

# Scheda Botanica

## *Crithmum maritimum*

di Annalisa Patania e Francesca Bertani

### Nomi Comuni

Il *Crithmum maritimum* in Italia è generalmente chiamato Finocchio marino, Critmo o Erba di San Pietro, anche se, in base alla Regione considerata, esso viene anche chiamato con altri nomi, fra cui: *Spaccasassi* o *Paccasassi* (Marche), *Fenugumaritimu*, *Fenugu de mari*, *Erba de Santu Perdu* (Sardegna), *Cretamo*, *Critamo*, *Bacicci* (Toscana), *Erba di lupitittu* o *Finocchiumarinu* (Sicilia).

### Etimologia

La parola “crithmum” viene dal greco *κρίθῆ* (=krithe) che significa orzo, in riferimento alla somiglianza del suo frutto a un chicco d’orzo. La denominazione specifica “maritimum”, invece, è legata alla presenza di questa specie in località marine.

### Tassonomia e presenza

Il genere “crithmum” appartiene alla famiglia Apiaceae, anche comunemente dette ombrellifere per via della caratteristica forma ad ombrello dei loro fiori.

In Italia il Finocchio marino ha un areale di distribuzione limitato alle coste mediterranee (Euri-Medit) con qualche eccezione. Infatti, sporadicamente, cresce anche nell’entroterra su vecchi muri, sui tetti, tra le ghiaie e i castelli, colonizzando spesso le opere costruite dall’uomo. In generale, comunque, lo si ritrova in tutte le regioni italiane ad eccezione di Abruzzo, Valle d’Aosta e Trentino. In Lombardia è stata dichiarata specie estinta nel 2018 (Bartolucci et al., 2018), mentre invece in Molise è considerata una specie protetta.

Nell’Isola di Ustica il Finocchio Marino è estremamente comune lungo tutte le coste dell’isola, nella zona tipica del piano adlitorale, e la sua presenza è riportata e confermata anche in letteratura. Il Tranchina nella sua rassegna botanica annovera alcune specie di finocchio presenti ad Ustica, specificando tra esse “il finocchio marino (erba di lupitittu) o Erba di S. Pietro che nasce presso il mare” (Tranchina, 1885). La presenza del Finocchio marino è segnalata anche negli scritti dell’arciduca d’Asburgo e del Calcara come ricordato nel testo di Ronsisvalle (1973).

### Habitat

In quanto specie **alofita**, il Critmo prospera nelle zone costiere, aree sottoposte a spruzzi di acqua marina e caratterizzate da terreni salini. Esso cresce in genere su terreni con substrati rocciosi e, raramente, sulle minuscole fenditure delle rocce che costituiscono i muretti.

### Ecologia e descrizione

Il Finocchio marino è una **camefita suffruticosa** che si presenta come una pianta di piccole dimensioni, con fusti molto robusti e ramificati, lignificati alla base, alti da 30 a 60 cm.

Le sue foglie (Fig.1), carnose, coriacee e coperte da un sottile velo, ricordano a primo impatto quelle delle



piante succulente; tale aspetto è proprio un adattamento del Finocchio Marino alle condizioni salmastre del suo habitat, in quanto, grazie a tale strategia evolutiva, esso riesce a conservare maggiormente l’acqua nei suoi tessuti, evitando che evapori.

La struttura florale del Finocchio Marino (Fig.2) è un grande ombrello formato da piccoli fiorellini di colore verde-giallastro con cinque petali, la cui fioritura avviene nei mesi estivi (tra giugno e agosto). Un aspetto interessante riguarda la capacità di diffusione dei semi: essi sono caratterizzati dalla presenza di una membrana dalla consistenza spugnosa che ne consente il galleggiamento, pertanto possono diffondersi sfruttando le correnti marine.

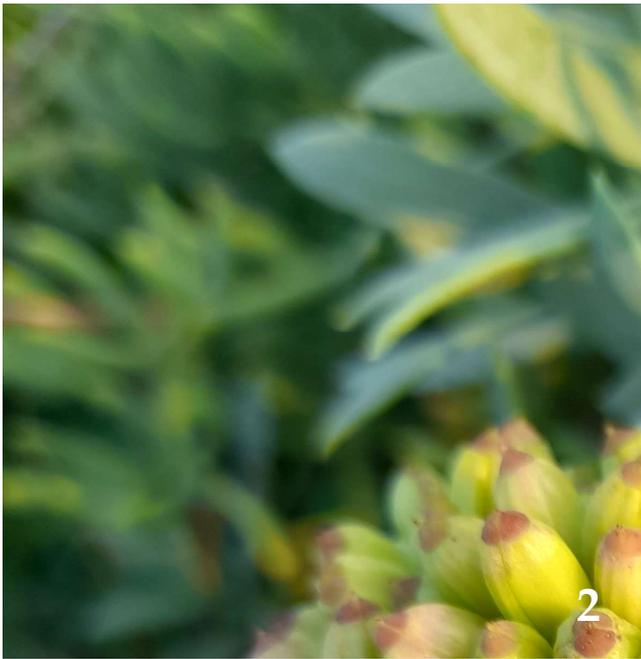
### Curiosità

Il Finocchio marino è apprezzato nella medicina popolare per le sue proprietà digestive. Le foglie, sia fresche che essiccate, e i germogli teneri vengono assunti per stimolare la secrezione gastrica e favorire i processi digestivi nonché per stimolare l’appetito. L’elevata presenza di vitamina C rende inoltre il Finocchio Marino un alimento efficace nel prevenire e trattare lo scorbuto, ma esso è noto anche per le sue proprietà diuretiche e per favorire l’eliminazione di vermi e parassiti intestinali.

Essendo una pianta ricca di olii essenziali, quindi molto aromatica, il Finocchio marino è anche molto apprezzato nella cucina di diverse regioni italiane; in particolare, le foglie sono commestibili e possono essere impiegate in salse, condimenti e minestre.

Il Lentini, in un suo articolo, fa riferimento all’utilizzo che si faceva del *Finucchieddumarinu* nelle vicine Isole Egadi, scrivendo che il suo utilizzo in cucina conferisce alle pietanze un caratteristico sapore aromatico e salmastro, fra il finocchio, l’aneto ed il sedano, con una nota finale leggermente piccante (Lentini et al., 1997).

Allontanandoci per un istante dalla zona siciliana, è interessante notare che nelle Marche, e più precisamente nel Parco del Conero (Ancona), il Finocchio marino è una specie protetta nonché molto apprezzata in cucina.



Secondo la tradizione gastronomica di questa zona, i pescatori usavano raccogliere le foglie di finocchio marino, lì chiamato *Paccasassi*, per cibarsene. Oltre al sapore delizioso, ciò contribuiva a prevenire lo scorbuto, essendo la pianta ricca di Vitamina C. Ancora oggi aziende locali preparano le conserve di *Paccasassi* sott'olio, seguendo l'antica tradizione (Fig.3). Tale conserva viene usata per condire insalate, per preparare pesti o come contorno per secondi a base di pesce. Il Finocchio marino è molto apprezzato anche nella cucina tradizionale pugliese, in cui viene utilizzato per preparare "critmi e menta". La ricetta prevede di lessare il finocchio marino in acqua e, dopo averlo scolato, di sistemarlo a strati in una pirofila, intercalandolo con una spruzzata di aceto, pangrattato, olio e menta.

È infine interessante notare come una piantina all'apparenza umile, tutt'al più presente nella cultura popolare regionale, abbia invece un importante potenziale nel campo delle biotecnologie. Diversi studi si sono infatti occupati di identificare i componenti dell'olio essenziale di finocchio marino (Baser et al., 2000). In particolare, uno studio italiano del 1999 sul Finocchio marino raccolto in Liguria si è focalizzato sulle molecole, contenute nell'olio essenziale estratto dalla pianta, aventi attività antibatterica, e sulla loro capacità di inibire la crescita batterica e fungina. Lo studio ha inoltre dimostrato che la percentuale delle molecole attive varia sensibilmente in base al momento della raccolta (fioritura, maturazione dei frutti, etc...). In particolare due

molecole, il sabinene e il metil-timolo, si sono dimostrati efficaci inibitori della crescita di microrganismi relativamente noti, come la *Candida albicans* e il *Bacillus subtilis* (Flamini et al., 2011). A partire dall'attività antimicrobica dell'olio essenziale di Finocchio marino, si è pensato di utilizzare tale pianta nell'industria alimentare, sia in quanto tale che come estratto, per aumentare la *shelf-life* di alimenti facilmente deperibili come i *fishburger*. In particolare, l'aggiunta di estratto di finocchio marino alle pellicole di **chitosano**, già normalmente utilizzate per conservare meglio i *fishburger* grazie alla loro funzione di barriera, mostra un ulteriore aumento della *shelf-life* di tali alimenti. La migliore conservazione, tuttavia, non dipende dall'attività antimicrobica dell'olio essenziale, bensì dall'azione antiossidante dei polifenoli e dalla capacità dell'estratto di creare un'acidità favorevole alla conservazione (Rico et al., 2020).

Per quanto riguarda l'utilizzo di questa pianta ad Ustica abbiamo chiesto a Nicola Longo e Maria Cristina Natale, i quali ci hanno riportato che ad Ustica non è mai stata utilizzata per alcun uso.

ANNALISA PATANIA E FRANCESCA BERTANI

### Bibliografia

- Actaplantarum* consultato il 08/10/2021  
 BARTOLUCCI F. ET AL., 2018, *An updated checklist of the vascular flora native to Italy*, «Plant Biosystems» 152(2):179–303.  
 BASER K.H.C. ET AL., *Essential Oil of Crithmummaritimum L. from Turkey*, «J. Essent. Oil res.» 12, 424-426 (Jul/Aug 2000).  
 FLAMINI G. ET AL., *Essential Oil from Crithmummaritimum Grown in Liguria (Italy): Seasonal Variation and Antimicrobial Activity*, «Journal of Essential Oil Research», 11:6, 788-792  
 LENTINI F., ALEO M., AMENTA R., 1997, *L'uso popolare delle piante nelle isole Egadi (Sicilia)*, «Acta Phytoterapeutica» 4, 2: 88-94  
 RICO D. & AL. (2020) *Use of Sea Fennel as a Natural Ingredient of edible films for extending the Shelf Life of Fresh fish Burgers*, «Molecules» 2020, 25, 5260  
 RONSISVALLE G.A., 1973, *Flora e vegetazione dell'Isola d'Ustica*, «Biogeographia—The Journal of Integrative Biogeography» n. 3.1.  
 TRANCHINA G., 1885, *L'isola di Ustica*, ristampa anastatica, ed. Giada, 1982, Palermo.

### Non tutti sanno che...

#### Glossario

**Piano adlitorale:** si intende lo spazio fisico della zona costiera sopra al livello del mare, caratterizzato da condizioni saline; è fortemente influenzato dagli spruzzi marini che vi arrivano come vento salso o che si infiltrano per capillarità.

**Alofita:** pianta dotata di adattamenti morfologici o fisiologici che ne permettono l'insediamento su terreni salini o alcalini, oppure in presenza di acque salmastre.

**Camefito suffruticosa:** pianta perenne legnosa alla base, con gemme svernanti poste ad un'altezza dal suolo tra i 2 e i 30 cm; le porzioni erbacee seccano annualmente mentre le parti legnose rimangono in vita.

**Chitosano:** polisaccaride lineare composto da D-glucosamina e N-acetil-D-glucosamina, ottenuto tramite deacetilazione della chitina, generalmente estratta dall'esoscheletro di crostacei (granchi, gamberi, ecc.). È uno dei componenti più utilizzati per la produzione di film protettivi per alimenti, grazie alla sua attività antimicrobica e alla sua azione-barriera.