

## Centonchio

Centonchio (*Centunculus*, diminutivo di cento- onis), n. scient. (*Stellaria media*). Famiglia Cariofillacee. Altrimenti detta in vari luoghi: Centocchio, centone, centonghio, mardigallina, gallinella, erba gallina, paperina.

**Descrizione:** Pianta infestante dei campi e degli orti, ha fusto sdraiato, formando vasti tappeti di foglioline a rosetta, tenere e ovate, ha piccoli fiori pentameri bianchi, azzurri e rossi ( a seconda della varietà). Il frutto è una piccola capsula con numerosi semi, molto appetiti da uccelli e galline.

**Contiene:** saponine, Sali minerali, tannino, vitamine del gruppo B e C.

**Proprietà:** diaforetiche, galattofughe, diuretiche, espettoranti.

**In cucina** è usata lessa, o in minestra associata con altre selvatiche, soprattutto ortica; in insalata con altre verdure, con ravanelli e condita con olio, sale, peperoncino e senape.

**Gnocchi di centonchio:** ingredienti per 4 persone: 350 gr di centonchio, 1 patata lessa, 250 gr di pangrattato. 150 gr di farina 00, 2 uova, una grattatina di noce moscata, una noce di burro, 50 gr di parmigiano, 4 foglie di basilico. Scottale brevemente il centonchio a vapore, asciugarlo bene e tritarlo, unirlo alla patata lessa schiacciata, salare; incorporare il pangrattato, le uova, la farina e formare l'impasto nella giusta consistenza. Formare gli gnocch, profumarli con una grattata di noce moscata, lessarli in acqua bollente salata, quando vengono a galla scolarli. Versarli nei piatti e condirli con burro fuso e formaggio parmigiano a volontà e guarnire con foglie di basilico o, se si preferisce, salvia.

**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.

