea</i>	153	<i>Bburraina</i>	119
<i>Asphodelus ramosus</i>	153	Becchime.....	335
<i>Asphodelus spp.</i>	153	<i>Begonia semperflorens</i>	161
Aspo.....	80	Begoniette.....	161
<i>Asrattu</i>	77 e seg., 201,	Belgio.....	97
239 e seg., 288		<i>Bellis spp.</i>	154
Assenzio arbustivo.....	120	Bergamo.....	262
Astringenti.....	168	<i>Bergamu</i>	262
<i>Atractylis gummifera</i>	152	Bertoldo.....	223
Avella.....	31	Bertolini.....	283
Avellane.....	31	<i>Beta vulgaris</i>	184, 200
Avena-e.....	105, 141, 147 e seg., 322	Biche.....	323
<i>Avena barbata</i>	105	Biete.....	177, 184, 200 e seg., 260
<i>Avena fatua</i>	105	Biete selvatiche.....	184, 200 e seg.
Avocado.....	308	Biferi.....	277
Aziende vinicole.....	342	<i>Biffari</i>	277

Bigiare.....	256	Bucato.....	80, 93, 305
<i>Biletti</i>	200	<i>Bucca o furnu</i>	332
Biscotti.....	41, 62, 186, 285, 320, 331, 333	Bucce	143, 189, 281, 283, 287 e seg., 346
<i>Biscotti cu ciminu</i>	285	Bucce d'arancia.....	189
Bislingua.....	198	<i>Bugghiutu</i>	335
Biviere.....	23, 85, 143, 158	<i>Buggisotti</i>	278
<i>Bocché</i>	160, 162	<i>Bummulu-i</i>	45, 48, 84
Boccione maggiore.....	180	<i>Burdunari</i>	37
<i>Boletus aestivalis</i>	209	<i>Buriare</i>	258
<i>Borago officinalis</i>	119, 163, 203	<i>Burraina-i</i>	119, 163
Borgo antico.	76 e seg., 80, 95, 118, 119, 157, 243, 276, 284	<i>Buttigghji</i>	345
Borragine.....	119, 163, 203	<i>Buttigghjiuni</i>	345
Bosso.....	159	<i>Buxus sempervirens</i>	159
Bottiglioni.....	84, 93	Cacao.....	65, 306, 310
<i>Bouganvillea</i>	159	Caccialepre.....	179
Bozzoli.....	77	<i>Caccialiepuri</i>	179
Brace.....	85, 97, 113, 242, 245 e seg., 332, 335 e seg.	<i>Cacciofura</i>	219 e seg.
Braciere-i.	85, 98 e seg., 143, 227, 281, 283, 305, 353	<i>Cacciofuri chjini</i>	220 e segg.
<i>Brassica</i>	151, 184, 190, 201 e seg., 223, 354	Cachi.....	297 e seg.
<i>Brassica fruticulosa</i>	184, 190, 201	Cachi mela.....	298
<i>Brassica incana</i>	151, 202	<i>Cacocciuliddi</i>	163
<i>Brassica oleracea</i>	223	<i>Caddarizze</i>	142
Brassicacee spontanee.....	201, 354	Caffè.....	285, 306, 310, 338
Brianza.....	118, 134, 182, 192, 237, 288, 293, 295	<i>Cafisi</i>	352
<i>Briza</i> spp.....	143	Calabria.....	163, 231, 283
Broccoletto-i.....	219, 336	Calabroni.....	264, 271
Broccolo-i.....	225, 193, 219, 223 e segg., 337, 354, 356	<i>Calamintha nepeta</i>	119, 164
Broccoli romaneschi.....	224	Calcitrappa.....	164
<i>Broccoli</i>	226	Calcoli renali.....	120
<i>Broccuri</i>	225	Calendario liturgico.....	37, 124, 130
Bronte.....	111, 163, 308	<i>Càlia</i>	254 e seg., 309
Brucatura.....	350	<i>Caliare-i</i>	255
<i>Brucculuni</i>	225	<i>Caliaru</i>	255, 308 e seg.
<i>Bruccurune</i>	219, 225	<i>Calicotome infesta</i>	106
		<i>Calicotome villosa</i>	106
		Calle.....	132, 161
		<i>Calystegia</i> spp.....	154
		Camomilla.....	164
		Campa.....	84
		Campieri.....	47

Canapa.....	51 e seg., 54, 58, 115, 167, 323
<i>Canesra</i>	93
<i>Canesrella</i>	93
<i>Canesrellu</i>	93
Canestre.....	76
Canestrelle.....	76
Canestri.....	94, 109
<i>Canigghia</i>	319
Canna-e.....	19, 72 e seg., 73 e segg., 75 e seg., 79 e segg., 84, 91, 93 e seg., 99, 102, 110, 140 e segg., 288, 309, 347
Canna da zucchero.....	334
<i>Cannalu</i>	82
Cannella.....	288, 309, 347
Cannelli.....	80 e seg., 309
Cannellina.....	309
<i>Cannitu</i>	81
<i>Cannizza-e</i>	77 e segg., 240, 274, 277, 279, 288
<i>Cannola</i>	81
Cannoli.....	80, 237, 280, 304
Cannuccia palustre.....	75
Capanna.....	133 e seg.
Caponata di melanzane.....	233
Caponate.....	249, 354
<i>Cappeddu</i>	60
Cappelle stradali.....	161
Capperi.....	204 e seg., 232
Cappi.....	141
Capra-e.....	103, 105, 107, 153, 229
Capsule.....	144
Carbonai.....	97
Carbone.	17, 97 e segg., 144, 281, 283, 305, 352
Carbonella.....	305
<i>Carbunaru-i</i>	97
<i>Carbuni</i>	97 e seg.
Carciofi....	155, 163, 219 e segg., 234, 253, 260, 273
Carciofi “siciliani”.....	220
Carciofi inermi.....	220
Carciofi ripieni.....	220 e seg.
Carciofi selvatici.....	155
Carciofini.....	163, 222, 253
Carciofo.....	220 e seg.
Cardatura.....	167 e seg.
<i>Cardella-e</i> . 120, 179, 181 e segg., 333	
Cardi.....	48, 155, 163, 301
Cardi selvatici.....	155
Cardo mariano.....	163
Cardogne.....	163
<i>Carduna sarbaggi</i>	163
<i>Cardune</i>	163
<i>Cariare</i>	52
Carie dentaria.....	120
Carmine.....	138
Carnevale.....	80, 110, 135, 171, 178, 186 e seg.
Carni ovine.....	229
<i>Carpobrotus</i>	152 e seg.
<i>Carpobrotus acinaciformis</i>	152
Carrube.....	299
Carrubi.....	299
Casa del Baco da Seta.....	165
<i>Casbah</i>	77
Casa di Santa Maria.....	152
Castagnaccio.....	294
Castagne.....	32, 42, 262, 264, 266, 271, 286, 301 e segg.
Castagne essiccate.....	302
Castagne secche.....	303 e seg.
Castagnera.....	304
Castagneti.....	303
Castagno-i.....	29, 84, 99, 154, 301, 303 e seg., 319
Castagnoli.....	154
<i>Castanea sativa</i>	99
Castell'Umberto.....	31
<i>Castellu</i>	60
Castrato.....	209, 246 e seg.

Catalogna.....	223	Cereali....	20, 129, 171, 217, 251, 319, 327 e seg., 334, 336 e seg., 344, 396
Catanese.....	62, 134, 200, 232	<i>Cerinth major</i>	154
Catania.....	39, 139, 232	Cerro.....	10, 99
<i>Cauliceddi</i>	190	<i>Cessabua</i>	196 e segg.
<i>Cavadduzzi</i> ,.....	60	<i>Cessaò</i>	196
Cavagne.....	93	<i>Cessaù</i>	196
Cavoletti di Bruxelles.....	224	<i>Cessavoi</i>	196
Cavolfiore.....	193, 219, 223, 224 e seg., 227, 230, 354	Ceste.....	17, 72, 91 e segg., 95, 396
Cavoli cappucci.....	224	Cestelli.....	93
Cavoli neri.....	224	Cesti.....	17, 72, 76, 95, 104, 125, 131, 143, 274, 281, 292
Cavolicelli.....	177, 180, 184, 190 e segg., 197, 200 e seg., 243, 396	Cestini.....	17, 72, 76, 95, 143
Cavolo-i.....	120, 151177, 180, 184, 190 e segg., 197, 200 e seg., 223 e seg., 243, 396	Cetriolo-i.....	202, 207, 223, 234, 238, 241, 396
Cavolo biancastro.....	151	<i>Ceuzi</i>	265
<i>Cavuli</i>	190, 192, 197, 223, 225	<i>Ceuzi niri</i>	265
<i>Cavuliceddi</i>	197	<i>Chamaerops humilis</i>	100, 164
<i>Cavulicelli</i>	190, 192	<i>Charybdis maritima</i>	152
<i>Cavuliciuri</i>	225	Chayote.....	235
<i>Cavuri</i>	184, 190 e segg., 223	<i>Cheiranthus cheiri</i>	162
<i>Cavuricelli</i>	184, 190 e segg.	<i>Chiaccu</i>	141
<i>Cavuricelli a broru</i>	192	<i>Chianu</i>	45, 270, 341, 345
Ceci.....	238, 252 e segg.	<i>Chiappa</i>	204, 332
Ceci abbrustoliti.....	238, 254	<i>Chiappara</i>	204
Ceci tostati.....	255	<i>Chiapparina</i>	204
Cedro.....	285	<i>Chincieccu</i>	252
<i>Celtis australis</i>	82	Chiocciole.....	49
<i>Celtis spp</i>	98	Chiodi di garofano.....	62, 120, 309
Cenere.....	227, 305, 347, 353	<i>Chiurma</i>	47
<i>Centaurea calcitrapa</i>	164	<i>Chlorophytum spp</i>	160
<i>Centaurea spp</i>	151	<i>Ciancianelle</i>	143
Centauree.....	151	Cibi rituali vigiliari.....	250
Centenarie.....	96, 235	Cicerchia.....	196, 252
Centocchio.....	195	Cicerchia silvestre.....	196
<i>Ceratonia siliqua</i>	299	<i>Cichorium intybus</i>	179
Cerbottana.....	82	Ciclamini.....	153
Cerbottane.....	140	<i>Cicojina</i>	179
Cercine.....	185, 356	<i>Ciconia</i>	179
Cereale.....	334 e segg.	Cicoria.....	179 e seg.
		Cicorie.....	219, 223

Cicuta.....	203	Corbe.....	131
Ciliegi.....	127, 137, 256,	Corbezzole.....	291, 294 e segg.
267 e seg., 270, 283, 298, 305, 308		Corbezzolo-i.....	266, 292, 295, 296
Ciliegie.....	127, 137, 256, 267	Corilicoltura.....	68
e seg., 270, 283, 298		Coriloterapia.....	58
<i>Ciminu</i>	285, 297, 309	Corpus Domini	124, 130 e
Cinecircolo “Il Semaforo”.....	35	seg., 161, 396	
<i>Cinnamomum verum</i>	309	<i>Corylus avellana</i>	31
<i>Cinniredda</i>	305	Cosmetici.....	17, 71, 353
Cioccolato alla nocciola.....	65	<i>Costi i vecchia</i>	179
Cipolla-e.....	45, 116, 201	Costoline.....	179
e seg., 202, 205, 207, 221, 223 e seg.,		Cotogne.....	297 e seg.
228, 229, 232, 238, 241, 243 e segg.		Covoni.....	104, 323
Cipressi.....	158 e seg., 286	Crassule.....	161
<i>Cipuddazza</i>	152	<i>Crastuni</i>	49
Circolo dei Civili.....	34	Crespelle.....	348
<i>Circu</i>	98 e seg.	Crespigno-i.....	179, 182
<i>Cirsium scabrum</i>	155	Crine.....	100, 104
<i>Cisgere</i>	253	<i>Crisciune</i>	203
Citisi.....	101	<i>Crita</i>	224
<i>Citroru</i>	238	<i>Crithmum maritimum</i>	164
<i>Citru</i>	158, 204, 273, 279, 283, 285	<i>Criveddu</i>	99
<i>Citruledda</i>	204	<i>Crivellu</i>	99, 323
<i>Citrus aurantium</i>	158, 279	Croccanti.....	61, 64, 101,
<i>Citrus limon</i>	283	132, 196, 203, 270, 304	
<i>Citrus medica</i>	285	<i>Cubburi</i>	79
<i>Citrus spp</i>	279	Cucchi.....	103
<i>Clematis vitalba</i>	163	<i>Cuccuraccia</i>	195 e seg.
Clementine.....	283	<i>Cuccurellu</i>	323
Coccio.....	95, 192, 195, 224, 226, 260	Cucitura.....	167
Cocomeri asininini.....	140	Cucurbita.....	235
Companatico.....	62, 187,	<i>Cucuzzata</i>	237
193, 242, 260, 354 e segg.		<i>Cucuzzedda</i>	238
Conca.....	98 e seg., 279, 281, 353	<i>Cuddiruni</i>	201
Concentrato di pomodoro.....	239	<i>Cuddura</i>	331
Conigli.....	101, 103, 106	<i>Cuffini</i>	93
Conservate 14, 164, 185, 203, 205, 220,		<i>Cuffinu</i>	46, 93
232, 236, 241, 243, 245, 247, 261,		<i>Cufini</i>	76, 92, 94
264, 290		<i>Cugazza</i>	234 e segg.
Contusioni.....	117	<i>Cugazza longa</i>	235 e seg.
<i>Coppula di parrinu</i>	60	<i>Cuguzze i mara razza</i>	234

<i>Cuguzzella</i>	236	<i>Ecballium elaterium</i>	140
<i>Culture</i>	331	Ederine.....	161
<i>Culu ru citroru</i>	238	Edicole votive.....	161
Cumino.....	297	Eliocentrato.....	77, 239
<i>Cuncimi chimica</i>	322	Ematomi.....	117
<i>Cunsaria</i>	111	Emollienti.....	168
<i>Cuògghjire</i>	351	Emorroidi.....	119
<i>Cuogghjiri i nuccilli</i>	34	Enciclopedia della donna.....	172
<i>Cupressus sempervirens</i>	158	Enna.....	335
Curcuma.....	310	Ennese.....	310, 336
Cure dei capelli.....	119	Epifania.....	135, 396
<i>Curuna</i>	46, 60, 185, 332	Equiseti.....	143
<i>Curuni di nuciddi</i>	63	<i>Equisetum</i> spp.....	143
<i>Cutugnata</i>	298	<i>Erb'e ventu</i>	119
<i>Cuzzumuru</i>	319	<i>Erba citu</i>	153
<i>Cyclamen</i> spp.....	153	<i>Erba i muru</i>	119
<i>Cydonia oblonga</i>	298	Erba iacita.....	153
<i>Cynara</i>	155	<i>Erba iaria</i>	153 e seg.
<i>Cyperus longus</i>	94	<i>Erba modda</i>	155
<i>Cytisus scoparius</i>	101	<i>Erba ru prerecature</i>	196
<i>Cytisus villosus</i>	101	Erbe amare.....	175, 177
Dalie.....	161, 225	e seg., 180 e seg., 183 e seg., 188,	
Datteri.....	100, 308	192, 195, 201, 224, 395	
<i>Ddisa</i>	103 e seg., 353	Erbe appiccicose.....	143
Decotto.....	118 e seg., 168	Erbe selvatiche.....	16, 175, 177 e seg.,
Depurative.....	178	183 e seg., 223, 245	
<i>Dianthus rupicola</i>	151	Erbe spontanee.....	134,
Diarrea.....	293	175 e segg., 180, 183, 194, 198, 200,	
Digestione difficile.....	118	202, 396	
<i>Diospyros kaki</i>	298	<i>Erbi moddi</i>	155
Disinfettante.....	117, 345	<i>Erica arborea</i>	102
Distorsioni.....	117	Erica da scope.....	102
Dolciaria casalinga.....	301 e seg.	<i>Erva ianca</i>	120
<i>Dolichos</i>	261	<i>Eryobotria</i>	297
Domenica delle Palme.....	124	Escoriazioni.....	119
e segg., 130, 396		Estratto.....	77, 233, 239, 346
Dottati.....	278	Etruschi.....	166
<i>Draiu</i>	323	<i>Euforbia</i>	112 e seg., 115
<i>Dubbrarina</i>	350	Euforbia cespugliosa.....	112
<i>Dummunelli</i>	51 e segg.	Euforbie.....	114, 152
<i>Duttari</i>	278	Euforbie arboreescenti.....	152

<i>Eugenia caryophyllata</i>	120	<i>Ferula communis</i>	83, 210
<i>Euphorbia caracas</i>	112	Festa del paese.....	292
<i>Euphorbia dendroides</i>	152	Festa della castagna.....	303
<i>Faddari</i>	43, 46	Festa della Madonna.....	63, 133
Faggio.....	10, 99	Festa della mietitura.....	326
Fagioli.....	81, 229, 252, 257, 261 e seg., 338	Festa della nocciola.....	35
Fagioli <i>carrazzu</i> dei Nebrodi.....	262	Festa di San Biagio.....	23, 37, 40, 55
Fagiolini.....	229, 262	Feste. 16, 63, 110, 128, 130, 171, 187, 238, 255, 273, 309, 346	
<i>Fagus sylvatica</i>	99	Fiasca.....	235
Falci.....	50, 81, 104, 325	Fiaschi.....	93
Falciare.....	325	Fibra.....	104, 166 e seg.
Farina-e.....	16, 62, 99, 254, 303, 320 e seg., 326 e segg., 333 e segg., 347, 354	Fibra grezza.....	104, 167
<i>Fasora</i>	261 e seg.	Ficarra.....	2 e seg., 26, 165, 395
<i>Fasora a crucchettu</i>	262	<i>Ficatu ri sette cannoli</i>	237
<i>Fasora i 'nterra</i>	261	Fichi. 58, 77 e seg., 81, 104, 107, 111 e seg., 136, 240, 263 e segg., 272, 274 e segg., 282, 286 e segg., 293, 347, 396	
<i>Fasora i Bergamu</i>	262	Fichi immaturi.....	276
<i>Fasore</i>	261	Fichi secchi.....	275, 279, 282, 289
<i>Fastuchi</i>	308	Fichidindia.....	58, 78, 81, 104, 107, 111 e seg., 136, 263 e segg., 272, 274 e seg., 280, 286 e segg., 293, 347
<i>Fasurilla</i>	261 e seg.	Fico.	2, 7, 9, 15, 18, 21, 25, 31, 33, 57, 74, 82, 135 e seg., 141 e seg., 152 e seg., 163, 166, 174, 177 e seg., 228, 230, 261, 267, 270, 274 e segg., 286, 301
<i>Fauci</i>	44	Fico bifero.....	270
Favate.....	260	Fico degli Ottentotti.....	152
Fave.....	53, 107, 127, 137, 184, 221, 238, 243, 249, 252 e seg., 256 e segg., 267, 275, 322, 336	<i>Ficus elastica</i>	155
<i>Fave e finocchiu</i>	184	<i>Figa</i> ...78, 258 e seg., 275, 277 e seg.	
Fave secche.....	256, 258	<i>Figa marelle</i> ..78, 258, 275, 277 e seg.	
<i>Fave spicchiate</i>	260	<i>Fighi</i>	274, 277 e seg.
<i>Favi</i>	167, 258, 260, 322	<i>Fighi lunghi</i>	278
<i>Favi a cunigghiu</i>	260	<i>Fighi natarisi</i>	278
Favoscuro.....	152, 324	<i>Fighiera</i>	274
<i>Fedia spp</i>	155	<i>Figu</i>	91, 112, 131, 133, 158, 191, 257, 277, 323
Felci.....	133, 155		
<i>Fella</i>	83		
Fenici.....	166		
<i>Ferra</i>	23, 81, 83, 273		
Ferragosto.....	23, 81, 273		
<i>Ferula</i>	74, 83 e segg., 91, 139, 142 e seg., 210, 396		

Filatura.....	167 e seg.	Forcella.....	46, 49, 51, 81
<i>Fillazza</i>	83	Forconi.....	94, 98
<i>Filu-i i juncu</i>	109 e seg.	Formaggi.....	45, 93, 221, 227, 230, 232, 236, 241, 243, 248 e seg., 261, 264, 276, 310, 333, 356
<i>Filuni</i>	331	<i>Fortunella spp</i>	279
Finocchi.....	120, 164, 177, 180, 183 e segg., 192 e segg., 199 e seg., 203 e segg., 219, 221 e seg., 243, 245, 259 e seg., 280, 336, 356,	Foruncoli.....	119
Finocchi dolci.....	222	<i>Fossa u carbuni</i>	98
Finocchietto.....	185, 189	<i>Fracocche napuritane</i>	271
Finocchio...	120, 164, 177, 180, 183 e segg., 193 e segg., 199 e seg., 203 e segg., 219, 221 e seg., 243, 245, 259 e seg., 280, 356, 395 e seg.	<i>Fragaria spp</i>	299
Finocchio coltivato.....	185	Fragola.....	59, 285, 307 e seg., 340
Finocchio dolce.....	185, 219, 280	Fragoline.....	299
Finocchio marino.....	164	Frantoi.....	104, 350 e segg.
Finocchio-i selvatico-i.....	164, 183 e segg., 188 e seg., 195, 221 e seg., 259 e seg., 336, 356,	<i>Frascàtula-i</i>	335 e seg.
<i>Finocchiu</i>	184 e seg.	<i>Frascàture</i>	225, 327, 334 e seg.
<i>Finocchiu rizzu</i>	184	<i>Fraxinus ornus</i>	98
<i>Finocchji sarvaggi</i>	184	<i>Frenu</i>	105
Fiordaliso stellato.....	164	<i>Friscalettu</i>	82
Fiori di zucca.....	236	<i>Friscarettu</i>	146
Fiori recisi.....	134, 160	Frittata.....	45, 102, 196 e seg., 199 e seg., 236, 248 e seg.
Fiscelle.....	93, 99, 109	Frittate.....	187, 195 e segg., 203, 222, 230, 245
Fischietti.....	82, 144 e segg., 148 e seg., 396	<i>Frittedda</i>	222, 253
Fischietto.....	144 e seg., 147, 149	Frittelle.....	188, 195, 225 e seg., 230
Fiscoli.....	104, 353	<i>Frittule</i>	224
Fiumara.....	37 e seg., 40 e seg., 52, 97, 111, 113 e seg., 161, 327, 333	<i>Frittture</i>	80, 226, 235, 309, 334, 336 e seg., 353
Flocculazione delle albumine.....	276	Frumento.....	104, 108, 153, 319 e segg., 332, 334
Floresta.....	39, 173, 262, 325, 332	<i>Frumentu</i>	321, 335
Focacce...	99, 182, 207, 320, 331, 333	<i>Frumenturignia</i>	335
Focaccia.....	181 e segg., 229, 333	Frutta esotica.....	307
Focaccia messinese.....	182	Frutta martorana.....	297
<i>Foeniculum vulgare</i>	184	Frutta secca.....	266, 274, 300, 303, 306, 396..
<i>Foja mmisca</i>	178	Frutti dimenticati.....	278, 290
Foraggio.....	16, 103 e segg., 289, 322	Funghi.	35, 153, 183, 208 e segg., 396
		Funghi di ferla.....	209 e seg.
		<i>Funnu</i>	76
		<i>Furriszu-i</i>	84, 86

Gabbiette per uccellini.....	104	Granchio.....	49
Galla.....	142	Granita di limone.....	284
Galle.....	57, 142, 257, 307	Grano.....	20, 31 e seg., 53, 59, 73, 81, 105, 108 e seg., 129, 254, 267, 297, 319 e segg., 332, 334 e seg., 396
Gallo.....	24 e seg., 77, 161, 177, 295, 325, 336	Granoturco.....	73, 105, 322, 327, 334 e seg.
Galvagno.....	35	<i>Grasta</i>	156
<i>Gammaru</i>	49	Greci.....	166, 333
Garofani.....	161	<i>Griegni</i>	323
Garofano delle rupi.....	151	Grotte.....	151
Gatani.....	83	Gruppo Nuovi Orizzonti.....	25
<i>Gedi</i>	201, 281	<i>Guastedde</i>	320
Geloni.....	118, 120	<i>Guasteddi</i>	331, 333 e seg.
Gelsi.....	165, 265, 270, 275	<i>Guastelle</i>	333
Gelsi bianchi.....	265	<i>Gurnu</i>	114, 273
Gelso.....	46, 77, 159, 270, 348	<i>Hedysarum coronarium</i>	105
Gelsomino-i.....	159	<i>Hibiscus</i> spp.....	159
Gerani.....	161	<i>Hypericum perforatum</i>	119
<i>Gere</i>	253 e seg.	<i>Hypochoeris</i>	179
<i>Geri</i>	201	I Morti.....	42, 159
Ghianda.....	144	<i>I ossa</i>	82, 154
Ghiande.....	105, 142	Ibischi.....	159
<i>Ghiotta</i>	229, 240, 250, 354	<i>Ilex aquifolium</i>	100
Ghiotte.....	141, 196, 205, 354	Imbarcazioni.....	85 e seg.
Ghiro-i.....	48, 49, 68, 144	Impiastro-i.....	117 e seg., 168, 120
<i>Giarra</i>	185, 352	<i>In saor</i>	205
Gigli bianchi.....	123, 132, 161	Incannucciato.....	75 e seg.
Gigli di mare.....	152	Infiemmazione-i.....	111, 119
Giglio rosa.....	153	Infuso.....	118
Ginestra.....	101, 106, 136	Innestare.....	32, 343
Ginestra spinosa.....	136	Insaccati.....	185 e seg., 193
Ginestre.....	95, 102, 130 e seg., 154	Insalata di arance.....	280
<i>Gira affucata</i>	201	Insalata di pomodori.....	223
<i>Gire</i>	117, 184, 196, 200 e seg.	Intrecciato.....	91
Giuggiole.....	297 e seg.	Intreccio.....	2, 18, 76, 91 e segg., 104, 109, 125 e segg., 275
Giuggioli.....	266, 298	Iperico.....	119
Giunco.....	93, 104, 109 e segg., 187, 328	<i>Ipomea</i> spp.....	154
<i>Giuogghjiu</i>	323	Ipomee.....	154
<i>Glycyrrhiza glabra</i>	164		
Granaglie.....	53, 320, 328		
<i>Granatu</i>	297		

Iris.....	154, 252	Lauri.....	321
<i>Iris germanica</i>	154	Lauru.....	118
Irpinia.....	31	Lazio.....	286
<i>Jasminum officinale</i>	159	Legni.....	96, 99
Jazzu.....	107	Legno.	17, 51, 58, 71 e seg., 79 e seg., 84 e segg., 94 e segg., 138, 142, 168, 319, 329, 345, 348
Jermi.....	323	Legume-i.	129, 171, 173, 175, 217 e seg., 249, 251 e segg., 258, 319 e seg., 328, 330, 336, 338, 396
Jina.....	105, 322	Lenitive.....	119, 168
<i>Jina nte laguri</i>	322	Lenticchie.....	129, 252, 257
Jinesre.....	102, 107	Lentischi.....	151 e seg.
Jittummi.....	224	Lentisco.....	164
Joli.....	338	<i>Liami</i>	103
<i>Juncu</i>	93, 109 e seg., 396	Librizzi.....	8, 38, 63, 83, 110, 150, 173, 300
<i>Juncus acutus</i>	109	Lievito madre.....	275
<i>Juncus spp</i>	93	Liguria.....	113, 294
Jurnare.....	42	Ligustri.....	156 e seg.
Kiwi.....	307	Ligustro.....	157
Kumquat.....	279	<i>Ligustrum spp</i>	156
L'Annunziata.....	77	<i>Lilium candidum</i>	132
La Costa.....	77	Limone.....	118, 207, 250, 280, 283 e segg., 307
La Grazia.....	77	Limoni.....	279 e seg., 283 e seg.
La pineta.....	150	<i>Limuni</i>	283, 285
Lacerazioni.....	119	Linazza.....	166
Lagane.....	330	Lino.....	16, 80, 95, 100, 165 e segg.
Laganelle.....	330	<i>Linu</i>	166 e seg.
<i>Lagenaria siceraria</i>	235	<i>Linum usitatissimum</i>	166
<i>Lagerstroemia</i>	157	<i>Lippu</i>	133
<i>Lagerstroemia indica</i>	157	Liquirizia.....	164, 309
Laguri.....	321 e seg., 350	Liquore Millefiori.....	103
Langhe.....	31	Liquori.....	189, 280, 288, 294, 395
<i>Lanna-e</i>	61, 181, 333	Lisabetta da Messina.....	248
Lantana.....	159	<i>Llivatina</i>	331
<i>Lantana camara</i>	159	<i>Loggia</i>	37, 81, 85, 98, 181, 254
Lappuse.....	298	<i>Lona</i>	32, 41, 59, 323
<i>Lathyrus sylvestris</i>	196, 198	Longi.....	208
Latirismo.....	252	Lucerna.....	354
Lattarori.....	278		
Latte di mandorle.....	306		
Lattice.....	115, 276 e seg.		
Lattuga.....	120, 219, 222 e seg.		
Lattughe.....	155, 219, 222		
Lattughella.....	155		

<i>Lucia</i>	180	<i>Mandaranci</i>	283
<i>Luciana</i>	180	<i>Mandarinetto</i>	283
<i>Luciana</i>	54, 164, 197, 333	<i>Mandarini</i>	127, 137, 139 e seg., 256, 267 e seg., 279 e seg., 282 e seg.
<i>Luciani</i>	179 e segg.	<i>Mandarini cinesi</i>	279
<i>Luminicchia</i>	332, 354	<i>Mandarino</i>	282
<i>Lupinaru-i</i>	107	<i>Mandelli</i>	53
<i>Lupini</i>	107 e seg., 129, 204	<i>Mandello</i>	53
<i>Lupino</i>	107 e seg.	<i>Mandorla</i>	61, 279, 301, 305
<i>Lupinus albus</i>	107	<i>Mandorle</i>	63, 101, 266, 274, 288, 301 e seg., 304 e segg., 347
<i>Luppinu</i>	107	<i>Mandorleti</i>	305
<i>Maccarruna</i>	104, 112	<i>Mandorli</i>	29, 60, 267, 301, 305
<i>Maccarrunazzu</i>	112, 114 e seg.	<i>Mandorline</i>	60
<i>Maccarrune</i>	110	<i>Mandorlo</i>	301
<i>Maccarruni</i>	109 e seg., 330	<i>Manganello</i>	96
<i>Maccarruni cu purtusu</i>	109, 330	<i>Manganu</i>	167
<i>Maccarruni cu sugu</i>	110	<i>Manigu</i>	76
<i>Maccheroni</i>	80 e seg., 99, 109 e seg., 112, 187 e seg., 231, 249, 308, 328, 330, 346	<i>Manipoli</i>	323
<i>Maccu</i>	111, 243, 258 e seg.	<i>Manna</i>	168, 282
<i>Maccu ri favi</i>	258	<i>Mannarini</i>	282
<i>Macerone</i>	203	<i>Mannelli</i>	323
<i>Madia</i>	81, 99, 187, 320, 329, 331	<i>Manzi</i>	199
<i>Madonie</i>	164, 292	<i>Marabuscione</i>	101 e seg.
<i>Madonna</i>	63, 126, 133, 276, 325, 327, 332	<i>Marathon</i>	190
<i>Madonna della Catena</i>	126, 332	<i>Marelli</i>	78, 278
<i>Madonna delle Grazie</i>	276, 327	<i>Marina di Patti</i>	150, 156
<i>Mafalda</i>	297, 309	<i>Marinare la scuola</i>	256
<i>Maggiorana</i>	206	<i>Masticogna</i>	152
<i>Maiale</i>	77, 103, 105, 110, 153, 186 e seg., 193, 224 e segg., 240, 246, 251, 260, 288, 330, 336, 346	<i>Matalufu</i>	153
<i>Maidda</i>	99	<i>Matassaru</i>	80
<i>Mailla</i>	99, 180, 187, 226 e seg.	<i>Matricaria chamomilla</i>	164
<i>Maillard</i>	180, 226 e seg.	<i>Matrice</i>	128, 130, 352
<i>Mais</i>	129, 319, 334 e segg., 347	<i>Matthiola incana</i>	162
<i>Mal di denti</i>	119 e seg.	<i>Mazzareddi</i>	197
<i>Mal di pancia</i>	118, 293, 304	<i>Mazzarrà</i>	307
<i>Malanni</i>	117, 120	<i>Mazzolatura</i>	168
<i>Maltagliati</i>	330	<i>Mazzu i cacciofure</i>	219
		<i>Mbriache</i>	291, 294 e seg.
		<i>Mbriacheddi</i>	291
		<i>Medicamenti</i>	16, 111

Medicina.....	18, 71, 115, 118, 120, 123, 168, 293, 319, 353
Medicine.....	21, 115 e segg., 120, 396
Mela.....	281
Mela verde.....	270
Melagrana.....	297
Melangoli.....	158, 279
Melanzane.....	175, 205, 230 e segg., 236, 242, 396
Melanzane fritte.....	231 e seg., 234
Melanzane ripiene.....	234
Mele.....	154, 228, 248, 267, 269 e seg., 298 e seg.
Mele cotogne.....	298
<i>Melilotus</i>	108
<i>Melilotus</i> spp.....	108
Melo cotogno.....	298
Meloni.....	273 e seg.
<i>Melune latinu</i>	274
<i>Melune r'nvernu</i>	273 e seg.
<i>Menesra sarvaggia</i>	163, 177, 179, 181 e segg., 188, 195, 201, 219, 221, 223, 292
<i>Mennarini</i>	282
<i>Mennettu</i>	331
<i>Mennu</i>	60, 301, 305, 331
<i>Mennura-e</i>	301, 305
<i>Mennurine</i>	60
Menta.....	204, 205
<i>Mentha spicata</i>	205
<i>Mentha</i> spp.....	164
<i>Meranciane</i>	231 e seg., 234
<i>Meranciane chjini</i>	234
<i>Mespilus germanica</i>	292, 296
Messina.....	39, 62, 139, 165 e seg., 175, 248, 300
Messinese.....	19, 174, 182, 189, 200 e seg., 249, 295, 310, 338, 349
Mièire.....	323
Mietitura.....	81, 321 e seg., 325 e segg.
<i>Millé</i>	101, 106, 139
Mimosa.....	159
Minestra.....	15, 177, 180, 184, 188, 192 e seg., 195, 201, 223, 229, 249, 254, 257, 259
Minestre.....	15, 180, 192 e seg., 203, 227, 229, 235, 248, 251, 253 e seg., 257 e seg., 260 e seg., 330, 338, 353
Minestroni.....	227, 229, 235 e segg., 253, 261, 338
<i>Minicuccu</i>	98
<i>Minnu</i>	331
<i>Minure</i>	350
Minuta.....	349
<i>Mirinciani</i>	231
Mito primigenio di Prometeo.....	83
Mola.....	21, 42 e seg., 109, 159, 167, 330, 351
Mongiove.....	103, 151
<i>Monstera deliciosa</i>	160
Montagnareale.....	8, 173, 303
Montalbano.....	8, 80, 173
Monte Taffuri.....	153
More.....	299 e seg.
More bionde.....	299 e seg.
Morelli.....	278
Moscardino.....	48
Mostarda.....	288, 347
Mostarde.....	78, 287 e segg., 299
Mostarde di fichidindia.....	78, 288
Mosto.....	288, 345 e segg., 350
<i>Mpagghiata</i>	93
<i>Mpagghiatura</i>	93
Mparare.....	18, 110, 147, 149, 161, 165, 198, 203, 343
<i>Mpiccicari u furnu</i>	331
<i>Mposte</i>	323, 328
<i>Muddacchini</i>	101
Mulinelli domestici.....	328, 334
Mulini.....	167, 326 e segg.
Mulino.....	327 e seg., 334 e seg.

<i>Mullacchine</i>	101, 106 e seg.	<i>Nespure giappruni</i>	291
<i>Mulo</i>	55, 76, 103, 136	<i>Nespure giappuni</i>	291, 297
<i>Muncibèddu</i>	161	<i>Nettarine</i>	272
<i>Munnari</i>	322	<i>Nfegatare</i>	272
<i>Munnellu</i>	53	<i>Nfurnata</i>	331
<i>Murga</i>	353	<i>Ngranari</i>	253
<i>Muriruvette</i>	299	<i>Niburella</i>	119
<i>Murmari</i>	38	<i>Nicotiana tabacum</i>	310
<i>Musa spp</i>	307	<i>Niputedda</i>	119
<i>Muschi</i>	133 e seg.	<i>Nisseno</i>	200
<i>Muschio</i>	133	<i>Nivurette</i>	320
<i>Mustarda</i>	288, 347	<i>Nniculizzia</i>	309
<i>Napoli</i>	32, 235, 262, 271	<i>Nocche</i>	60 e seg.
<i>Nappole</i>	140	<i>Nocciola-e</i>	10 e seg., 17, 20, 23, 27,
<i>Napruddi</i>	163	29 e segg., 33, 35, 47 e segg., 54, 60	
<i>Napulitane</i>	262	e segg., 73, 81, 101, 107, 112, 132,	
<i>Napuritane</i>	271, 304	139, 142, 144 e seg., 150, 153, 154,	
<i>Nasidi</i>	300	155, 165, 181, 197, 203, 208 e seg.,	
<i>Nasrinu</i>	160 e seg.	228, 266, 269, 274, 288, 293, 300 e	
<i>Natale</i>	8, 41, 61 e seg., 78,	segg., 319, 323, 325 e segg., 333,	
	110, 128, 132 e seg., 135, 158, 178,	341, 343 e segg., 347 e seg., 350 e	
	222, 250, 274, 279, 281, 283, 289,	seg.....	
	300, 307, 333	<i>Nocciole dei Nebrodi</i>	29, 65
<i>Nericchjia</i>	60	<i>Nocciole tostate</i>	62 e seg., 347
<i>Nebrodi</i>	8 e segg., 12, 19, 21	<i>Noccioleti</i>	10 e seg., 29 e segg., 34 e
e seg., 29 e segg., 36, 63, 65, 67 e		segg., 38, 41 e seg., 44 e seg., 47, 49	
seg., 93, 98 e seg., 113, 116, 124,		e seg., 60, 66, 81, 145, 150, 153, 155,	
135, 153, 162 e segg., 166, 174, 179,		165, 197, 208 e seg., 266, 319, 325	
185 e seg., 193 e seg., 196 e seg., 200		<i>Noccioleto</i>	23, 30 e
e seg., 203, 207 e seg., 225 e seg.,		segg., 39 e segg., 45, 47 e seg., 54,	
232, 235 e seg., 238, 246, 251, 253,		56, 59 e seg., 65 e segg., 107, 139,	
262, 265, 285 e seg., 292, 305, 320,		203, 208, 228, 327, 341, 348, 350	
326, 330, 335 e seg., 338, 342, 344,		<i>Noccioli</i>	27, 29 e
348 e seg., 354.		segg., 35, 42 e seg., 47 e segg., 56 e	
<i>Nebrodi orientali</i>	8	seg., 59, 65, 67 e seg., 82, 282, 296,	
<i>Nepitella</i>	119, 164, 206	301, 309, 325	
<i>Nerium oleander</i>	159	<i>Nocciolicoltura</i>	31, 68
<i>Nespole</i>	266 e segg., 270, 291, 296	<i>Nocciolicoltura seccagna</i>	31
<i>Nespoli</i>	256, 266, 291 e seg.	<i>Noccioline</i>	309
<i>Nespolo</i>	295 e segg.	<i>Noccioline americane</i>	309
<i>Nespolo giapponese</i>	297	<i>Nocciolo</i>	20, 29, 32,

35, 58 e seg., 68, 98, 133, 138, 208, 300, 350, 355	Olio di arachidi.....309
Noce.....45, 142, 279, 301 e seg.	Olio nuovo.....353
Noci.....29, 63 e seg., 78, 142 e seg., 153, 263, 266, 272, 301 e segg.	Olive..... 10, 40, 42, 45, 61, 185 e seg., 201, 207, 224, 226, 241, 243, 249, 261, 269, 291, 293 e seg., 325, 327, 348 e segg., .
Nocino.....303	Olive in salamoia. 185, 243, 261, 354, 355
Nonna Angela.....288, 303	Oliveti.....10, 325, 349
Novena.....132	Olivi selvatici.....152
<i>Nsalata</i>155, 185, 202, 205, 223, 229, 250, 280.	Olivo.....84, 94, 348, 355
<i>Nturrari</i>224, 226, 337, 356	Olivo selvatico.....94
<i>Nturraru</i>195	Olmo.....53, 84, 94, 263, 276
<i>Nturrata</i>224	Ombelico di Venere.....118
<i>Nuccille mericane</i>309	Ombrelle fiorite.....189
Nuccilli.30, 34, 37, 41, 48, 50, 57, 61 e segg., 66	<i>Onopordum</i>155
<i>Nuccilli ngiazzari</i>61	<i>Orgiu</i>334
<i>Nusgiera</i>301	Origano.....95, 119, 164, 204 e segg., 229, 232 e seg., 241 e seg., 245 e seg., 285, 309, 331, 354 e segg.
Nutella.....35, 64, 65	Origano meridionale.....164, 206
<i>Nzitare</i>343	<i>Origanum</i>204, 206
<i>Nzuddi</i>62	<i>Origanum heracleoticum</i>204, 206
<i>Nzuddini</i>62	Ornielli.....98, 101, 139
<i>Nzudduzzi</i>62	Orniello.....98, 106
<i>Nzulle</i>41, 61 e seg., 333	Ortensie.....161
<i>Nzurfarare</i>343	Ortiche.....119, 163
Ogliarola Messinese.....349	Orzo.....6 e seg., 55, 85, 138, 186, 280, 334, 337, 352
<i>Olea europaea</i> var. <i>sylvestris</i> . 94, 152	<i>Ossa</i>82
<i>Olea oleaster</i>94	Osti.....299
Oleandri.....150, 159	Otri.....57, 297, 345
Oleastro.....100	<i>Oxalis pes-caprae</i>153
Oli aromatici.....189	Pabbio.....143
Oli di semi.....353	Padre Carmelo.....209
Olio.15 e seg., 20, 55, 62, 80, 119, 129, 142, 163 e seg., 168, 175, 179 e segg., 188 e seg., 192, 195, 202 e seg., 205, 207, 217, 220, 226, 228 e seg., 232 e seg., 242 e seg., 245, 250, 259 e segg., 280, 283, 293, 302, 309, 319, 331 e segg., 348 e segg., 396	Paesaggio.6, 8, 21, 30 e segg., 77, 83, 104, 111, 123, 133, 149 e segg., 163, 274, 279, 286, 298, 334, 342, 349, 396
Olio aromatico.....164	<i>Pagghiari</i>107
Olio d'oliva. 175, 331, 348 e seg., 353	Paglia.....73, 296, 319, 323, 325

Pala di fichidindia.....	81	<i>Papaver</i> spp.....	154
Palazzo Orioles Boscogrande.....	75	Papaveri.....	130 e seg., 143, 154
Pale....	7, 14, 19, 22, 29, 32 e seg., 37,	Papavero.....	145
Palermitano.....	189, 222, 237	<i>Pappuzza</i>	257, 259
Palermo.....	139, 236, 310, 338, 394	Paprika.....	310
Palma. .	100, 124, 126 e seg., 164, 337	Parietaria.....	119
Palma-e nana-e.....	100, 152, 164	<i>Parietaria judaica</i>	119
Palme.....	2, 29, 124 e	<i>Parmentu</i>	350
segg., 130, 132, 151 e seg., 156, 171,		Pasqua.....	62, 124, 127 e
234, 341, 344 e segg., 396		segg., 132, 221 e seg.	
Palme intrecciate.....	124 e seg.	<i>Passatempu</i>	237
Palmento.....	341, 344 e segg.	<i>Passuluni</i>	354, 356
Palmizi.....	133	Pasta alla Norma.....	232
<i>Panara</i>	76	<i>Pasta chi gira</i>	201
Panare.....	46, 76, 92	<i>Pasta chi meranciane</i>	232
<i>Panarelli</i>	76, 92	Pasta coi tenerumi.....	237
<i>Panari</i>	76, 92, 94, 329	Pasta con le sarde.....	189, 310
<i>Pancratium maritimum</i>	152	Pasta di mandorle.....	301, 304, 306
Pane.....	15, 32,	Pasta e fagioli.....	252, 261, 338
41, 45, 61 e seg., 71, 99 e seg., 102,		Pasta fresca.....	104, 109,
112, 175, 179 e segg., 183, 187, 192,		254, 328 e segg.	
195 e seg., 223, 226 e seg., 229, 231,		<i>Pasta r'arivi</i>	352
233, 243 e segg., 248, 261, 280, 285,		Pasta reale.....	297, 301, 304
287, 293, 302 e seg., 320, 324, 326,		Paste di mandorla.....	305
328 e segg., 352 e segg.		<i>Pasti i mennure</i>	305
Pane caldo <i>cunzatu</i>	353	<i>Pastilla</i>	64
Pane <i>cu pumaroru</i>	353	Pastorelli.....	132 e segg.
Pane e <i>nusge</i>	302	PAT.....	164, 191, 207, 335
Pane <i>frittu</i>	333	Patate.....	116 e seg., 117, 201,
Pane <i>rusturu</i>	353	205, 207, 227 e segg., 245, 262, 396	
Pangrattato.....	201, 221, 245	Patti.....	23, 38 e seg., 152, 158, 173,
<i>Pani cunzatu</i>	331, 351	175, 204, 259, 274, 293, 338, 351,	395
Pani e <i>nuccilli</i>	62 e segg.	<i>Pelargonium grandiflorus</i>	161
<i>Pani frittu</i>	334	Pepe rosa.....	158, 307
<i>Pani i casa</i>	329	Peperoncini.....	242 e seg., 356, 396
<i>Panicum miliaceum</i>	106	Peperoncini piccanti.....	242 e seg.
Panieri.....	17, 76, 80, 91 e	Peperoncini secchi.....	242
seg., 94 e seg., 127, 275 e seg., 396		Peperoncino..	45, 180, 195, 201, 224,
Panierini.....	17, 76, 80	226, 232, 245, 259, 310, 354 e seg.	
<i>Panuzzi</i>	61	Peperone.....	242
<i>Panuzzu</i>	60 e seg., 132		

Peperoni.....	234, 236, 242, 396	Pini domestici.....	150 e seg., 156
Peperoni grigliati.....	242	Pinoli.....	150 e seg., 189
Percocche.....	272	<i>Pinus pinea</i>	150
Pergolati.....	341	<i>Piparelli</i>	242
Pergolato.....	339	<i>Piper</i>	184, 309
Peri selvatici.....	164	<i>Pippi</i>	242
<i>Persea americana</i>	308	<i>Pippi ducchi</i>	242
Pèrseghe.....	272	<i>Pippi lumentì</i>	242
Pesca.....	112 e segg., 263	<i>Pippi rusturi</i>	242
Pesca delle anguille.....	112, 114	Pira.....	9, 25, 131, 232, 271, 286
Pesce azzurro.....	113, 175, 205	<i>Piriere</i>	271
Pesce spada.....	113, 232	<i>Pisare</i>	323
Pesce stocco.....	205, 229, 250, 354	<i>Pisari i favi</i>	258
Pesche.....	205, 265, 272 e seg., 304	<i>Pisarura r'i favi</i>	258
Pesche di Mojo.....	272	<i>Piscirovu</i>	45
Pesche noci.....	272	<i>Pisciurova</i>	248
Peschi.....	271 e seg.	Piselli.....	221 e seg., 252 e seg., 256, 260
Pesco.....	113, 272	Pistacchi.....	301, 308
<i>Pezzo duro</i>	63	Pistacchio.....	308
<i>Phalaris canariensis</i>	106	<i>Pistacchiu</i>	308
<i>Phaseolus spp.</i>	261	<i>Pistacia lentiscus</i>	151, 164
<i>Phragmites australis</i>	75	<i>Pistacia vera</i>	308
<i>Piacentinu</i>	310	<i>Pistic</i>	178
Piantaggine.....	106, 119	<i>Pitoni</i>	182
Piante alloctone.....	151, 158	<i>Pittirilli</i>	168
Piante da balcone.....	160	<i>Pittirri</i>	168
Piante da interno.....	132	Pizze.....	182, 333
Piante grasse.....	161	<i>Plantago major</i>	106, 119
Piante medicinali.....	115	<i>Pleurotus eryngium</i> var. <i>ferulae</i>	210
Pisciaru.....	175	Polenta.....	225, 327, 334 e segg.
Piattoni.....	262	Polpette.....	110, 230, 245, 249
Piazza del Tocco.....	125	Pomi gialli di Sodoma.....	152
Piccole gabbie.....	84	Pomodori.....	81, 175, 181, 202, 207, 223, 227, 238 e segg., 245, 396
Piccole siepi.....	159	Pomodori “invernali”.....	81
Piemonte.....	65	Pomodori per salsa.....	241
Pigne.....	151	Pomodoro.....	45, 77, 189, 201 e seg., 229 e seg., 232 e seg., 235 e seg., 238 e segg., 243, 245, 247, 262
<i>Pigni</i>	151, 182	Ponte della Rocca.....	86, 97, 276
<i>Pignu</i>	151		
Pinete.....	150		
Pini.....	31, 33, 42, 107 e seg., 129, 150 e seg., 156, 204, 288, 352		

Porcellana.....	202, 238, 241	<i>Putrussinu</i>	247
Porcino.....	49, 209 e seg.	<i>Pyrus spp.</i>	164
Porto di Messina.....	165	<i>Quaddaruni</i>	98
<i>Portulaca oleracea</i>	202	Quaresima.....	124, 128
Potatura.....	132, 350	<i>Quartara</i>	46
Prataioli.....	209	Querce.....	57, 96, 98 e seg., 142
Pratoline.....	154	Quercia.....	94, 96, 142
<i>Preboggion</i>	178	<i>Quercus amplifolia</i>	98
Presepe.....	132 e segg., 199, 396	<i>Quercus cerris</i>	99
<i>Presepiu</i>	132	<i>Quercus congesta</i>	98
Prezzemolo.....	230, 245 e segg., 355	<i>Quercus dalechampii</i>	98
Prima Comunione.....	131, 161	<i>Quercus spp.</i>	94, 99
<i>Prima passara</i>	41, 45	<i>Quercus virgiliana</i>	96, 98
Principato.....	31 e seg.	<i>Rabitti</i>	77, 157, 284
Provincia di Messina.....	300	Raccuja.....	31, 39, 97, 165, 276, 327
Provola...93, 181, 221, 227, 333, 356		<i>Racina</i>	341
Prugne.....	270, 272	Ramazzu.....	350
Prugnette.....	270	Randazzo.....	86, 194
Prùgnolo.....	164	<i>Rarichi di nniculizzia</i>	309
<i>Pruna</i>	271	Raspi dell'uva.....	319
Pruni.....	271, 291	<i>Ràsura-e</i>	30, 304
<i>Prunus cerasus</i>	298	Ratatouille.....	182
<i>Prunus spinosa</i>	164	Reazione di Maillard.....	180, 226
<i>Prupetti i patate</i>	230	Regina Claudia.....	271
Pulizia delle strade.....	102	Regno delle Due Sicilie.....	31
<i>Pullu</i>	323	Regno di Napoli.....	32
<i>Puls</i>	56, 120, 162, 258, 336	<i>Reichardia picroides</i>	179
<i>Pumma 'nvernu</i>	269	Renazzo.....	30
<i>Pumma barili</i>	269	Reumatismi.....	119
<i>Pumma i maju</i>	270	<i>Rhus coriaria</i>	111
<i>Pummaroru</i>	238	Ricotta78, 93, 98, 110, 232,	
<i>Puncispinu</i>	133 e seg., 198 e seg.	236 e seg., 276, 308, 346	
Pungitopo.....	101, 198 e segg.	Ricotta al sole.....	78
<i>Punica granatum</i>	297	Ricotte salate.....	77
<i>Puntillare i porte</i>	135	Riduzione del succo.....	287
Punture.....	116, 119	Rifici.....	2, 63, 300
<i>Purciddana</i>	202	Rimedi.....	18, 101, 116 e segg.,
<i>Purcillana</i>	202	120, 157, 168, 247, 265, 285, 289	
<i>Purizziare i figurignia</i>	112	<i>Riminaturi</i>	98
<i>Purrietti</i>	164	Riserva Naturale dei Laghetti di	
<i>Putrussinazzu</i>	203, 251	Marinello.....	151

Riso.....	10, 14, 23, 49, 116, 123, 141, 178, 229, 248, 257, 261 e seg., 295, 299, 310, 334, 337 e seg., 341
Riso del paradiso.....	338
Riso nero.....	338
Rituali.....	7, 16, 21, 34, 124, 128, 131, 137, 250, 332, 353
Robba.....	41, 52 e seg., 182
Robinia.....	145
<i>Robinia pseudoacacia</i>	145
Rometta.....	300
Rose antiche.....	161
Rosmarino.....	116, 118, 246 e seg.
<i>Rosmarinu</i>	118
Roverella.....	10, 96, 99, 105 e seg.
Roverelle.....	98
<i>Rubus fruticosus</i>	299
Rucola selvatica.....	181
<i>Rugure</i>	98
<i>Ruguri</i>	142
<i>Ruguru</i>	96
<i>Rumpe lancelle</i>	155
<i>Ruscus aculeatus</i>	101, 198
<i>Ruscus hypophyllum</i>	198
Ruta.....	119
<i>Ruta spp</i>	119
<i>Ruula</i>	98
<i>Ruvula</i>	98
Sabato Santo.....	132
Sacca.	37, 43, 46, 51, 185 e seg., 193 e seg., 323
<i>Sacchina</i>	43
<i>Saccunellu</i>	43
<i>Sagnigni</i>	281
Sagra delle anguille.....	114
Sagre du pani cunzatu.....	331
Salamora di Belvedere.....	189
Salario bracciantile.....	258, 275
Salice-i.....	84, 94, 101, 155
Salice di Gussone.....	94
<i>Salicia sarvaggia</i>	94
Salicone.....	94
<i>Salix alba</i> var. <i>vitellina</i>	94
<i>Salix babilonica</i>	155
<i>Salix gussonei</i>	94
<i>Salix purpurea</i>	94
Salmoriglio.....	207, 245, 353
Salsa..	77 e seg., 163, 239 e segg., 247
Salsa di pomodoro.....	77, 247
Salsa in casa.....	240
Salsapariglia.....	163
Salse.....	65, 201, 242, 245, 304, 353
Salsicce.....	185 e segg., 193 e seg., 209, 243, 246
Salsiccia.....	110, 187, 199 e seg., 221, 224, 226, 260
Salumi.....	232, 243, 356
Salvia.....	246 e seg.
Sambuco.....	40, 54, 82, 107, 119, 141, 164, 271, 304, 333
<i>Sambucus nigra</i>	107, 119, 164
<i>Sammurigghjiu</i>	207
<i>Sampugna</i>	146
<i>Sampugna ra ina</i>	146
<i>Sampugne</i>	146
<i>Sampugnella</i>	146
San Biagio.....	23, 37, 40, 55, 85, 126, 130, 187 e seg., 272, 344, 346
San Fantino	23, 30, 37 e segg., 45, 47, 52, 57, 60 e seg., 66 e seg., 75, 77 e seg., 85 e seg., 96 e seg., 102, 106, 111, 142, 158, 179, 181, 188, 198 e segg., 202 e seg., 208, 221 e seg., 228 e seg., 237 e seg., 246, 252 e segg., 261 e segg., 269 e segg., 275 e segg., 279, 287 e seg., 290 e segg., 294, 296, 298, 302 e segg., 306 e seg., 321, 327, 331 e seg., 338, 340 e seg., 343 e segg., 349 e seg., 354 e seg.
San Giovanni.....	64
<i>San Giuvanni</i>	64
San Martino.....	346

<i>San Martinu</i>	167	<i>Scirocco</i>	157
<i>San Nicola</i>	332	<i>Sciuri i cuguzza</i>	236
<i>San Piero</i>	8, 24 e seg., 29 e seg., 32 e segg., 40 e seg., 67, 75, 77, 85, 111, 128, 130, 135, 156 e seg., 167, 173, 197, 225, 234, 269, 273, 279, 284, 321, 326, 395	<i>Scocca</i>	81
<i>San Piero Patti</i>	8, 24, 33, 36, 75, 173, 395	<i>Scoddi</i>	163
<i>Sant'Antonio</i>	83, 161	<i>Scolymus spp</i>	163
<i>Sant'Angelo di Brolo</i>	31, 165, 173	<i>Scope</i>	5, 63, 85, 91, 101 e seg., 106, 144, 176 e seg., 191, 193, 198, 290, 294, 296
<i>Santa Maria</i>	97, 125, 128, 132, 152, 219, 273	<i>Scorci</i>	80, 106
<i>Santa Rita</i>	332	<i>Scorza dei semi</i>	305
<i>Santagatese</i>	349	<i>Scorze</i>	80, 280
<i>Santo patrono</i>	110, 187	<i>Scorze candite</i>	280
<i>Sapa</i>	163, 288	<i>Scozzolatura</i>	289
<i>Sapurcri</i>	128	<i>Scrafuogghje</i>	73, 79, 335
<i>Sarchi</i>	200	<i>Scucciulatura</i>	289
<i>Sardegna</i>	85, 294	<i>Scucciuluni</i>	289
<i>Sarmenti</i>	132, 344, 347	<i>Scuppini</i>	352
<i>Sarmurighgiu</i>	353	<i>Scupittedda</i>	82, 140
<i>Sarmurighgiu</i>	207, 285	<i>Scursunera</i>	159
<i>Sassizza</i>	353	<i>Scutturiare</i>	48, 50, 351
<i>Sbergia</i>	273	<i>Scuvazzu</i>	332
<i>Sbiancatura</i>	167	<i>Sechili</i>	200
<i>Scabbia</i>	120	<i>Sechio</i>	235
<i>Scacciaballe</i>	141	<i>Secondo Dopoguerra</i>	19, 32, 166, 172, 182, 251, 265, 342
<i>Scagghjiola</i>	106	<i>Sedano</i>	203, 249 e segg., 355
<i>Scagliola</i>	106	<i>Sedano d'acqua</i>	203
<i>Scaniare</i>	331	<i>Sedano selvatico</i>	203
<i>Scarole</i>	222 e seg.	<i>Semi del lino</i>	168
<i>Scerbatura</i>	350	<i>Semi di finocchio</i>	186 e segg., 193 e seg., 199, 243, 356
<i>Schiacce</i>	201	<i>Semi di zucca</i>	238
<i>Schiacciate</i> . 63, 207, 249, 354 e segg.		<i>Semprefiorita</i>	161
<i>Schiacciatura</i>	305, 349	<i>Sepolcri</i>	127 e segg., 132, 396
<i>Schinus molle</i>	158	<i>Sesamo</i>	297, 309
<i>Schioppettino</i>	82, 140	<i>Sesamum indicum</i>	309
<i>Schiumone</i>	63	<i>Setaria viridis</i>	143
<i>Sciarmenti</i>	344	<i>Settimana Santa</i> 124, 126 e segg., 250	
<i>Scille</i>	152	<i>Sfinci di riso</i>	338
		<i>Sicilia Bedda</i>	161
		<i>Sicunna passara</i>	42

<i>Sicyos edulis</i>	235	Sparzio.....	106
Silene.....	144 e seg., 196	Spigolare.....	42, 182
Silene alba.....	144	Spigolatrice.....	49, 153
Silene bianca.....	144	Spigolatrici.....	42, 50 e seg.
<i>Silene vulgaris</i>	145, 196	Spigolatura.....	321
<i>Silybum marianum</i>	163	<i>Spiguni bugghiutu</i>	335
Simboli cristiani.....	127	<i>Spigurigni</i>	42
Simboli sacri.....	131	<i>Spisa ntruciara</i>	46
Simbolismo religioso.....	126	<i>Spoggia di fori</i>	305
<i>Simenza</i>	237	<i>Sponsu</i>	226
Sinagra.....	114, 165	Sporte.....	104, 353
<i>Smergia</i>	273	<i>Sporte i ddisa</i>	353
<i>Smilax aspera</i>	163	<i>Spurica</i>	42
<i>Smyrnium olusatrum</i>	203	<i>Stagghiata</i>	113 e seg.
<i>Smyrnium spp.</i>	251	Steli teneri.....	188, 224
Snack....	42, 105, 108, 188, 203, 255 e seg., 267, 299, 309	Stellaria.....	195
Società Operaia.....	34	<i>Stellaria media</i>	195
<i>Solanum sodomaeum</i>	152	<i>Stidda</i>	82
Sommacco.....	111 e seg., 289	<i>Stigghiule</i>	246
Sonaglini.....	143	Stipsi.....	287, 293
<i>Sonchus oleraceus</i>	120, 179	Stirare.....	110
Sorba.....	291	Strapazzate.....	195, 199, 235, 245
Sorbe.....	81, 263, 290 e segg., 348	<i>Strazzaberturi</i>	163
Sorbetti.....	348	Strumenti a fiato.....	82, 145 e segg.
Sorbo-i.....	43, 266, 290, 292 e seg., 295 304	<i>Strummura</i>	98
<i>Sorbolaccio</i>	294	Strutto.....	349
<i>Sorbus domestica</i>	292	<i>Stuppa</i>	168
Sott'olio.....	232	<i>Sucamele</i>	154
Spaccapietre.....	120	<i>Sudda</i>	105
Spade.....	57, 127, 138 e seg.	<i>Summaccu</i>	111
Spadolatura.....	168	<i>Surchi</i>	253 e seg.
<i>Spagghiu</i>	323	<i>Surfaru</i>	345
<i>Spanaci</i>	198 e segg.	Susine.....	263, 265
<i>Sparaci</i>	163, 198	<i>Suttesubbra</i>	226, 336 e seg.
<i>Sparaciu curriòlu</i>	163	<i>Syzygium aromaticum</i>	309
<i>Sparaciu i serpa</i>	163	Tabacco.....	310 e seg.
<i>Sparacogna</i>	163	Taccole.....	262
<i>Sparacugnari</i>	163	<i>Tagghjarini</i>	254, 330
<i>Spartium junceum</i>	95, 102	<i>Tagghjarini chi cisgire</i>	330
		<i>Tagghjarini i cisgere</i>	254
		Tagliamani.....	103

Tàmaro.....	163	Trottola.....	98, 142
<i>Tamus communis</i>	163	<i>Trunsi</i>	224
Tarli del legno.....	84	<i>Truscia</i>	45 e seg., 354
Tascapane.....	45, 108, 354	Tummuru-i.....	52 e seg.
<i>Teganu</i>	225	Tumuli.....	53
Telai.....	75, 80, 95, 99, 166	<i>Tunnu</i>	323
Tenerumi.....	235 e segg.	Turioni.....	102, 134, 163, 198 e seg.
Terre sicane.....	189	Tuscia.....	31, 189
<i>Terri forti</i>	22, 321	Tyndaris.....	9, 349
<i>Terza passara</i>	42	Ucria.....	31, 39, 262
Tessitura.....	76, 166 e seg.	Uliveti.....	30, 341, 353
Timeto.....	2 e seg., 6 e segg., 15 e seg., 19, 29 e segg., 37, 39, 52, 65 e segg., 74, 84, 97, 101, 111 e segg., 116, 145 e seg., 151, 173 e seg., 177, 180, 190, 197, 203, 205, 226, 234, 246, 251, 254, 276, 279, 284, 286, 289, 303, 324 e segg., 334, 342	Ulivio-i.....	20, 23, 31, 124 e seg., 319, 348 e segg., 353, 355
Tindari.....	63, 83, 265, 307, 309	<i>Ulmus minor</i>	94
Tonchio.....	257, 259	<i>Umbilicus rupestris</i>	118
Tonno.....	113, 205, 232	<i>Umbru</i>	94
<i>Torca</i>	46, 356	<i>Uoghgiu</i>	323, 353
Torrente Cannulla.....	38, 48, 54, 81, 86, 101, 145, 203, 273, 304	<i>Urmu</i>	94
Torrioni.....	61, 302	<i>Urospermum dalechampii</i>	180
Torsoli.....	319	<i>Urospermum picroides</i>	180
Tortorici.....	30 e seg.	<i>Urtica</i> spp.....	119
Toscana.....	159, 178	Uva.....	59, 64, 74, 125, 189, 227, 263, 265, 288, 319, 327, 332, 339 e segg., 344 e segg., 350, 396
Tradizioni religiose.....	124	Uva “americana”.....	340
Trapanese.....	189	Uva “fragola”.....	59, 340
<i>Trappitu</i>	350 e segg.	Uva “red globe”.....	341
<i>Tré</i>	108	Uva da tavola.....	265, 339, 341
Trebbiatura.....	98, 321, 323	Uva fragolina.....	263, 346 e seg.
<i>Trezza i cipulle</i>	244	<i>Vaccare</i>	51
Triade.....	20, 29, 132, 173, 317, 319, 339, 396	Vaiani.....	260
<i>Trimari</i>	50	Val Demone, Valdemone.....	165, 349
Trimola.....	351	Vallata del Timeto.....	6, 8, 15 e seg., 19, 29, 31, 37, 65 e segg., 74, 84, 146, 173 e seg., 177, 190, 197, 226, 234, 246, 251, 279, 324, 326, 334
<i>Trittoru</i>	238	Valle d'Aosta.....	305
<i>Troffa</i>	43, 58 e segg.	Valle del Timeto.....	2 e seg., 7, 30, 116, 286, 303, 396
Trombette.....	146	<i>Vastuni i San Giuseppi</i>	153
		Vendemmia.....	73, 326, 344, 347, 350

Vendite ambulanti.....	219	Violacciocca gialla.....	162
Venerdì Santo.....	130	Violaciocca.....	162
Verde domestico.....	160	Violette.....	154
<i>Verdelle</i>	350	<i>Virarbi</i>	163
Verderame.....	344	<i>Virga</i>	76
Verdura.....	182, 184 e seg., 188, 190, 237, 249 e seg.	Vitalba.....	163
Verdure..	171, 178, 183, 191, 195, 217 e segg., 222 e seg., 245, 249 e segg.	Vite.....	16, 20, 31, 38, 59, 94, 104, 174 e seg., 185, 199, 218, 230, 260, 319, 339, 341 e seg.
Verdure selvatiche.....	171, 178, 191, 245, 251	Viti.....	81, 132, 341, 344 e seg.
Verdure selvatiche amare.....	178	<i>Vitis labrusca</i>	59, 340, 347
Verghe.....	76, 84	<i>Vitis vinifera</i>	339
Vermi.....	117	<i>Vruoccoli</i>	225
Verze.....	193, 224	<i>Xhantium</i> spp.....	140
Vespe.....	116, 264, 271	Zafferano.....	189, 309 e seg.
Vetriola.....	119	<i>Zammara</i>	104
Via Gallo.....	77	<i>Zantedeschia</i> spp.....	132, 161
Via Garibaldi.....	102 e seg., 160, 395	Zappe.....	99, 322
Via Tasso.....	33, 40, 125, 156 e seg., 276, 345	<i>Zappuriari</i>	322
Vigilia di Natale.....	250	<i>Zarchi</i>	200
Vigna.....	23, 46, 73, 81, 103, 261, 341, 343 e seg., 350	Zibibbo.....	263, 339, 341
Vigneti.....	10, 107, 339, 342, 349	Zigolo.....	94
Vigneto.....	30, 339	<i>Zinzure</i>	298
Villa Romana di Patti.....	23	Zio Pierino.....	208, 283
Vilucchi bianchi.....	154	<i>Ziziphus jujuba</i>	298
Vimini.....	84, 94	Zolfo.....	344 e seg.
<i>Vinazza</i>	346	Zucche.....	62, 102, 181, 234 e segg., 285, 294, 309, 334, 348, 396
Vinello.....	340, 346	Zuccherate.....	285, 309
<i>Vinnigna</i>	346	Zucchine.....	234 e segg., 396
Vino..	16, 20, 45 e seg., 82, 217, 243, 259, 339 e segg., 349 e segg., 396	Zucchine spinose.....	235
Vino di casa.....	339, 343 e seg.	Zufoli.....	82, 145 e segg.
<i>Vinu cottu</i>	347 e seg.	Zufolini.....	145 e segg.
<i>Viola</i> spp.....	154	Zufolino.....	148
		Zufolo.....	82
		Zuppa.....	179, 184, 192, 201, 207, 222, 282, 285

BIBLIOGRAFIA UTILE

(Descrizione bibliografica semplificata)

- Aa. vv. *Guida gastronomica d'Italia (Ripr. facs. dell'ed. orig. del 1931)* Touring club italiano, Milano 2003
- Aa. vv. *Atlante del pane in Sicilia* Consorzio “G. P. Ballatore”, Palermo 2001
- Alfonso F. *Monografia sul nocciolo* Tipografia dello Statuto, Palermo 1886
- Arcidiacono S. *Fitoalimurgia etnea* in Agorà n° 9., Riposto (CT) 2004
- Arcidiacono S. et al. *Piante selvatiche d'uso popolare nei territori di Alcara li Fusi e Militello Rosmarino (Messina)* in Quad. Bot. Amb. 18: 105-146, 2007
- Arcidiacono S., Napoli M. e Pavone P. *Piante selvatiche utilizzate nella medicina popolare e veterinaria nel territorio di Bronte (Catania)* in Quad. Bot. Amb. 10: 105-118, 2002
- Artusi P. *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene* Edizioni varie
- Barbagallo C. et al. *Indagine sugli usi popolari delle piante medicinali nella Sicilia centro-orientale* in Boll. Acc. Gioenia Sci. Nat. 37(364): 83-157, 2004
- Barbagallo C., Grillo M. and Meli R. *Nota sulle piante officinali spontanee e coltivate del territorio di Cesarò (Messina)* in Fitoterapia L (2): 57-66, 1979
- Bonina G. *Busillis di natura eversiva* Barbera editore, 2008
- Buttitta A. e Cusumano A. *Pane e festa. Tradizioni in Sicilia* Guida, Palermo 1991
- Buttitta A. *Il vino in Sicilia* Palermo, 1977
- Buttitta A. *Il Natale. Arte e tradizioni in Sicilia* Palermo, 1985
- Buttitta I. E. *I cibi della festa in Sicilia* CLEUP, 2019
- Camporesi P. *Folklore, alimentazione e società* Torino, 1982
- Cantarelli Fausto *I tempi alimentari del Mediterraneo: cultura ed economia nella storia alimentare dell'uomo*, Volume 1 FrancoAngeli, 2005
- Capatti A. e Montanari M. *La cucina italiana: storia di una cultura* Laterza, Bari 1999-2019
- Carimi Francesco et al. *An overview on the human exploitation of sicilian native edible plants in Wild Plants: Identification, Uses and Conservation* Ryan E. Davis Editor 2011
- Cartaregia Maria Cristina *Carandariu Sampirottu (2000-2005)*
- Cinque Faletta Ida *Sicilia. I piatti della festa e della vita quotidiana* Zona, 2012
- Costanzo E. e Liberto M. *I prodotti dell'isola del sole* Regione Siciliana - Assessorato Agricoltura e Foreste, Palermo 2001
- D'alba T. *La cucina araba* Palermo, 1980
- Denti di Pirajno A. *Siciliani a tavola* Longanesi & C., Milano 1970
- FarinaSalvatore *Dolcezze di Sicilia. Arte cultura, storia, tradizioni e ricette dei dolci e della pasticceria siciliana* Lussografica, 2009
- Ficarra P. *La cucina e la gastronomia dei Nebrodi. Tradizione e innovazione* Youcanprint, 2020

- Ficarra P. *Il selvatico in cucina: dalla povertà alla gastrolatria quotidiana. Questioni di etnobotanica e di nicchia, ma con un certo fascino e molte connessioni* Youcanprint, 2022
- Ficarra P. e Scaccabarozzi S. *Dalla natura alla tavola. Buoni da mangiare: erbe e frutti selvatici delle vallate dei Nebrodi* Youcanprint, 2019
- Ficarra P. e S. Scaccabarozzi *Viaggio in Italia tra i prodotti e le preparazioni culinarie che impiegano le piante spontanee alimentari* Youcanprint, 2024
- Gatani T. *La ferula (Narthex) tra mito e storia* Palermo 2010
- Gatani T. *La canna (Arundo donax L.) tra mito e storia* Palermo 2020
- Gatani T., a cura di *Archivio Centrale Dello Stato, Patti, inchiesta sulle condizioni sociali ed economiche 1875-1876* Società Patesse di Storia Patria, 1992
- Genovese S. e Caruso A. *Immagini di lavoro e vita contadina a San Piero Patti G.B.M., 1981*
- Giaimi Giuseppe *Parco dei Nebrodi. La natura, i paesi, la storia, i beni culturali e ambientali* Edizioni Arbor, 1999
- Guarrera P. M. *Usi e tradizioni della flora italiana* Aracne, Roma 2006
- Ingrassia Franco *Paesi e paesaggi dei Nebrodi. Guida storica e naturalistica* Ermes dei Parchi, 2000
- Joppolo B. *La doppia storia*, Mondadori, 1968
- La Spina L. *Funghi di Sicilia. Atlante illustrato*. Nuova ediz. La Rocca Ed., 2017
- Lentini F. e Raimondo F. M. *Indagini etnobotaniche in Sicilia. IV. L'uso tradizionale delle piante nel territorio di Mistretta (Messina)* in Quad. Bot. Amb. Appl. I: 103-117, 1990
- Lentini F. e Venza F. *Wild food plants of popular use* in Sicily Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, 3, 15, 2007
- Lentini F., Amenta R. e Saletta G. *Etnobotanica in Sicilia: piante medicinali e veterinarie del versante orientale (Messina) del Parco dei Nebrodi* in Erboristeria Domani, p. 31, 2004
- Lentini F., Venturella G. e Raimondo F. M. *Sintesi delle indagini etnobotaniche condotte in Sicilia* Giornale Botanico Italiano 122(I): 221, 1988
- Lévi-Strauss C. *Il crudo e il cotto* (trad. di Andrea Bonomi) Il saggiatore, 2008
- Licandro G., Marino P. E Raimondo F.M. *Flora e vegetazione della Riserva Naturale Orientata "Laghetti di Marinello" (Sicilia nord-orientale)* in Informatore Botanico Italiano, 43 (2) 333-351, 2011
- Marrone G. *Semiotica del gusto* Mimesis, Milano-Udine 2016
- Mazzola P. et al. *Contributo alla conoscenza delle piante alimurgiche del Parco dei Nebrodi: le specie utilizzate nella tradizione popolare di Caronia (Messina)* in Quad. Bot. Amb. Appl., 26 (2015): 3-10. 2015
- Montanari M. *Il cibo come cultura* Laterza, 2004
- Montanari M. *L'identità italiana in cucina* Laterza, 2010
- Massimo Montanari *Amaro. Un gusto italiano* Laterza, 2023
- Monte M., Petrotta S. e Tabacchi G. *Il sole a tavola. Il patrimonio agroalimentare in Sicilia* Edizioni d'arte Kalós, 2014

- Musarra Sebastiano *L'oro dei Nebrodi. Viaggio nel meraviglioso mondo del nocciolo e del suo territorio..* La Vela, 2020
- Napoli M. *The plants, rituals and spells that 'cured' helminthiasis in Sicily* in Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, 4, 21, 2008
- Napoli M. *Considerazioni sui valori simbolici dell'elemento vegetale nelle festività pasquali in Sicilia* in Etna Uomo Ambiente 8 (3): 25-28, 1999
- Napoli M. *La "Festa dell'Alloro" ("A ddaurata") di Troina (Enna)* in Etna Uomo Ambiente IV(9): 27-30, 2000
- Napoli M. *Indagine su usi particolari ed insoliti dei vegetali in Sicilia: le piante, i fiori, i frutti e i semi utilizzati per gioco* in Bollettino del Centro di Studi Filologici e Linguistici Siciliani (BCSFLS) 19: 265-291, 2001
- Napoli M. *Indagine etnobotanica su alcune piante utilizzate, in Sicilia, nella medicina popolare, per curare le convulsioni, lo "spavento" e l'elmintiasi. Le "erbe dello scongiuro"* in Formazione psichiatrica Anno XXI(3-4): 67-80, 2000
- Nicotra L. *Introduzione alla Flora Medica di Messina* Tip. D'Amico, Messina 1881
- Padovani C. e Padovani G. *Enciclopedia della Nocciola* Mondadori, Milano 2019
- Pensavecchio F. *Sicilia continente gastronomico* Giunti, Firenze 2017
- Pignatti S. *La vegetazione delle spiagge della costa settentrionale siciliana* in Nuovo Giorn. Bot. Ital., 58(3): 581-583.
- Pitre G. *Biblioteca delle tradizioni popolari. Usi, costumi, credenze e pregiudizi*, Arnaldo Forni editore, 1871-1913
- Pitre G. *Medicina Popolare Siciliana* Clio Edizioni 1993
- Pomar Anna *Antichi sapori di Sicilia* Napoli, 1978
- Pomar Anna *L'isola dei sapori* Good Edizioni, Palermo 1992
- Raimondo F. M. *Le piante della flora locale nella tradizione popolare delle Madonie* Giornale Botanico Italiano 114: 142, 1980
- Romano D. *Specie spontanee della flora siciliana di interesse ornamentale* in Floritecnica 3: 89-94 2000
- Salomone Marino S., *Costumi e usanze dei contadini di Sicilia* Ando, Palermo 1968
- Tripoli Rosetta *A Nnucilla. San Piero Patti: dialetto e cultura popolare. Gli umili raccontano* Edizione a cura dell'autore, 2017
- Trovato S. e C. Lanaia A. *Vocabolario-atlante della cultura alimentare della «Sicilia lombarda»* gennaio in Centro di Studi Filologici e Linguistici Siciliani - Collana Materiali e Ricerche 27, Palermo 2011
- Tumino G. *Le piante medicinali della provincia di Messina nella tradizione popolare e nella terapia attuale* in Lavori dell'Istituto di Farmacognosia dell'Università di Messina 12: 1-33, 1978
- Varvaro A. *Vocabolario etimologico siciliano* Centro studi Filosofici e Linguistici Siciliani, 1986
- Tumeo Franco *Ficarra a tavola. Sapori, tradizioni e memoria* Print Colors, 2016

PUBBLICAZIONI DELL'AUTORE

1. Pietro Ficarra *Meda nella memoria*, 1993
2. Pietro Ficarra e Stefania Scaccabarozi *Dalla natura alla tavola. Buoni da mangiare: erbe e frutti selvatici della Brianza e del Triangolo Lariano*, 2018
3. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Guida alla cucina selvatica quotidiana per tutti. Erbe e frutti spontanei: raccolta, utilizzi e gastronomia*, 2019
4. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Dalla natura alla tavola. Buoni da mangiare: erbe e frutti selvatici delle vallate dei Nebrodi*, 2019
5. P. Ficarra *Contributi alla storia della pubblica lettura nella Brianza milanese: la Biblioteca e il Sistema Bibliotecario di Seregno 1957-1991*, 2019
6. P. Ficarra *La cucina e la gastronomia dei Nebrodi. Tradizione e innovazione*, 2020
7. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Il selvatico in cucina: frutti, semi e fiori. Piante, consigli e gastronomia*, 2020
8. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Il selvatico in cucina: le piante più buone e versatili. Piante, consigli e gastronomia*, 2020
9. Pietro Ficarra e S. Scaccabarozi *Il selvatico in cucina: erbe amare e altre erbacce spontanee. Piante, consigli e gastronomia*, 2020
10. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Il selvatico in cucina: bulbi, spine e germogli. Piante, consigli e gastronomia*, 2020
11. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Il selvatico in cucina: le aromatiche spontanee. Piante, consigli e gastronomia*, 2020
12. P. Ficarra *Meda. Piccola guida alla città per visitatori interessati*, 2021
13. P. Ficarra *La Piccola Torino*, 2021
14. P. Ficarra *Il selvatico in cucina: dalla povertà alla gastrolatria quotidiana. Questioni di etnobotanica e di nicchia, ma con un certo fascino e molte connessioni*, 2022
15. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Dalla natura alla tavola: erbe e frutti spontanei di Lombardia. Consigli, cucina e ricette*, 2022
16. P. Ficarra *Medamuseo ... un'idea sempre nel cassetto*, 2022
17. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Cucina selvatica per tutti: piante, ricette e consigli per le quattro stagioni*, 2022
18. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Il selvatico in cucina: piante spontanee buone per liquori fatti in casa, vini e aceti aromatici, bevande e sciroppi*, 2022
19. P. Ficarra *Cucina e gastronomia in Brianza fra tradizione e innovazione*, 2023
20. P. Ficarra *San Piero Patti. Piccola guida per visitatori interessati*, 2024
21. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Viaggio in Italia tra i prodotti e le preparazioni culinarie che impiegano le piante spontanee alimentari*, 2024
22. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Il tarassaco in cucina. Consigli, gastronomia, 90+ ricette*, 2025
23. P. Ficarra *Via Garibaldi*, 2025
24. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Il finocchio selvatico in cucina. Consigli, gastronomia, 90+ricette*, 2025
25. P. Ficarra e S. Scaccabarozi *Gli agli selvatici in cucina. Consigli, gastronomia, 100+ricette*, 2026

INDICE

introduzione

La valle del Timeto - La memoria e il racconto - Ieri e oggi - L'utilità come trama e l'ordinamento per temi - La "campagna", e qualche altra utile precisazione

1 Noccioli e nocciole

2 Il rapporto pratico

Gli impieghi artigianali e domestici. La canna - La ferula - Ceste e panieri - Il legno, il fuoco e altri impieghi artigianali - Altri impieghi agricoli e domestici - U juncu - Il sommacco - U maccarrunazzu - Piante utili come medicine

3 I rapporti immateriali

La Domenica delle Palme - I "Sepolcri" - Il Corpus Domini - Il Presepe - La notte dell'Epifania - Il rapporto ludico - Non solo fischiotti - Il rapporto estetico: la campagna e il paesaggio - Il rapporto estetico urbano e domestico - Le relazioni perdute e quelle mancate

4 La cucina selvatica

Erbe spontanee, amare soprattutto - Il finocchio selvatico - I cavolicelli - Erbe in padella - Altri sapori e aromi spontanei - I funghi

5 Dalla coltivazione della terra alla tavola

Nell'orto, prima della bella stagione - Le patate - Nell'orto d'estate: le melanzane - Zucchine, zucche e cetrioli - Pomodori - Peperoni e peperoncini - Profumi dell'orto - I legumi - Frutta per tutte le stagioni e frutti da rubare - Al Paradiso della frutta - Fico e fichi - Agrumi - Fichidindia - Frutti minori - La frutta secca - il rapporto esotico e remoto

6 La triade

Grano e altri cereali - Uva e vino - Olio e olive