

Scheda Botanica *Stachys major*

di Annalisa Patania e Francesca Bertani



Sinonimi

Prasium majus L.

Nomi comuni

Comunemente chiamata *prasio* o *tè siciliano*, questa pianta è conosciuta in Sicilia con il nome *Camedriu biancu*. In Sardegna, invece, essa possiede diversi nomi dialettali che variano a seconda della zona della regione considerata, come ad esempio *Erva craba* nella zona di Muravera, *Menta de conillus*, nella zona di Cagliari, o ancora *Pes de liebre* nella zona di Alghero.

Etimologia

Il nome del genere *stachys* viene dal greco *στάχυς* (= *stáchys*) e significa spiga, in riferimento alla disposizione dei suoi fiori lungo il fusto; il nome della specie *major* (dal latino "maggiore"), invece, è legato alla comparazione della pianta con altre specie di più piccole dimensioni.

Tassonomia e presenza

Il tè siciliano, o prasio, appartiene alla famiglia delle *Lamiaceae*, la quale comprende anche altre piante

aromatiche quali la menta, ed è presente in tutte le regioni dell'Italia meridionale fino alle zone costiere del Lazio e della Toscana.

La presenza del tè siciliano in pressoché tutte le zone dell'isola di Ustica è testimoniata da diverse fonti bibliografiche più e meno recenti. In particolare, ritroviamo descrizioni di tale pianta sia da parte del Calcara (Calcara 1842), il quale ne segnala la presenza «presso il Molino a vento, e nei luoghi sassosi», sia nel testo del Ronsisvalle (Ronsisvalle 1973), nel quale viene segnalata nelle «rupi prossime al mare o all'interno un po' ovunque».

Habitat

Cresce nell'intervallo altimetrico tipico della zona costiera fino ad un massimo di 600 metri di altitudine, in particolare su terreni calcarei o pietrosi in prossimità del mare.

Ecologia e descrizione

Il tè siciliano è una pianta perenne con portamento cespuglioso, che può arrivare anche ad un metro di altezza. Si tratta infatti di una camefite fruticosa (*Ch*

frut), ovvero una pianta perenne con fusto legnoso e modeste dimensioni.

Le foglie sono appaiate e lanceolate, lunghe fino a 4-5 cm e di colore verde scuro lucido, con nervatura marcata e margini seghettati. La fioritura avviene solitamente tra aprile e giugno (a Ustica talvolta anticipa anche a marzo) e i fiori sono disposti a due a due, di colore bianco con striature violette-lilla. Il calice del fiore ha una forma a campanula e il fiore possiede un labbro superiore intero e labbro inferiore diviso in tre lobi, dove quello centrale ha dimensioni maggiori. Il piccolo frutto è formato da 4 nucule nere, lucenti e globose.

Curiosità

Fin da tempi antichi il prasio, o tè siciliano, viene utilizzato in Sicilia per preparare infusi caldi e decotti a scopo diuretico. Inoltre, come già riportato in una nostra precedente pubblicazione su Lettera (Patania, Bertani 2019), tale pianta non solo è ottima per la produzione del miele, ma in passato era anche usata in sostituzione del tè tradizionale. Per i più curiosi e appassionati sarà inoltre interessante sapere che al momento della pubblicazione appena citata, risalente a soli tre anni fa, questa pianta era conosciuta con il nome scientifico *Prasium majus*, e solo molto di recente è stata riclassificata e rinominata *Stachys major*! Questi cambi di nome occorrono molto spesso nel campo della tassonomia vegetale e non, stimolando la memoria degli esperti del settore e spingendoli ad un continuo aggiornamento!

Considerata la consistenza elastica dei suoi tralci, questi venivano utilizzati in passato dai contadini per legare piccole piante ai supporti che ne dovevano sostenere la crescita (Pignatti 1982).

Diamo adesso uno sguardo alle proprietà nutritive del prasio: si potrebbe rimanere sorpresi dal fatto che tale pianta, come molte altre piante selvatiche (Simopoulos A. P., 2004), sia ricca di nutrienti ad azione antiossidante. Ciò è emerso in seguito a diversi studi effettuati a partire dagli anni Settanta (Keys, 1970) ma anche più di recente (Ferro-Luzzi et al. 2002), che hanno rivolto l'attenzione alla longevità nonché alla minore incidenza di patologie cardiovascolari nella popolazione dell'isola di Creta, nota per la dieta mediterranea a basso contenuto di prodotti caseari e carne seguita dai suoi abitanti. Nel 2005, un'equipe di studiosi ha effettivamente analizzato alcune delle specie vegetali selvatiche abitualmente consumate dagli abitanti di Creta, fra cui proprio il prasio, le cui foglie sono utilizzate nella cucina tradizionale cucinandole con olio di oliva per le torte e i pasticcini di verdura. Tale studio ha dimostrato che il prasio ha mostrato di contenere buone quantità di Vitamina K, Vitamina C, Luteina, Betacarotene, Alfa-tocoferolo e in generale di altri polifenoli (Vardavas C. I. et al., 2005).

ANNALISA PATANIA E FRANCESCA BERTANI

Le autrici sono socie del Centro Studi.



Ustica. *Stachys Major*.

Bibliografia

- Actaplanctarum consultato il 05/11/2022
CALCARA P. (1842), *Descrizione dell'isola di Ustica*. «Giornale letterario», n. 22, Palermo.
FERRO-LUZZI A., JAMES W., KAFATOS A. (2002), *The high fat greek diet: a recipe for all?* «European Journal of Clinical Nutrition», 56, 796-809.
KEYS A. (1970), *Coronary heart disease in Seven countries*, «American Heart Association Monograph», Number 29. New York: American Heart Association.
RONDISVALLE G.A. (1973), *Flora e vegetazione dell'Isola d'Ustica*, «Biogeographia—the Journal of integrative Biogeography» n. 3.1.
PATANIA A. e BERTANI F. (2019). *Alla scoperta del giardino botanico usticese, tra erbe officinali e commestibili Pt.2*, in «Lettera del Centro Studi e Documentazione Isola di Ustica», 55, pp. 38-42.
PIGNATTI S. (1982), *Flora d'Italia*. Edagricole, Bologna.
SIMOPOULOS A. P. (2004), *Omega-3 fatty acids and antioxidants in edible wild plants*, «Biological Research». 37(2), 263-277.