

Scheda Botanica *Hyoseris radiata* L.

di Annalisa Patania e Francesca Bertani

Sinonimi

Thlipsocarpus boeticus Kunze

Nomi comuni

Questa pianta è comunemente conosciuta in italiano come Radicchiella comune, Radicchio selvatico o Lucertolina. Analogamente a quasi la totalità delle specie da noi precedentemente trattate, anch'essa possiede molti nomi dialettali, ed in particolare in Sicilia viene chiamata *Erva ruci* o *Cicuriuni*.

Etimologia

La denominazione del genere *Hyoseris* viene dal greco antico ὤς, ὅς (= *hyós*), che significa "maiale" e da σέρης (= *séris*), ovvero "cicoria" o "indivia", il che si può riassumere in "cicoria da porci" per sottolineare il suo forte odore. Per quanto riguarda il nome della specie *radiata*, esso è molto utilizzato per diverse piante che sono caratterizzate dalla presenza di elementi disposti a raggiera (dal latino *rādīus*= raggio).

Tassonomia e presenza

Appartenente alla vasta famiglia delle Asteraceae, la Radicchiella comune è presente in tutte le regioni italiane ad esclusione di Valle d'Aosta, Lombardia, Friuli Venezia Giulia ed Emilia Romagna. Viene spesso confusa con il più celebre "cugino" tarassaco (*Taraxacum officinalis*), appartenente alla stessa famiglia, in quanto possiede un simile capolino di fiori ligulati gialli, ma si distingue da quest'ultima per alcuni dettagli (vedi descrizione a seguito).

Durante le nostre passeggiate in giro per l'isola, ne abbiamo trovata in abbondanza in quasi tutte le zone: negli incolti e sul ciglio della strada dalle parti di Contrada Tramontana, così come nelle contrade San Paolo e Oliastrello.

La Radicchiella comune è elencata nell'antico testo di Ustica del Calcara (Calcara P., 1842), il quale scrive che questa specie «vegeta per ordinario nei siti piani o poco elevati», mentre nella lista delle specie botaniche presenti a Ustica, redatta dall'Arciduca D'Asburgo (D'Asburgo L.S., 1898), vengono elencate le specie *Hyoseris radiata*, *Hyoseris lucida* e *Hyoseris scabra*. Nel più recente testo scientifico di Ronsisvalle (Ronsisvalle G.A., 1973) viene descritta sia la *Hyoseris radiata* var. *typica* in «radure erbose e rupi, a Capo Falconiera e Faraglioni», sia la *Hyoseris radiata* var. *setulosa*, anch'essa nelle radure erbose e «frequente pure a Monte Guardia dei Turchi e allo Spalmatore». Analogamente al testo dell'Arciduca, anche negli scritti di Ronsisvalle è riportata anche la presenza delle specie *H. lucida* e *H. scabra*.

Nonostante i testi sopracitati siano delle fonti



Fig. 1 Radicchiella comune.

autorevoli e accurate, riteniamo opportuno evidenziare che nel più affidabile e recente piano di gestione del Sito di Interesse Comunitario dell'Isola di Ustica (2009), nella lista botanica viene annoverata solo la specie *H. radiata*, pertanto abbiamo motivo di ipotizzare che le altre due specie non siano presenti, ma annoverate nei vecchi testi per errore.

Habitat

La Radicchiella comune cresce dal livello del mare fino ai 1000 m di altitudine. Nativa delle regioni mediterranee, la si ritrova in un'areale limitato alle zone costiere non soltanto europee, come in Italia, Malta,

Spagna e Francia, ma anche in nord Africa, come in Algeria, Tunisia e Marocco e nel versante asiatico, come in Turchia. Come affermato in precedenza, la Radicchiella comune si ritrova principalmente nei pascoli, nei campi incolti, ai bordi delle strade e tra le pietre dei muri a secco.

Ecologia e descrizione

Si tratta di una pianta perenne, glabra, che può arrivare a 30 cm di altezza, caratterizzata da una radice robusta e da foglie basali **pennatosette**, aventi segmenti triangolari e dentellati al margine (Figura 1). La rosetta basale ha foglie molto fitte, disposte a raggiera proprio come suggerisce il nome della specie.

Le foglie hanno un picciolo breve, dal colore verde brillante, e si presentano frastagliate, con lobi profondi e arcuati che si spingono quasi fino alla nervatura centrale e la cui grandezza diminuisce dall'apice verso la base. Le foglie di questo tipo sono dette *roncinate*, ed è proprio questa caratteristica che differenzia la Radicchiella comune dal Tarassaco, le cui foglie invece presentano 7-8 segmenti per lato, che tendono a sovrapporsi l'un l'altro.

La Radicchiella comune fiorisce da gennaio a ottobre; i suoi scapi sono eretti, privi di foglie e portano ognuno un capolino con numerosi fiori tutti **ligulati** di colore giallo, la cui parte esterna tende al verde o al rosso (Figura 2), e un colore screziato tendente al rosato sul lato posteriore del fiore, altra differenza con i fiori del più conosciuto tarassaco.

I frutti sono cipsele di colore marrone di 8-11 mm, compresse e tetragone; quelle al centro del capolino appaiono cigliate sul bordo, con setole lineari che sorpassano lungamente l'involucro del capolino, mentre quelle esterne sono più corte. Il pappo florale (il cosiddetto soffione) della *Hyoseris radiata* è rigido e tendente al marroncino, altra differenza con il tarassaco, che ha il tipico soffione morbido, soffice e bianco, tipicamente raccolto dai bambini per gioco per soffiare i semi (gli acheni).

La dispersione dei semi avviene grazie all'azione del vento, e viene detta in termini botanici disseminazione anemocora.

Curiosità

Raccolta allo stato selvatico, la Radicchiella comune è largamente utilizzata in Italia per scopi culinari e nella medicina popolare. L'uso tradizionale di questa pianta è abbastanza noto in Italia, in particolare nelle aree centro-meridionali (Biscotti et al., 2018, Ranfa et al. 2014, Baldi et al., 2022) e in Sicilia (Geraci et al., 2018, Pasta et al., 2020); nell'Italia settentrionale il suo utilizzo è limitato ad alcune regioni del nord-ovest, come a esempio la Liguria (Cornara et al., 2009).

Si tratta di una pianta gustosa e dolce, che viene frequentemente consumata cruda in mistanze e insalate nella zona del Gargano, in Puglia; le infiorescenze vengono utilizzate crude come spuntino, con il pane o in insalata (Biscotti & Pieroni, 2015). La Radicchiella comune viene anche consumata cotta, da sola o insieme ad altre erbe selvatiche, con

aggiunta di un buon olio d'oliva, limone o aceto, ma anche rosolata o stufata (Lattanzi, 2011). Le tenere foglie delle rosette basali vengono utilizzate anche per preparare frittate, torte salate di verdure e altri piatti tradizionali, come i *Gattafin di Levanto* in Liguria, una pasta frita contenente un misto di erbe di campo spontanee (Cornara et al., 2009), o ancora la *Zuppa delle 18 erbe*, una zuppa realizzata con erbe spontanee, che si usa cucinare in primavera, tipica di alcune zone della Barbagia in Sardegna.

Oltre ad essere l'ingrediente principale di molte prelibatezze gastronomiche, la Radicchiella comune è conosciuta anche per i suoi utilizzi in ambito officinale. Essa possiede proprietà antinfiammatorie, diuretiche, depurative della mucosa gastrica e aiuta l'eliminazione di renella e di calcoli renali (Geraci et al., 2018). In medicina popolare si consiglia di bere un infuso fatto con le sue foglie a scopo diuretico e coadiuvante funzionale del fegato (Licata et al., 2016). Un altro utilizzo tradizionale consiste nel bollire le foglie di Radicchiella comune e bere il decotto così ottenuto come depurativo intestinale, anche in caso di stitichezza. Uno studio riportato nella rivista scientifica «Food», riporta tuttavia che le foglie fresche di *Hyoseris radiata* presentano un contenuto di polifenoli e altri composti fitochimici maggiore rispetto alle stesse foglie bollite. D'altro canto, tali molecole risulterebbero passare in forma attiva, e in elevata quantità, nell'acqua di bollitura, pertanto consumare l'acqua di cottura per altre preparazioni alimentari ne aumenterebbe l'introito e di conseguenza gli effetti benefici sul nostro organismo (Sicari et al., 2020).

Nonostante il suo largo impiego nella medicina popolare e nella cucina tradizionale, per quanto riguarda invece gli utilizzi in campo farmaceutico o biotecnologico vi sono ad oggi pochi dati sulla *Hyoseris radiata*. L'unico articolo da noi trovato riguarda alcune analisi effettuate sugli estratti idroalcolici della pianta, che evidenziano la presenza di 48 composti, tutti identificati, tra cui acidi idrossicinnamici, flavonoidi, cumarine e lignani, insieme a diversi acidi grassi insaturi come acido cicorico e clorogenico (Vitiello et al., 2024). Pertanto, possiamo ritenere che la pianta possieda buone potenzialità come antiossidante.

Bibliografia

Actaplanctarum

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=506167 consultato il 6.03.2025.

CALCARA P., 1842. *Descrizione dell'isola di Ustica*. Palermo, estratto dal «Giornale letterario» n. 229.

D'ASBURGO L. S., 1898, *Ustica*, Praga, Tradotto dal tedesco da Padre Francesco Rosario, ed. Giada, Palermo, 1989.

RONDISVALLE G. A., 1973, *Flora e vegetazione dell'Isola d'Ustica* in «Biogeographia-The Journal of Integrative Biogeography» n. 3.1.

PROVINCIA REGIONALE DI PALERMO, DIREZIONE VALORIZZAZIONE DELLE RISORSE AMBIENTALI E AREE PROTETTE, 2009. *Piano di Gestione del sito Natura 2000*

“Isola di Ustica” – SIC/ZPS Cod. ITA 020010

- BISCOTTI N., BONSANTO D., DEL VISCIO G. 2018, *The traditional food use of wild vegetables in Apulia (Italy) in the light of Italian ethnobotanical literature*. «Ital. Bot.», 5, 1–24.
- BISCOTTI N., PIRONI A., 2015, *The hidden Mediterranean diet: Wild vegetables traditionally gathered and consumed in the Gargano area, Apulia, SE Italy*. «Acta Soc. Bot. Pol.», 84, 327–338.
- RANFA A., MAURIZI A., ROMANO B., BODESMO M., 2014, *The importance of traditional uses and nutraceutical aspects of some edible wild plants in human nutrition: The case of Umbria (central Italy)*. «Plant Biosyst.», 148, 297–306.
- BALDI A., BRUSCHI P., CAMPEGGI S., EGEAT T., RIVERA D., OBON C., & LENZI A. 2022, *The renaissance of wild food plants: Insights from Tuscany (Italy)*. «Foods», 11(3), 300.
- GERACI A., AMATO F., DI NOTO G., BAZAN G., SCHICCHI R., 2018, *The wild taxa utilized as vegetables in Sicily (Italy): A traditional component of the Mediterranean diet*. «J. Ethnobiol. Ethnomed.», 14, 14.
- PASTA S., LA ROSA A., GARF G., MARCEN C., SILVESTRE GRISTINA A., CARIMI F., GUARINO R., 2020, *An updated checklist of the Sicilian native edible plants: Preserving the traditional ecological knowledge of century-old agropastoral landscapes*. *Front. «Plant Sci.»*, 11, 388.
- CORNARA L., LA ROCCA A., MARSILI S., MARIOTTI M.G., 2009, *Traditional uses of the plants in the Eastern Riviera (Liguria, Italy)*. «J. Ethnopharmacol.», 125, 16–30.
- LATTANZI E., 2011 *Sapori di Flora*, Ministero dell’Ambiente, «Società Botanica Italiana»
- LICATA M.; TUTTOLOMONDO T., LETO C., VIRGA G., BONSANGUE G., CAMMALERI I., GENNARO M.C., LA BELLA S., 2016, *A survey of wild plant species for food use in Sicily (Italy) – Results of a 3-year study in four Regional Parks*. «J. Ethnobiol. Ethnomed.», 12, 12.
- AGENZIA LAORE SARDEGNA – REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA. 2019. *Erbe e piante spontanee della Sardegna per uso gastronomico*.
- SICARI V., LOIZZO M. R., SANCHES SILVA A., ROMEO R., SPAMPINATO G., TUNDIS R., LEPORINI M., MUSARELLA C. M., 2020, *The Effect of Blanching on Phytochemical Content and Bioactivity of Hypochaeris and Hyoseris Species (Asteraceae), Vegetables Traditionally Used in Southern Italy*. «Food», 10, 32. <https://dx.doi.org/10.3390/foods10010032>.
- VITIELLO M., PECORARO M., DE LEO M., CAMANGI F., PARISI V., DONADIO G. & DE TOMMASI N., 2024, *Chemical Profiling, Antioxidant, and Anti-Inflammatory Activities of Hyoseris Radiata L., a Plant Used in the Phytoalimurgic Tradition*. «Antioxidants», 13(1), 111.



Figura 2. Dettaglio fiore.

Non tutti sanno che...

Glossario

Ligulato: fiore è caratterizzato da corolla aperta da un lato longitudinalmente fin quasi alla base e spianata, simile a una linguetta.

Pennatosette: Foglie divise sino al nervo mediano; ovvero foglie composte le cui foglioline sono disposte su due file.

Cipsele: frutto secco indeiscente, tipico della famiglia delle Asteraceae, formato da un achenio nella parte basale e da un pappo nella parte apicale.