

## Silene alba

**Silene alba** ( *Silene alba* Miler ). Famiglia: *Caryophyllaceae*.

Sinonimi dialettali. *Orecchielle*, *Boccon di pecora*, *Licinide bianca*, *Bubbolini*, *Strigoli*, *Silene rigonfia*, *Erba del cucco*, *Carletti*.

**Descrizione:** Pianta spontanea erbacea perenne alta fino a 70 cm diffusa in Italia con 60 delle sue 300 specie esistenti al mondo. Il nome le deriva dalla forma a palloncino del fiore e dalla mitologia, secondo la quale, si narra che il dio Bacco evasse un compagno di nome Sileno con una pancia rotonda, appunto simile al fiore di questa pianta. Ma è più verosimile che il nome le sia derivato dal greco *sialon* che significa *saliva*, riferita alla sostanza bianca, attaccaticcia, secreta dal fusto di molte specie del genere: l'appellativo *alba* che significa *bianco*, le deriva dal colore del fiore.

La forma è emicriptofita scaposa; la radice fittonata; il fusto è ascendente, ramificato, viscoso e molto villosa. Le foglie sono lanceolate, opposte, sessili, molto villose; a volte, nello stesso nodo fogliare ascellare è presente un fascettino di foglie più piccole.

L'infiorescenza è bipara, con fiori solitari alla fine del peduncolo, lungo circa 3 cm.

I fiori sono pentamer, dioici, quelli femminili si distinguono perché hanno i pistilli sporgenti; il calice è rigonfio; la corolla formata da cinque petali liberi, con unghia e di colore bianco; L'androceo è formato da dieci stami, il gineceo da cinque stili.

Fiorisce da maggio a giugno. I frutti sono capsule ovali con dieci denti, deiscenti con molti semi.

**Usi: in cucina.** Si usano le foglie fresche cotte in minestre o saltate in padella con uova, in insalata con altre verdure, in risotti, nei ripieni per preparare ravioli; nel Chianti si prepara uno speciale strudel che si consuma il giorno dell'Ascensione.. Inoltre è una delle 27 erbe che entrano nella povera *Minestrella*, zuppa di verdure, pasto giornaliero dei poveri, in cui attingevano la *'mpaniccia*, pizza di grano turco, cotta sotto la coppa.

Ricette moderne utilizzano questa pianta per preparare vere leccornie, tra cui il *Risotto con patate*: Occorrente per 4 persone: 4 bicchieri di riso per risotti, 150 grammi di silene ( cimette fresche ), 2 patate medie, 1 litro di brodo ( con dado da brodo), 2 noci di burro, 50 gr di parmigiano reggiano, sale e pepe q.b.

Preparazione: Preparare il brodo vegetale con dado; lavare per bene le cime di silene. Mettere in casseruola 2 bicchieri di brodo e farvi scottare le cime di silene, con le patate spezzettate a cubetti per una decina di minuti; aggiungere ancora due bicchieri di brodo, versare il riso e cuocere a fuoco medio, avendo cura di mestare e di aggiungere ancora brodo all'occorrenza. A fine cottura, aggiungere le noci di burro ed amalgamare, pepare e salare a piacimento. Aggiungere il formaggio parmigiano ed amalgamare bene. Quindi servire caldo.

*Tagliatelle della Madonna* (ricetta emiliana): Ingredienti per 4 persone: ( pasta ) 350 gr di farina tipo 0, 4 uova; (sugo) 250 gr di Silene alba (chiamati Strigoli o Bubbolini), 1 cipollina o una mezza cipolla grande, 1 carota, 1 costa di sedano, 2 pomodori maturi, 20 pomodorini pachino, mezzo bicchiere d'olio extravergine d'oliva, 30 gr di parmigiano reggiano, 1 noce diburro, sale e pepe q.b.

Preparazione: **Pasta:** Su un talliere porre la farina a cumulo e quindi fare il buco in mezzo come per fare la fontanella; rompere le uova e con la forchetta amalgamare la farina finché non venga tutta impastata con le uova; poi continuare ad ammassare con le mani finché non si è ottenuto un impasto compatto e morbido come velluto; mettere a riposare per 10 minuti avvolto in un canovaccio e al fresco (taluni usano riporlo in frigo); quindi stendere la sfoglia, cospargervi un po' di farina a pioggia e ripiegarla su sé stessa come per fare uno strudel; quindi con un coltello fare tante fettucce di 5 o 6 mm; stenderli sul talliere avendo cura di allargare le tagliatelle spolverandovi altra farina per non farle attaccare tra loro.

**Sugo:** Lavare e tritare la verdura, la cipolla, la costa di sedano, la carota, i due pomodori maturi a cubetti, i pomodorini dividendoli in 4 parti.

In una teglia versare l'olio, il trito di erbe e fare ammorbidire per pochi minuti; aggiungere la verdura tagliuzzata e farla appassire; aggiungere i pomodori a cubetto e i pomodorini divisi in 4 e far cuocere a fuoco lento per 30 minuti. Salare a piacere.

In un tegame capiente far bollire l'acqua salata, versare le tagliatelle, avendo cura di liberarle della farina spolverata, far cuocere al dente; scolare la pasta, avendo cura di mettere da parte 1 bicchiere d'acqua di cottura.

Versare la pasta nel sugo tenuto caldo, aggiungere la noce di burro, pepare e spolverare il parmigiano e mescolare finché il tutto non sia ben amalgamato ( se troppo asciutta la pasta, aggiungere il bicchiere di acqua di cottura).

**ATTENZIONE!!!** Gli usi e le applicazioni sono indicati solo a mero scopo informativo, per cui si declinano tutte le responsabilità sul loro utilizzo a scopo curativo, estetico, alimentare, per i cui usi bisogna sempre richiedere il consiglio del medico farmacologo.

