

**Papavero selvatico o Rosolaccio** ( *Papaver Rhoeas L.* ) Famiglia: Papaveraceae.  
Nome comune Papavero dei campi, Rosolaccio. Dialettale Molise: *Papagnë*.



**1** Papavero: rosetta



**2** Papavero



**3** Pianta fiorita

**Descrizione:** Pianta erbacea annuale con radice bianca a fittone e sovrastante rosetta basale di foglie da cui partono i fusti eretti, ramificati e setolosi, alti fino a 70 o 80 cm e ricoperti di peli.

Sia il fusto che la pianta, tagliati, emettono un tipico lattice bianco di odore sgradevole.

**Le foglie** sono dotate di peli setosi morbidi al tatto, quelle basali disposte a rosetta, lanceolate e lungamente picciolate, con margine dentato e con apice acuto; le foglie cauline sono semplici e sessili.

**Fiori:** all'apice di lunghi peduncoli si sviluppano alla sommità del fusto i boccioli penduli, prima della fioritura, formati da due sepali che cadono alla fioritura. I fiori sono formati da quattro petali di colore rosso vivo e macchiate (solitamente) di nero alla base.

**I frutti:** sono delle capsule che contengono i semi.

**Contiene:** Alcaloidi (reandina, reagiina, rearubina), tannini, Mecocianina, mucillagini, coloranti, antociani.

**Proprietà:** antispasmodico, ipnotico, sedativo, sudorifero, antidolorifico, emolliente. Indicato per: Insonnie, tossi spasmodiche, bronchiti, polmoniti, pleuriti, febbri eruttive.

**Parti usate:** tutta la pianta, mentre per gli usi strettamente curativi si usano i petali del fiore e i frutti. La pianta raccolta prima della fioritura; i petali raccolti tra maggio e giugno, posti ad asciugare in ambiente asciutto, ventilato e al riparo del sole e conservati in boccetta di vetro scuro, sterilizzato.

**Infuso 1:** gr. 1 di petali secchi in 100 gr di acqua bollente immerse per 10 minuti, filtrare e berne un paio di tazzine al giorno prima di coricarsi.

**Infuso 2:** Calmante per tosse bronchiale- gr 2 di petali secchi in 200 gr di acqua bollente per 10 minuti, scolare, dolcificare con 1 cucchiaino di miele e berne in tazzine durante il giorno.

**Infuso 3:** gr 10 di foglie secche in 1 litro d'acqua bollente, filtrare e prendere in tazzine in numero di due o tre al giorno, dolcificate con miele.

**Elisir di papavero:** 15 gr di petali, 5 gr di cannella lasciati insieme a macerare per 15 giorni in 200 gr di alcool purissimo a 90°; al termine della macerazione scolare, avendo cura di spremere il residuo solido; preparare uno sciroppo di 200 gr di zucchero disciolto in 250 gr di acqua e, a freddo, unire alla parte alcolica. Riporre in bottiglietta scura e lasciare riposare per 90 giorni. Al termine assumere in bicchierini all'occorrenza.

**In erboristeria e in farmacia** si possono acquistare un estratto molle in pillole e delle supposte calmanti. Anche pomate ed unguenti.

Il papavero è uno dei componenti dei cosiddetti “ quattro fiori” sinergici del **Tasso barbasso**.

**Curiosità:** Sia Dioscoride che Galeno prescrivevano il decotto di cinque o sei (capsule) per favorire il sonno e per rinfrescare. Inoltre dice Dioscoride che: i capi triti con polenta e impiestrati giovano al fuoco sacro; parimenti alle infiammazioni. Inoltre fattone unzione con olio e miele rosato giova ai dolori di capo.

Per uso esterno: l'infuso di petali può essere utile al male degli occhi e agli ascessi dentali; mentre con i petali si possono fare dei cataplasmi applicati sulle palpebre, come antinfiammatorio, mentre applicato alle rughe hanno una funzione tonica.

**In cucina:** le rosette delle foglie basali crude sono ottime nelle insalate miste (pomodori, cipolle, crespigni, cicorie, rucola, borragine (foglie più tenere) ecc), senza esagerare nel quantitativo poiché potrebbero far male; cotte sono ottime nelle minestre miste ad altre erbe, condite con olio crudo e limone, oppure fritte in padella . Le foglie di papavero sono utilizzate, insieme alla bietola, nel ripieno dei **cascioni romagnoli**, dei tipici piatti liguri **gattafin** e **preboggian**, e del tipico piatto friulano **pestic**, le cui ricette possono essere copiate dal web.

**Pizza e fojje:** Nei paesi del Basso Molise questo alimento si realizzava imbottendo un bel pezzo di pizza detta *schacciata* (in dialetto anche *šchianata* ) con le cime di rape o spigatelli cotti stufati e costituiva uno dei piatti poveri. Poiché, una volta, almeno, le cime di rapa e gli spigatelli o le cime di catalogna non erano disponibili in tutte le stagioni, allora mia madre sostituiva queste verdure con verdure miste selvatiche: bietoline, papaveri (rosette), crespigni, senapi selvatiche, tarassaco), facendole prima sbollentare e poi soffriggere in aglio e olio e un po' di peperoncino.

Questo piatto è molto simile al **cascione romagnolo**, di cui scrivo la ricetta.

**Cascione romagnolo:** ricetta per 4 persone: Ingredienti per preparare le piadine:  
(pasta)- farina 360 gr; acqua q.b.; 60 gr di sugna (oppure metà sugna e metà olio di oliva); un cucchiaino scarso di sale; 1 cucchiaino da caffè di miele ( facoltativo, poiché serve a dare più morbidezza alla piadina.

(ripieno)- 600 gr di verdura mista: bietoline, papaveri, piantaggini, crespigni (*cascigni*) , coste d'asino ecc; 1 spicchio d'aglio, un pizzico di sale a piacere.

PREPARAZIONE: (pasta)- Scaldare una tazza d'acqua a 70 o 80 gradi. Disporre la farina sulla spianatoia versandola a fontana ed aggiungere lo strutto, il sale, il miele e l'acqua molto calda. Impastare con una forchetta e lavorare l'impasto per bene.

Dividerlo in 4 porzioni e metterlo a riposare al caldo per 20 minuti.

(ripieno): Sbollentare le verdure e scolarle per bene. Metterle in una padella con un po' di olio, aglio e sale e farle soffriggere; quindi far freddare.

Stendere la porzione di pasta per fare la piadina e versare la verdura ( **un quarto del totale per ogni piadina**) lasciando libera la metà della piadina per poterla rovesciare sul ripieno, chiudere per bene i bordi. Cuocere le piadine su una piastra di ghisa o in padella antiaderente molto calda, facendo attenzione a far cuocere bene i bordi della piegatura.

**Calzone:** in Molise con un procedimento simile a quello del *cascione* si prepara un ottimo calzone, il quale viene infornato.

**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.