

Lampascione o lambacione (*Muscari comosum*). Famiglia: *Gigliacee*.
Comunemente detto **Cipollaccio col fiocco**, oppure **Giacinto con pennacchio**,
Cipolla canina, **Cipolla di serpe**, **Porrettaccio**, **Zazzerulo**.



bulbi



fiore

Curiosità: Termine italiano: Muscari, termine importato nel 1600 da Costantinopoli. Genere di pianta delle Gigliacee con 50 varietà di cui sette in Italia. Conosciuto dai greci e ribattezzato nel latino *Leopoldia comosa* in onore del Granduca Leopoldo di Toscana; è coltivato anche nei giardini in cinque delle sue varietà (fonte: **Enciclopedia Treccani**). L'etimo è tradotto dal greco in latino di cui troviamo traccia nel trattato (Prontuario (Pergamo, 325- Bisanzio 403) che esercitò la medicina in Atene , leggiamo testualmente “..lampiodones nutriveles sunt... bulbus lampagiones...” .

Descrizione: Se ne trova in natura in tutta l'Italia centro-meridionale, dalla Sicilia alla Toscana ed Emilia Romagna. Le foglie sono basali erette che tendono ad afflosciarsi verso il basso; i fiori sono a grappolo di colore violaceo. Della pianta si raccolgono i bulbi, a febbraio – marzo, prima della fioritura.

In cucina: come contorni si usano i bulbi cotti alla brace o sotto la cenere e poi conditi con olio, prezzemolo e peperoncino; oppure lessi e conditi con olio, aceto, prezzemolo e peperoncino.

Ottime sono le frittate. Speciali cotti con le patate al forno. Una leccornia è l'agnello al forno con i lampascioni.

Si possono conservare sott'olio, conditi con origano , prezzemolo, aglio e peperoncino, cuocendoli preventivamente in aceto bianco di vino.

Agnello con lampascioni: ingredienti per 4 persone: Kg 1,300 di agnello, gr 300 di lampascioni, mezzo bicchiere di olio d'oliva extravergine, un mazzetto di odori(rosmarino, timo, prezzemolo), 1 bicchiere di vino bianco, 1 spicchio d'aglio. Pulire e liberare i lampascioni delle foglie esterne secche, lavarli e lasciarli asciugare. Tagliare la carne d'agnello in porzioni non molto grandi e lasciarla macerare in vino con rosmarino e timo per qualche ora.

In una teglia versare l'olio, l'aglio e far rosolare l'agnello; quando l'aglio è imbiandito toglierlo e versarvi il vino, coprire e far evaporare; aggiungervi i

lampascioni avendo cura di inciderli in sommità in quattro parti; aggiungere un po' d'acqua e far cuocere al forno a 180° per circa 40 minuti.

Salute: Il bulbo fresco è un ottimo emolliente per i brufoli; ha funzioni diuretiche, regola la pressione arteriosa, abbassa la glicemia, è leggermente lassativo.

Anticamente veniva usato come stimolante dell'attività sessuale.

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.