



Naturalmente

Notiziario di Nuova Micologia

Secondo semestre 2021
Numero 22



INDICE

	pag.
Editoriale	3
<i>Naturalmente</i> ... FUNGHI	
<i>Calocybe gambosa</i>	4
<i>Russula heterophylla</i>	8
156 nuove specie di piante e funghi scoperte nel 2020	9
<i>Clitocybe nebularis</i>	10
Schede: Le erbe dei nostri campi, <i>Taraxacum officinale</i>	16
L'angolo delle ricette	17
Parco della Caffarella	18
Lo scorbutto	22
Orti: contorni e dintorni	24
Ospiti illustri: Michele Caputo e Filomena Noemi Iuorio	26
Le attività del secondo semestre 2021	
Lunedì al circolo	29
Corsi di formazione	29
Escursioni didattiche	30



In prima di copertina:

Omphalotus olearius (DC.) Singer
 Dettaglio della foto "Amara sorpresa" di Andrea Gazzillo, in concorso nella sezione micologica del 2019. La foto ritrae giovani esemplari di questa specie, talvolta responsabile di intossicazioni anche gravi per la confusione che superficiali raccoglitori fanno con il galletto (*Cantharellus cibarius*).



In ultima di copertina:

Gentiana dinarica Beck
 Dettaglio della foto "Aspettano il polline" di Amedeo Schipani, in concorso nella sezione botanica del 2019. Chiamata volgarmente *genziana appenninica*, è una pianta erbacea perenne e viene utilizzata per scopi officinali o, come la più nota *Genziana lutea*, per la produzione di liquori amari.

*C*are amiche e cari amici,

scrivo questo Editoriale con qualcosa di più della semplice speranza per il prossimo futuro. La realtà della pandemia da Covid 19 si sta modificando, il numero dei contagi e dei morti giornalieri si abbassa sempre di più, le regioni sono ormai tutte in zona bianca. Per quando questo numero della nostra rivista sarà stampato dovrebbe essere stato abolito l'obbligo della mascherina all'aperto, mentre il coprifuoco è già stato abolito. Nel primo semestre di quest'anno le nostre attività in sede sono state bloccate, per cui vi elenco le poche attività che abbiamo potuto fare con altre modalità.

Alcune iniziative le abbiamo svolte online. Tra queste due corsi di Micologia per il rilascio dell'attestato che permette la raccolta funghi, il primo nei giorni 18, 20, 22, 25, 27 e 29 di gennaio, il secondo nei giorni 15, 17, 19, 22, 24 e 26 marzo.

Nel mese di aprile, nei giorni 12, 15, 19 e 22, online, ho tenuto personalmente un corso dal titolo: "La Foglia. Struttura, funzioni, morfologia. Riconoscimento e classificazione delle piante."

Il 24 maggio il nostro micologo Andrea Traversi ha fatto una bella conferenza online dal titolo "Funghi delle pinete e dei litorali".

Siamo riusciti a fare anche due escursioni a piedi, la prima il 14 maggio, nel bellissimo parco romano della Caffarella, uno dei polmoni verdi della Capitale, che è stata molto gradita perché ci ha permesso di rivederci di persona dopo molti mesi. Nelle pagine interne troverete un articolo su questo interessantissimo parco, ricco di storia, di monumenti e di bellezze naturali. La seconda escursione è consistita in una visita allo splendido Orto botanico di Roma fatta il 27 maggio, organizzata con il supporto di due esperti che hanno guidato due nostri gruppi di oltre venti persone l'uno.

Abbiamo poi fatto un weekend micologico nei giorni 11, 12 e 13 giugno in Umbria, a Norcia e dintorni (in particolare Forca Canapine e Castelluccio di Norcia).

Infine, il 19 giugno abbiamo fatto la prima escursione micologica di quest'anno, in Abruzzo, a Cappadocia, dove abbiamo trovato numerosi prataioli e gambesecche.

Quindi, come vedete, finalmente "qualcosa si muove", abbiamo la speranza di ripartire bene in autunno.

Una attività già organizzata è la settimana micologica, che quest'anno ci porterà ad Auronzo di Cadore, nel Veneto, dal 28 agosto al 4 settembre.

Certamente faremo le escursioni settimanali, a carattere micologico e qualcuna anche a carattere botanico.

Speriamo di poter fare la nostra Mostra Micologica in Novembre, anche se ancora non ne abbiamo certezza.

E soprattutto speriamo di poter ricominciare le attività in sede, di poterci rivedere in un pranzo sociale prima di Natale□

Insomma, speriamo!

A nome mio e del Consiglio Direttivo tutto invio un cordiale e affettuoso saluto a tutti voi, nella certezza che in autunno ricominceremo tutte le nostre attività.

Amedeo Schipani



Naturalmente... FUNGHI

Spazio di approfondimento di specie più o meno frequenti nei nostri boschi, a cura dei micologi dell'Associazione

Calocybe gambosa (Fries) Donk 1962

Sistematica e Classificazione

Regno: **Fungi**

Divisione: **Basidiomycota**

Classe: **Agaricomycetes**

Ordine: **Agaricales**

Famiglia: **Lyophyllaceae**

Genere: **Calocybe**

Specie: **Calocybe gambosa**

L'etimologia del nome *Calocybe* deriva dal greco kalòs = bello e kùbe = testa; *Gambosa* deriva dal latino gambosus = dal gambo grosso. Questo fungo primaverile, viene chiamato comunemente prugnolo o spinarolo, per il fatto che nasce vicino ai cespugli di Pruni selvatici che presentano molte spine.

Fu descritto per la prima volta con il nome "*Szens Gyewrgi gambaia*" dal Botanico Carolus Clusius nell'Opera "*Rariorum Plantarum Historia*" (1601), perchè si inizia a raccogliarlo dal giorno di San Giorgio (23 aprile) o dalla terza settimana di aprile (Fig 1). Ovviamente è una credenza popolare antica che non rispecchia la realtà, in quanto, come avviene per tutti i funghi, può anticipare o posticipare la sua comparsa a seconda dell'habitat o dalle condizioni climatiche stagionali.



Fig 1 Primo disegno e descrizione del fungo nell'Opera di Carolus Clusius "*Rariorum Plantarum Historia*" del 1601.

Linneo nell'affermare il primo sistema di nomenclatura nel 1753 accetta il nome di *georgii*, nominandolo *Agaricus georgii*, ma successivamente Fries nel "Systema micologicum" nel 1821 lo rinomina come *Agaricus gambosus*.

Da un punto di vista sistematico, il prugnolo è stato considerato inizialmente nel genere *Tricholoma* da Kummer nel 1871 con il nome *Tricholoma georgii* e poi trasferito nel genere *Lyophyllum* nel 1943 da Singer per la presenza di basidi carminofili. Nel 1962 infine è stato scelto il genere *Calocybe* da Donk riprendendo la nomenclatura del "Systema micologicum" di Fries. Questo genere è stato inserito nella famiglia delle *Lyophyllaceae* ed è caratterizzato da funghi saprofiti terricoli con portamento tricolomatoide, cappello bianco-giallastro o rosa-violaceo, asciutto, lamelle biancastre, sottili, fitte, adnate, gambo liscio ingrossato, sporata bianca.

Le attuali conoscenze di tassonomia molecolare ci indicano che esistono dei generi affini a *Calocybe* come *Rugosomyces*, *Calocybella*, *Gerhardtia*, *Myochromella*.

Sinonimi:

Agaricus georgii Linneo 1753

Agaricus gambosus Fries 1821

Tricholoma gambosum (Fries) Kummer 1871

Tricholoma georgii (Linneo) Quélet 1872

Lyophyllum gambosum (Fries) Singer 1943



Fig 2. Foto di *Calocybe gambosa* in habitat nei pressi di Santa Severa (foto del Micologo Luca Astori).

Descrizione della specie

Pileo: di forma rotondeggiante quando giovane e convesso-pianeggiante nella forma adulta, di diametro 5-10 cm. Liscio, con colorazioni variabili dal biancastro al nocciola-giallastro a seconda dell'habitat. Margine involuto, con cuticola facilmente asportabile.

Imenio: lamelle smarginate-uncinate con filo irregolare, fitte con presenza di lamellule, di colore biancastro.

Stipite: sodo, a volte tozzo, assottigliato alla base, di 5 x 2 cm. Biancastro con sfumature rossee alla base.

Carne: soda e compatta, bianca. Odore e sapore di farina fresca.

Habitat: fungo saprofita che cresce in primavera, nei prati o ai margini del bosco, gregario con crescita in cerchi (cerchi della strega) o a zig zag. Può crescere a diverse altitudini dalle zone di macchia mediterranea fino ai 1200 m. È importante la presenza di Rosaceae, che determinano le condizioni ideali dove la specie può crescere. Infatti lo troviamo in mezzo a cespugli di piante spinose come il biancospino, la rosa canina, il prugnolo (*Prunus spinosa*) da cui deriva il nome volgare. (Fig 2).

Caratteri microscopici:

Pileipellis: di tipo cutis con ife intrecciate (Fig 3 A)

Basidi: clavati, tetrasporici, con giunti a fibbia 18-21 x 4-5 μm (Fig 3 B)

Spore: polvere sporale bianca, con spore lisce, ovato-ellittiche, di 5-6 x 3-4 micron (Fig 3 C)

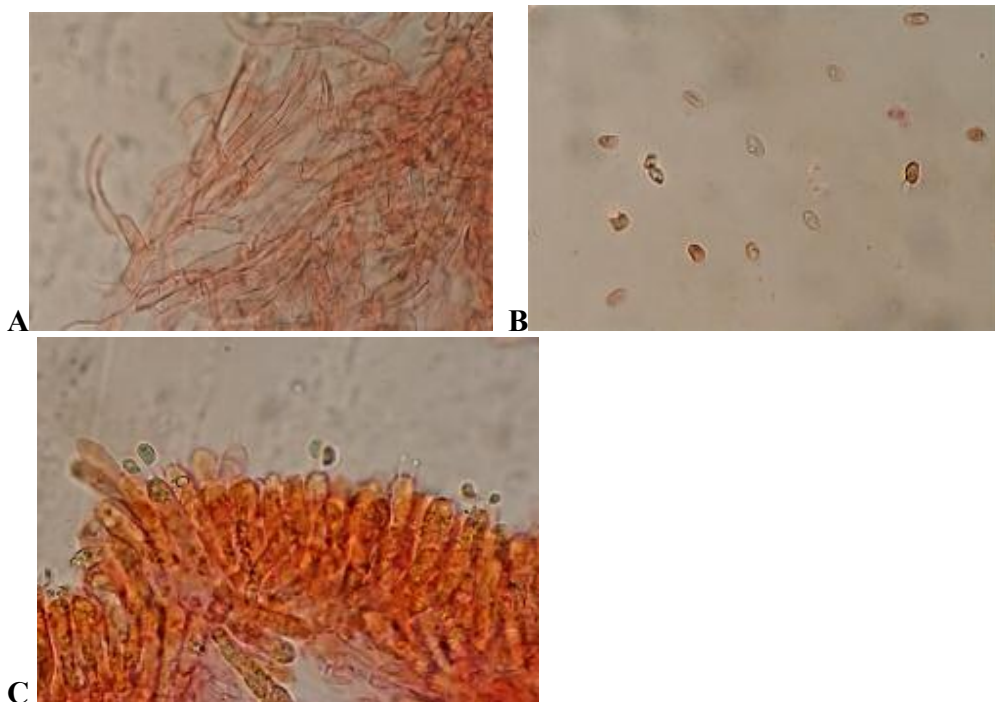


Fig 3. A) Pileipellis rosso congo 400x con presenza di GAF **B)** Spore rosso congo 400x. **C)** Imenio con Basidi rosso congo 400X

Note: nelle zone collinari e montane, nello stesso periodo primaverile fruttificano anche alcuni *Entoloma* (ad esempio *E. sepium*) che per portamento assomigliano al *C. gambosa*. Per fortuna questi *Entoloma* non costituiscono particolari problemi relativamente alla pericolosità poiché sono commestibili anche se di scarso valore. Inoltre in letteratura sono state distinte alcune varietà come *Calocybe gambosa* var. *flavida* Bellù & Turrini (2014) simile alle specie tipo, si differisce da questa per il colore giallo più intenso e per l'odore farinaceo forte. Il famoso micologo H. Romagnesi, in un suo lavoro del 1957 riporta la frase del suo dottore di fiducia, "proprietà ipoglicemicizzanti tali da eliminare lo zucchero dalle urine dei diabetici anche quando l'insulina risulta inefficace alle normali dosi".

Commestibilità: È considerato un ottimo commestibile e in molte zone del centro Italia viene apprezzato perché, oltre alla sua consistenza carnosa, dopo la cottura rilascia un sapore gustoso di farina. Nel lontano 1583, Andrea Cesalpino scriveva "il prugnolo viene considerato un piatto che deve allietare e arricchire soltanto le famose mense di nobili gottosi".

Ricetta: PRUGNOLI PAGLIA E FIENO è un piatto semplice ma eccellente che ci è stato insegnato dell'amico Micologo Pino Conserva, prematuramente scomparso e che ricordiamo con affetto. Ingredienti per 4 PERSONE: olio extravergine, 2 spicchi d'aglio, prezzemolo, olio, sale, pepe, 400g di *Calocybe gambosa*, 500g di tagliolini. Pulite e lavate i funghi ed affettateli orizzontalmente molto sottili. Lasciate da parte un pugno di prugnoli e tritateli finemente con la mezzaluna. Mettete l'olio in una padella e fate soffriggere i funghi (da ricordare che i prugnoli non vanno mai fatti cuocere eccessivamente). Nel frattempo preparate anche un trito di prezzemolo e salate i funghi che stanno soffriggendo. Cuocete la pasta in abbondante acqua salata. A cottura ultimata, scolate la pasta e fatela saltare in padella assieme ai funghi aggiungendo anche il trito fine di prezzemolo e funghi che avevate lasciato da parte.

Paolo Avetrani

Bibliografia

C. Clusius, 1601. Rariorum Plantarum Historia. Fungi Esculenti.
E. M. Fries, 1821. Systema mycologicum Volume 1.
G. Negri, 1908. Atlante dei principali funghi commestibili e velenosi. Un. Tip. Editrice Torinese.
H. Romagnesi, 1957. Nouvel atlas des Champignons. Tome 2. Bordas.
Boccardo Fabrizio, Traverso Mido, Vizzini Alfredo, Zotti Mirca, 2008: Funghi d'Italia. Zanichelli, (ristampa 2013)
Carlo Papetti, Giovanni Consiglio, Giampaolo Simonini, 2011: Atlante Fotografico dei Funghi d'Italia, Vol. 1. A.M.B. Fondazione Centro Studi Micologici, Trento
Vizzini, A., Consiglio, G., Setti, L. et al., 2015. *Calocybella*, a new genus for *Rugosomyces pudicus* (Agaricales, Lyophyllaceae) and emendation of the genus *Gerhardtia*. IMA Fungus 6, 1–11.
www.indexfungorum.org
<http://www.abceidefunghi.altervista.org/calocybe-gambosa.html>



Servizio ai Soci. Desideriamo ricordare che presso la sede è possibile acquistare libri micologici e botanici, tra i più apprezzati e prestigiosi nel panorama divulgativo e scientifico del settore, a prezzi inferiori a quelli di copertina. Info: Fausto Marino Museo 3383654652.

***Russula heterophylla* (Fr.) Fr.**

Sistematica:

Regno: **Fungi**

Divisione: **Basidiomycota**

Classe: **Agaricomycetes**

Ordine: **Russulales**

Famiglia: **Russulaceae**

Genere: ***Russula***

Specie: ***Russula heterophylla***

Descrizione macroscopica:

Russula heterophylla è un fungo di medie dimensioni e di buona consistenza che può raggiungere i 12 cm di diametro. Il cappello è carnoso e compatto, inizialmente globoso, poi espanso, solo a maturità depresso; il margine è solitamente privo di scanalature; la superficie pileica è tipicamente asciutta e opaca, di colore prevalente verde, ma a volte anche brunastro o ocraceo; le lamelle sono larghe e fitte, sublardacee negli esemplari giovani, fragili in vecchiaia, appena decorrenti sul gambo e tipicamente forcate ed anastomizzate,



di colore biancastro con riflesso giallo a maturità a partire dal bordo; il gambo è spesso eccentrico, robusto e tarchiato, rugoso, rastremato in basso, di colore bianco che si macchia di giallo bruno; la carne è spessa e dura, consistente, bianca, che si macchia di giallo-bruno in vecchiaia e alla corruzione; il sapore è interamente mite e l'odore non significativo. La sporata è di colore bianco puro (*Ia* del codice Romagnesi). Buon commestibile, di ottima resa specie nei misti.

NOTE Specie precoce, una delle prime Russule a comparire già dalla prima decade di maggio, amante dei luoghi caldi e asciutti. Abbastanza comune in ambiente mediterraneo, specialmente sotto *Quercus*, rara in faggeta. Conosciuta soprattutto con le colorazioni verdi, ma sono descritte numerose forme e varietà con colorazioni diverse, ad esempio bruno con centro scuro (fo. *adusta*) o con cappello macchiato di arancio fulvo (fo. *laeticolor*). *Russula heterophylla* si riconosce per la buona taglia e consistenza, la superficie pileica asciutta e opaca, il gambo corto e massiccio, le lamelle densamente forcate e decorrenti e la sporata bianca. Può somigliare a forme verdi di *Russula cyanoxantha* (fo. *peltreaui*) che ha cuticola lubrificata e



Reazione al FeSO₄

brillante, le lamelle nettamente lardacee e soprattutto la reazione grigio verde al FeSO₄, mentre la stessa reazione è arancio vivo in *Russula heterophylla*. Nella subsezione Griseinae ci sono altre specie di *Russula* con colorazioni sul verde, ma hanno la sporata crema, non bianca, e sapore piccantino.

Nella monografia di Mauro Sarnari (v. sotto, in Bibliografia) *R. heterophylla* è inserita nel *Sottogenere Heterophyllidia*, *Sezione Heterophyllae*, *Subsezione Heterophyllae*, che rappresenta un gruppo ben individuato all'interno del *Sottogenere Heterophyllidia*, con la carne che si macchia di giallo bruno e reazione arancio vivo al FeSO₄.

Enzo Ferri

Bibliografia:

1. Mauro Sarnari. *Monografia illustrata del GENERE RUSSULA in Europa* (Amb Trento 1998 – 2004).
2. *Atlante fotografico dei funghi d'Italia*. Carlo Papetti, Giovanni Consiglio e Giampaolo Simonini (Amb Trento 2009).

---ooOoo---

Nel 2020 i ricercatori dei Reali giardini botanici di Kew, quartiere di Londra, hanno identificato **156 nuove specie di piante e funghi**, rivelando all'umanità una incredibile diversità del mondo vegetale di cui peraltro rimane ancora molto da scoprire. Sorpresa nella sorpresa, di queste nuove specie un terzo sono orchidee, tra cui quella decretata "la più brutta al mondo". Ci sono poi 6 nuove specie di funghi velenosi: una cresce a due passi dall'aeroporto londinese di Heathrow.

Nuovi funghi velenosi. Ogni anno su scala mondiale vengono ancora scoperti in media circa 2000 nuovi organismi viventi, anche se non tutti vengono subito classificati. Nel 2020, nonostante la pandemia, le ricerche sono state fruttuose, a cominciare dalla Gran Bretagna. "Non devi andare in Amazzonia o in Africa per trovare nuovi funghi, ne puoi scoprire vicino a te. Anche a Londra si riscontrano nuove specie" ha detto alla Bbc Tuula Niskanen, esperta di Kew, che ne ha identificato due scozzesi, tra cui il *Cortinarius aurae*, dal nome di sua figlia Aura.

Orchidee ma non solo. Passando alle piante e agli alberi, un terzo delle nuove specie appartiene alla famiglia delle orchidee, di cui 19 sono state individuate in Nuova Guinea, hotspot di biodiversità. Un'altra orchidea, con piccoli fiori marroni, è stata trovata nel parco nazionale del Madagascar e gli scienziati di Kew l'hanno descritta come *la più brutta al mondo*. Si tratta della *Gastrodia agnicellus*. Rimane sottoterra per la maggior parte del tempo, nell'ombra profonda di una foresta umida, emergendo solo per fiorire, ma ha "un notevole profumo di rosa muschiata". Sempre sull'isola africana dell'Oceano indiano gli scienziati hanno trovato due nuove specie di Aloe. Nelle regioni aride della Namibia c'è uno strano arbusto con foglie squamose che cresce nella sabbia naturale calda, di cui restano meno di mille piante singole. Il suo nome - *Tiganophyton* - deriva dalla parola greca "tigani", che significa padella. In America latina, in Perù, è stata scoperta una pianta correlata alla patata dolce, l'*Ipomoea noemana*, che in futuro potrebbe essere un alimento per l'uomo. Dal Brasile è arrivata una pianta legata all'ananas, la bromelia, che vive su una scogliera calcarea. In Nuova Guinea, vicino alla più grande miniera d'oro del mondo, è stato trovato un arbusto simile al mirtillo.



Fonte: sky tg24 21/12/2020

CLITOCYBE NEBULARIS, IL FUNGO DELLE NEBBIE

E' stato da sempre ritenuto, anche se in maniera erranea, un ottimo commestibile tanto da attirare le attenzioni dei numerosi ricercatori-micofagi che durante la stagione propizia erano, e sono ancora, soliti recarsi nei boschi alla sua ricerca.

E' ormai confermato, anche se si registrano alcuni pareri contrastanti, da numerosi micologi e studiosi di micotossicologia, che si tratta di un fungo tossico che ha causato, e continua a causare, numerosi ricoveri ospedalieri conseguenziali al suo consumo, tanto da essere cancellato dalle liste regionali dei funghi commestibili.

Veniva inserito tra le specie fungine commercializzabili, e quindi ritenuto commestibile, dall'art. 16 della Legge 23 agosto 1993 n. 352 che regolava, all'epoca, la raccolta e la commercializzazione dei funghi epigei freschi e conservati.

Successivamente, per l'accertata e documentata presenza di elementi tossici, con il DPR 14 luglio 1995, n. 376, viene definitivamente depennato dall'elenco delle specie commercializzabili e ritenuto, quindi, tossico o, quantomeno, sospetto di tossicità e, quindi, non commestibile a tutti gli effetti di legge [Marra, 2011].

Purtroppo, però, le abitudini radicate sono dure a morire e nonostante la sua dimostrata tossicità viene tuttora impunemente consumato, in maniera poco cosciente, in diverse località italiane.

E' solito fare la sua apparizione nei boschi, a seconda delle diverse fasce vegetative, fin dall'inizio del periodo autunnale, protraendo la sua crescita fino ad inverno anche inoltrato, predisponendosi in numerosi esemplari in fila indiana o in forma circolare, dando vita, così, al classico "cerchio delle streghe" ⁽¹⁾.

Genere *Clitocybe* (Fr. : Fr.) Staube 1857

Al genere appartengono funghi terricoli, di piccole-medie dimensioni, con colori variabili ma non vivaci, assestati, generalmente, sui toni pallidi, biancastri, a volte rossastri o grigiastri; omogenei (quando cappello e gambo presentano struttura molecolare simile tanto da non consentire una facile separazione tra i due elementi); con cappello, a seconda della specie di appartenenza, a volte imbutiforme; igrofano (quando cambia colore a seconda del grado di umidità - diviene più scuro con l'umido e tende a sbiadire con il tempo secco), asciutto, pruinoso, squamettato con margine liscio o striato; con imenoforo (zona fertile del fungo posizionata nella zona



Disegno di Gianbattista Bertelli



sottostante il cappello) a lamelle predisposte in maniera decorrente sul gambo che si presenta centrale, pieno, più o meno slanciato, spesso con micelio basale abbondante, a volte adornato da rizomorfe (fascio di ife a forma di radichetta, cordoncino o di nastro a volte presente alla base del gambo di alcune specie fungine). Sporata in massa di colore bianco, giallo o crema rosato, inseriti, quindi, nel gruppo dei funghi leucosporei. Al genere appartengo sia specie commestibili e di buona qualità, sia specie tossiche responsabili di sindromi di varia natura quali, ad esempio: gastrointestinale; neurologica; muscarinica; acromelalgica; da nebularina. [E' tuttora in corso, a seguito di indagini filogenetiche, la revisione tassonomica del genere *Clitocybe*, con conseguente frammentazione in nuovi generi, ndr]

Clitocybe nebularis (Batsch : Fr.) P. Kumm.
Führ. Pilzk. (Zerbst): 124 (1871)

Basionimo: *Agaricus nebularis* Batsch (1871)

Posizione sistematica: classe *Basidiomycetes*, ordine *Agaricales*, famiglia *Tricholomataceae*, genere *Clitocybe*.

Etimologia: *Clitocybe* dal greco *Klitos* = *pendio, inclinazione* e da *Kùbe* = *testa* ovvero "dalla testa inclinata" con riferimento alla forma del cappello. *Nebularis* dal latino *nebula* = *nebbia* con riferimento al colore grigiastro del cappello che ricorda quello della nebbia.



Sinonimi principali: *Gymnopus nebularis* (Batsch) Gray (1821); *Clitocybe stenophylla* P. Karst. (1881); *Omphalia nebularis* (Batsch) Quél. (1886); *Clitocybe alba* (Bataille) Singer (1951); *Lepista nebularis* (Batsch) Harmaja (1974)

Nomi volgari: Agarico nebbiolo, fungo della nebbia, nebbiolo, nebbione, vaccaro, ordinale [Bonazzi, 2003].

Nomi dialettali: in considerazione delle numerosissime denominazioni dialettali che variano da una località all'altra, ci limitiamo, come ormai nostra abitudine, a riportare solo i nomi in uso in Sicilia: *funciu di filera*, *funciu i pampina* [Bonazzi, 2003].

Descrizione macroscopica

Cappello generalmente di medie dimensioni, raggiunge, negli esemplari più grandi, anche 15 cm. di diametro; inizialmente convesso, tendente verso la maturazione ad assumere forma appianato-depressa; a volte con umbone centrale schiacciato; margine sottile, lungamente involuto, leggermente eccedente; superficie liscia, spesso ricoperta da una leggera pruina biancastra asportabile, con fibrille radiali innate, con colori non vivaci: grigio, grigio-cenere, grigio-bruno. **Imenoforo** costituito da lamelle fitte, adnate al gambo o leggermente decorrenti, facilmente separabili dalla carne del cappello (secedenti), inizialmente biancastre con riflessi crema-pallido, ingiallenti verso la maturazione. **Gambo** cilindrico, più o meno clavato, inizialmente pieno poi, verso la maturazione, farcito, striato da fini fibrille in senso longitudinale, con colore al cappello o più chiaro: bianco-crema o crema-grigiastro,



[Mazza, 2018].

Habitat

Tipico fungo del periodo autunnale, protrae la propria crescita, a seconda delle diverse fasce vegetative, fino ad inverno anche inoltrato (inizia a fruttificare in autunno nelle regioni del nord e successivamente, nel periodo più freddo, nelle regioni meridionali) predisponendosi in gruppi di numerosi esemplari in cerchio o in filari, dando vita al classico “cerchio delle streghe”⁽¹⁾; a nutrizione saprofitica su lettiera di fogliame di latifoglie e di conifere.



Commestibilità e tossicità

NON commestibile, tossico.

Pur essendo oggetto di largo consumo in alcune zone del territorio italiano, viene ritenuto, dalla quasi totalità dei micologi, a tossicità incostante e a commestibilità controversa, per la diversità di effetti, a volte nulli, che può causare.

I micologi del passato, e del presente, si sono spesso confrontati sulla commestibilità della specie, manifestando sempre pareri controversi e tra di loro contrastanti. Giacomo Bresadola, padre della micologia italiana, era tra i fautori della commestibilità ritenendolo “*malgrado il parere contrario di qualche autore, uno dei migliori funghi mangerecci*” [Bresadola, 1954]. Opinione, questa, che continua a dividere gli studiosi di micologia che manifestano, in merito, pareri contrastanti.

Alcuni autori ritengono possa essere regolarmente consumata scegliendo esemplari freschi ed in ottimo stato di conservazione, sottoponendoli ad una perfetta cottura con prebollitura e successiva scolatura intesa ad eliminare eventuali tossine idrosolubili, procedendo, ancora, alla cottura finale secondo le proprie preferenze [Illice e altri, 2011]; evidenziando, ancora, che la specie ben si adatta ad essere conservata sott'olio, procedura da sempre utilizzata nel territorio italiano senza mai creare problemi [Illice e altri, 2011].

I casi di intossicazione che annualmente vengono segnalati ai vari ispettorati micologici sono sempre numerosi: si tratta generalmente di sindrome gastro-intestinale che insorge tra le 2 e le 6 ore dopo il pasto manifestandosi con nausea intensa, vomito, stordimento, mal di testa e diarrea, risolvibile nell'arco di uno o due giorni. I sintomi tossici si manifestano con severità variabile, in maniera incostante ed

improvvisamente anche tra i consumatori abituali sui quali precedentemente non aveva causato alcun effetto tossico [Marra, 2011].



In merito alle sospette intossicazioni attribuite a *C. nebularis*, è opportuno evidenziare che alcuni micologi ritengono errata l'individuazione della specie responsabile precisando che la specie responsabile potrebbe essere, invece, *Entoloma sinuatum* [Illice e altri, 2011].

E' stata accertata, nella specie, la presenza di numerosi composti volatili di natura diversa che se inalati durante la cottura o semplicemente durante il trasporto in auto dopo la raccolta possono causare, come spesso è accaduto, episodi di mal di testa, nausea e spossatezza [Marra, 2011 – Mondello].

Per la nostra modesta esperienza e per le conoscenze acquisite nello studio della micologia, consigliamo di astenersi, nella maniera più assoluta, dal consumo della specie in qualunque maniera possa essere cucinata o conservata e in ogni stadio della sua maturazione. Perché correre rischi inutili?...

Composti volatili e principi attivi

C. nebularis è, ormai da tempo, oggetto di numerosi studi di laboratorio che hanno pienamente confermato che la specie, nella sua strutturazione chimica, è composta da numerosi composti volatili, ben 77, e da diversi principi attivi. Si ritiene che il suo particolare ed intenso odore, considerato fortemente sgradevole, sia conseguente all'insieme dei numerosi composti volatili che, a seconda della sensibilità olfattiva individuale, vengono percepiti in maniera diversa con conseguente diversa descrizione della tipologia di odore.

Solo a titolo genericamente informativo, rimandando il lettore ad un testo specifico (cfr. Marra, 2011), citiamo alcune delle sostanze estratte da *C. nebularis*:

2-feniletanolo, con odore di fiori di rosa; **benzaldeide**, con odore di mandorla; **β -barbatene**, con odore di terra e/o di muffa; **indolo**, con odore fecale; **derivati dell'acido butirrico**, con odore nauseabondo di formaggio guasto; **monoterpeni e sesquiterpeni**, con odore legnoso, canforato, di resina, di agrumi [Marra, 2011 con riferimento a Rapior ed altri]. L'insieme di tali odori conferisce alla specie un odore particolare ed indefinibile che alcuni considerano come odore "tipico" della specie [Marra, 2011 – Lavorato e altri, 2004].

E' stata ampiamente confermata, attraverso studi di varia natura, la presenza, in *C. nebularis*, di diversi principi attivi ⁽²⁾ quali:

- **Nebularina**: composto organico altamente tossico che non subisce alcuna modificazione sottoposto a bollitura per oltre tre ore. Agisce, altresì, con azione antibiotica [Assisi et altri, 2008 – Marra, 2011] ed è stato dimostrato che possiede proprietà inibitorie della moltiplicazione del *Micobacterium tuberculosis* e *Brucella abortus*, batteri responsabili della tubercolosi e della brucellosi [Marra, 2011].

Possiede, ancora, proprietà citotossiche su cellule neoplastiche [Marra, 2011]

- **Nectina** (CNL - Clitocybe Nebularis Lectina): proteina naturale con effetto antiproliferativo sulle cellule del linfoma umano [Marra, 2011].
- **Clitocipyn** (Clitocybe cysteine proteinase inhibitor) e **CnSPis** (Clitocybe nebularis serine protease inhibitor): inibitori della proteasi [Marra, 2011].

Specie simili

- ***Entoloma sinuatum*** (Bull. Fr.) P. Kumm (1871) = ***Entoloma lividum*** Qué. (1872)

Specie velenosa, può facilmente essere confusa con *C. nebularis* con la quale condivide lo stesso habitat di crescita fruttificando nello stesso periodo. Differisce principalmente per la conformazione delle lamelle profondamente smarginate e quasi libere al gambo (adnate o leggermente decorrenti in *C. nebularis*), per il colore delle stesse che è inizialmente giallo divenendo poi, a maturazione, rosa più o meno carico (lamelle inizialmente bianche con riflessi crema-pallido, ingiallenti verso la maturazione in *C. nebularis*) e, inoltre, per il forte odore di farina fresca che emana (intenso, non definibile, sgradevole in *C. nebularis*).

Note e curiosità

Spesso, specialmente a maturità avanzata, ***C. nebularis*** viene parassitata da ***Volvariella surrecta***, che si presenta, inizialmente, come un tomento biancastro, molto simile ad una muffa, posizionato nella zona centrale del cappello, identificativo del micelio del fungo con successiva comparsa di piccoli esemplari tondeggianti e dotati di una bella volva rosata della specie parassita. E' opportuno precisare che gli sporofori di ***Volvariella*** non presentano alcuna tossicità che invece è concentrata nel micelio del fungo [Assisi et altri, 2008].



- (1) **Cerchio delle streghe:** tipica crescita fungina in forma circolare. Deve tale denominazione alle numerose credenze e superstizioni nate nel medioevo quando i funghi, “strane creature”, spuntati dal nulla senza un supporto arboreo, lasciavano correre la fantasia degli uomini che li accoppiava a strani riti nelle radure dei boschi ad opera delle streghe. Si riteneva che i funghi nascessero in cerchio nello stesso posto dove streghe, elfi e folletti erano soliti tenere i loro incontri notturni su un’area di forma circolare.

Tale fenomeno viene scientificamente spiegato dalla particolare forma di sviluppo del micelio che, generato dalla singola spora, si propaga, in molti casi ed a seconda della specie fungina cui è legato, in senso radiale ed in maniera uniforme, allargandosi anno dopo anno raggiungendo, se non viene ostacolato durante la sua crescita da un evento naturale o dall'intervento dell'uomo, dimensioni notevoli. Nella parte interna della zona circolare il micelio rimane, dopo la fruttificazione fungina annuale, svuotato da tutte le sue sostanze nutritive, diventando, quindi, sterile con ripercussioni negative sulla crescita della vegetazione. Successivamente, con l'incremento della massa miceliare che si estende in forma circolare, le sostanze nutritive tornano a formarsi nella parte esterna con l'emissione di ammoniaca che viene trasformata in concime caratterizzandosi, all'esterno, con la presenza di un cerchio di erba verde e rigogliosa con radici profonde e, quando le condizioni ambientali sono favorevoli, di numerosi esemplari fungini.



- (2) **Principio attivo:** termine con il quale, in chimica, si intende identificare una sostanza che possiede una certa attività biologica, come, ad esempio, le sostanze dotate di effetto terapeutico (farmaci), benefico (vitamine, probiotici) o tossico (veleni).

Angelo Miceli

Tavole micologiche: Gianbattista Bertelli

Foto: Loredana Battisti, Angelo Miceli.

Bibliografia di approfondimento

I riferimenti bibliografici sono pubblicati sul nostro sito www.nuovamicologia.eu, dove il presente articolo viene riproposto integralmente.

Schede: Le erbe dei nostri campi

***Taraxacum officinale* Weber**

Famiglia: *Asteraceae* (ex *Compositae*)

Nomi volgari: *Tarassaco, dente di leone, soffione, piscialletto.*

Descrizione: pianta erbacea perenne, alta fino a 40 cm, diffusa nelle regioni temperate e fredde della Terra, in Italia cresce un po' ovunque nei luoghi erbosi dal livello del mare fino in alta montagna. Ha una radice a fittone e fusti fioriferi lisci, cavi e lattiginosi. Le foglie si sviluppano in una rosetta basale, hanno una forma allungata da 5 a 20 cm, generalmente dal margine dentato o lobato.



Ha il fusto cavo e glabro, con all'apice fiori ligulati, di colore giallo-dorati, riuniti in capolini, formati da due file di brattee membranose, piegate all'indietro e con funzione di calice, che racchiudono il ricettacolo

sul quale sono inseriti i fiori singoli, detti flosculi. I frutti sono acheni allungati, bruni a maturità, con un lungo becco e un pappo biancastro a forma di sfera, il "soffione" tanto amato dai bambini, che viene facilmente disperso ad ogni soffio di vento.

Fioritura: fiorisce da febbraio a maggio.

Habitat: è presente un po' ovunque: nei campi, nei boschi, nei pascoli e nei bordi delle strade fino ad un'altitudine di 2000 m. Predilige campi incolti, spazi aperti, soleggiati o a mezzombra.

Principi attivi e fitoterapici: i principali componenti del tarassaco comprendono alcoli triterpenici (tarasserolo), steroli vegetali, inulina (soprattutto nel lattice), principi amari (tarassacina) e sali minerali che conferiscono alla pianta proprietà amaro-toniche e digestive. La massima quantità di principi attivi, però, si concentra nella radice; essa infatti contiene: vitamine A, B1, B2 B3, C, E, K, alfa e beta-carotene, criptoxantina-beta, luteina e zeaxantina, calcio, sodio, ferro, fosforo, potassio, magnesio, zinco e selenio, tannini, acido caffeico e cumarico. La proprietà drenante, che gli ha valso il nome di *piscialletto*, è invece data dai flavonoidi e dai sali di potassio, che agiscono a livello renale stimolando la produzione di urina e il drenaggio dei liquidi in eccesso.

Usi alimentari: in cucina vengono usate le foglie, le radici tostate che si usano per preparare un caffè dalle proprietà digestive, i fiori, con i quali si prepara il "miele", in realtà uno sciroppo, e i capolini che ancora chiusi vengono messi sott'olio o sott'aceto come i capperi.

Curiosità e note: in alcuni paesi si crede che la pianta abbia la capacità di predire gli anni che restano da vivere: soffiando forte su un fiore quando ha ancora tutti i semi, quelli che restano attaccati indicheranno quanto sarà lunga la vostra vita. Viene chiamato "girasole dei prati", perché i suoi fiori seguono il corso del sole e anche "orologio del pastore", poiché i petali si schiudono all'alba per serrarsi al tramonto. Alcuni lo usano come "barometro del contadino": se i semi volano anche in assenza di vento, di sicuro poverà.

Tiziana Timpano

L'angolo delle ricette: Taraxacum officinale

Volevo farvi conoscere una ricetta molto semplice della mia terra, la Calabria, che mia nonna preparava sempre, e, nella sua semplicità, è squisita.

Fogghie e patate (erbe e patate).

Ingredienti:

500g di foglie di tarassaco sbollentate, 800g di patate bollite e schiacciate, aglio, olio d'oliva e peperoncino in polvere.

Preparazione:

In una padella capiente mettete abbondante olio e uno spicchio d'aglio tritato (quelli a cui non piace possono metterlo intero e poi toglierlo dopo averlo fatto rosolare), aggiungere le foglie di tarassaco tagliate grossolanamente a pezzi e ripassatele per un paio di minuti, aggiungendo, se necessario, del sale. Unire le patate schiacciate e continuare a ripassare finché non si sono ben amalgamate alle verdure.

A questo punto aggiungere il peperoncino piccante in polvere (a seconda dei gusti) lasciar insaporire per un paio di minuti e poi spegnere la fiamma.

Consiglio di provarle su una fetta di pane casereccio: originariamente, infatti, i contadini scavavano un pezzo di pane e vi mettevano dentro le *fogghie e patate* per poi consumarlo, come pranzo, in campagna.



Frittelle di fiori di tarassaco

Ingredienti:

2 bicchieri di fiori di tarassaco (consiglio di aspettare mezz'ora, dopo averli raccolti, per far sì che eventuali insetti presenti vadano via spontaneamente), 8 cucchiaini di farina 00, birra q.b. (o acqua), sale, olio per friggere.

Preparazione:

Mescolare farina e birra avendo cura di non far formare grumi, cercando di raggiungere una consistenza liscia e leggermente densa. Immergere i fiori di tarassaco interi nella pastella, dopo averli opportunamente lavati e asciugati.

Prendendoli per il gambo, immergeteli nell'olio bollente e tenerli immersi fino a quando la pastella non inizierà a brunirsi. Lasciare scolare l'olio in eccesso su un foglio di carta assorbente. Salare moderatamente. Consumare calde!

Potete anche sostituire il sale con dello zucchero a velo con cui spolverare le frittelle dopo averle cotte!

Tiziana Timpano

PARCO DELLA CAFFARELLA



Il parco della Caffarella è uno dei numerosi "polmoni verdi" di Roma e uno dei più estesi, con una superficie di 190 ettari. È situato tra le Mura aureliane, la via Latina, la via dell'Almone, e le vie Appia Pignatelli e Appia Antica. La parte più consistente è rappresentata dalla valle della Caffarella, una valle formatasi nel corso dei millenni con i depositi alluvionali del fiume Almone, circondata da alcune colline poco elevate.

Questo territorio nel periodo di Roma repubblicana apparteneva alla potente famiglia dei Regoli (ne faceva parte il console Attilio Regolo, torturato e ucciso dai Cartaginesi durante la I guerra punica). In epoca imperiale, nel II secolo d.C., tutto il territorio fu portato in dote da Annia Regilla, discendente dei Regoli, ad Erode Attico, cui fu data in sposa all'età di 15 anni. Erode Attico era un notissimo e ricchissimo personaggio greco,

filosofo e retore, voluto dall'imperatore Antonino Pio come maestro di eloquenza per i suoi figli adottivi Marco Aurelio e Lucio Vero, futuri imperatori. Fece costruire nella proprietà sull'Appia Antica una grande villa, con un Bosco Sacro, un ninfeo, piscina e monumenti vari, tra cui un tempio dedicato alla dea Cerere e a Faustina, moglie dell'imperatore Antonino Pio, deificata post-mortem. Dopo la morte della moglie Annia Regilla fu accusato di averla fatta aggredire e uccidere da un suo liberto. Riuscì ad evitare la condanna e, forse per riabilitarsi, fece pubbliche manifestazioni di lutto e dedicò ad Annia Regilla tutta la proprietà chiamandola triopio, in ricordo del famoso triopio (o santuario) dedicato a Demetra, dea delle messi, situato nella città di Cnido in Asia minore. Le dedicò inoltre il tempio già dedicato a Cerere (nome latino della dea greca Demetra) e Faustina, e fece costruire un nuovo tempio, un cenotafio, per Annia Regilla. Resti della villa di Erode Attico sono incorporati in una villa di proprietà privata cui si accede da Vicolo S. Urbano, una traversa di via Appia Pignatelli.

Di fianco a questa villa è presente, ma visitabile solo tramite il Vicariato, la chiesa di S. Urbano, che in realtà è l'antico tempio dedicato a Cerere e Faustina. Nel 1634, per volontà di papa Urbano VIII, questo tempio fu sottoposto a restauro conservativo, perché pericolante, e trasformato in luogo di culto cristiano dedicato a S. Urbano, vescovo e martire. Sotto la collina su cui si trovano i resti della villa di Erode Attico è presente una struttura ancora oggi ricca di fascino, chiamata erroneamente Ninfeo di Egeria. Era questa una divinità delle acque sorgive, le Camene, una ninfa che, secondo la tradizione, fu prima amante e poi moglie di Numa Pompilio, secondo re di Roma dopo Romolo. Alla morte di Numa Pompilio, secondo quanto dice Ovidio nelle Metamorfosi, Egeria pianse tanto da creare una fonte, tradizionalmente identificata con la sorgente esistente presso la Porta Capena. In epoca rinascimentale alcuni studiosi credettero, sbagliando, di poter identificare questa fonte nel ninfeo posto sotto la villa di Erode Attico, che invece risale al II secolo d.C., molto dopo l'epoca di Numa Pompilio, e quindi fu certamente costruito da Erode Attico per rinfrescarsi dalla calura estiva. Il nome è rimasto, per cui questo si chiama ancora oggi Ninfeo di

Egeria. Il ninfeo si presenta con una ampia nicchia sul fondo e tre nicchie minori sui lati, dalle quali sgorgava un'acqua minerale proveniente da una sorgente posta al di sotto di via Appia Pignatelli. Nella nicchia centrale sul fondo è tuttora presente una statua maschile semidistesa che rappresenta forse il dio Almone, come del resto venivano rappresentate presso i romani le divinità fluviali maschili (un esempio classico di ciò è la statua colossale del dio Tiberino, il dio del fiume Tevere, oggi conservata al Louvre).

Un'altra struttura molto interessante, fatta edificare da Erode Attico, è il cenotafio di Annia Regilla, situato a non grande distanza dal ninfeo di Egeria. Questo monumento si è conservato straordinariamente bene nonostante i secoli trascorsi dalla sua edificazione, che risale alla seconda metà del II sec. d.C. Ciò è probabilmente dovuto all'utilizzo per molti secoli, nel Medioevo e dopo, come fienile, per cui comunque ha avuto un po' di manutenzione e non è stato ripetutamente depredato delle sue componenti, al contrario di molti altri monumenti nella zona. L'esterno è movimentato da numerosi elementi architettonici (frontone con metope, architrave, lesene con capitelli corinzi, fregio orizzontale a



Ninfeo di Egeria



Cenotafio di Annia Regilla

meandro a metà della facciata, con delle piccole finestre al di sopra di esso). Colpisce particolarmente il diverso colore dei laterizi di cui è composto, gialli per le pareti e rossi per i vari elementi architettonici.

Una componente importante del parco è il fiume Almone. Questo fiume è, in ordine di importanza, il terzo corso d'acqua di Roma, dopo il Tevere e l'Aniene. Nasce dai Colli Albani e attraversa Roma, in particolare la Valle della Caffarella, a cui ha dato origine nel corso dei millenni con i suoi depositi alluvionali. Raccoglie le

acque di numerose sorgenti e infine sbocca (o, meglio, sboccava) nel Tevere un po' a valle del Ponte dell'Industria. In realtà oggi non sbocca più lì, bensì in un collettore che trasporta le sue acque al depuratore di Roma sud, perché le acque un tempo limpide sono diventate una discarica di immondizie a cielo aperto, nonostante gli sforzi fatti da organizzazioni di volenterosi cittadini.

Il nome Caffarella deriva dalla potente famiglia dei Caffarelli, che nel 1500 acquistarono tutta la zona e la bonificarono, costruendo anche numerose opere, tra cui il casale agricolo della Vaccareccia (nel 1547). Il casale della Vaccareccia è ancora in essere al centro della valle. Costruito dai Caffarelli come centro principale per l'agricoltura nella valle della Caffarella, è tuttora utilizzato dai pastori, che portano le pecore al pascolo e fanno un ottimo pecorino D.O.P. che è possibile acquistare direttamente in loco. Il sabato pomeriggio è possibile acquistare anche un'ottima ricotta di pecora. Durante la costruzione della Vaccareccia i Caffarelli inglobarono nella struttura del casale una torre medievale di guardia preesistente, costruita nel



XIII-XIV secolo, che in origine era certamente molto più alta, per poter controllare tutta la tenuta fino alla via Latina. Prospiciente il casale della Vaccareccia c'è un bel fontanile, fatto costruire dai Torlonia dopo che ebbero acquistato tutta la Valle della Caffarella dai principi Pallavicini, che a loro volta l'avevano avuta dai Caffarelli. I Caffarelli mantennero il possesso della valle fino al 1695, quando vendettero la proprietà ai

Pallavicini, i quali a loro volta la cedettero ai Torlonia nel 1816. I Torlonia furono gli ultimi a bonificare nuovamente il fondovalle, costruirono il fontanile e aggiunsero al corpo del Casale la grande stalla lungo uno dei lati dell'aia.

Nel territorio sono presenti altre strutture interessanti, testimoni dell'uso della valle nel corso dei secoli. Una di queste è la Torre Valca. Le origini di questa torre risalgono certamente al XII-XIII secolo, quando divennero proprietari della Valle i Caetani, succeduti ai decaduti Conti di Tuscolo. I Caetani fecero costruire numerose torri di guardia, tra cui questa, costruita in prossimità di un ponte sul fiume Almone, che consentiva il collegamento tra la via Latina e l'Appia Antica. La struttura è quadrangolare, a più piani sovrapposti, costruita in muratura, blocchetti di peperino e di tufo. Si ritiene che in epoca rinascimentale la struttura, pur mantenendo la sua originaria funzione difensiva, fosse adibita anche al lavaggio e pestaggio dei panni e alla follatura della lana, funzioni tipiche di una "valca". Infatti sono state ritrovate nei pressi della torre due vasche e un canale con una grande portata.

Un'altra struttura interessante è il cosiddetto Colombario Costantiniano. Il colombario, erroneamente detto di Costantino, in realtà fu costruito nella seconda metà del II secolo d.C. Per colombario si intende un sepolcro collettivo in cui venivano deposte le urne con le ceneri dei defunti, all'interno di nicchie scavate nelle pareti. Questo in particolare era un tempietto su due piani: nel piano inferiore erano posti i sarcofagi dei defunti, mentre il piano superiore era destinato alle cerimonie funebri. Il tempietto aveva un pronao in antis, cioè presentava due colonne davanti all'entrata principale. Le colonne oggi sono scomparse, rimangono i due muri laterali sporgenti. La costruzione era in laterizi di due colori, gialli per le strutture e rossi per le decorazioni. Il tetto e il pavimento del primo piano sono crollati. Durante il Medioevo questo edificio fu trasformato in mulino, utilizzando l'acqua portata da un canale regolato da una chiusa, che entrava nella costruzione e faceva girare una macina.



I romani utilizzavano ampiamente l'acqua piovana. A questo scopo costruivano grandi cisterne in posizioni elevate, da cui poi far defluire a caduta l'acqua tramite condotti per utilizzarla ove necessario. Nel territorio sono presenti diverse cisterne, la



più grossa di queste si trova su una collinetta situata tra via Appia Pignatelli, vicolo S. Urbano e via dell'Almone, con dimensioni esterne di 21,4 x 8,6 m. La costruzione risale ai primi anni dell'epoca imperiale, tra il 40 a.C. e il 40 d.C. In origine la cisterna era interrata e, probabilmente, lo sbancamento del terreno fu effettuato al tempo dell'imperatore Massenzio (305 d.C. – 312 d.C.), per costruire la piattaforma su cui poggia

l'anfiteatro di Massenzio non molto distante da qui. Da questa posizione la vista spazia senza ostacoli verso i Colli Albani, proprio verso le sorgenti del fiume Almone. Dai Torlonia la proprietà passò alla famiglia Gerini per motivi ereditari (il marchese Gerino Gerini aveva sposato la principessa Teresa Torlonia). Dopo la morte di Alessandro Gerini, la valle fu gestita dalla Fondazione Gerini. Nel 1996 cominciò l'operazione di esproprio dei terreni e la costituzione dell'attuale Parco della Caffarella.

Oggi all'interno del parco è presente una estesa rete di sentieri che consentono alle persone di passeggiare, correre, andare in bicicletta in questo grande parco, dove è possibile godere di un ambiente ben mantenuto, respirare aria pulita, osservare i numerosi monumenti ed edifici di questo angolo di paradiso a due passi dal centro di Roma. Gli spazi sono aperti e luminosi, le salite e le discese non presentano difficoltà. Capita spesso, passeggiando per il parco, di incontrare un grande gregge di pecore che i pastori fanno pascolare per tutto il territorio del parco. Pascolando le pecore mantengono bassa la vegetazione, concimano il terreno e producono un ottimo latte con cui i pastori, nel casale della Vaccareccia, producono la squisita ricotta e il genuino pecorino.



Nel Parco è presente una zona umida con un minuscolo specchio d'acqua, un laghetto, molto utilizzato come area di sosta dagli uccelli di passo, oltre che dall'avifauna locale, che trova nutrimento anche nei numerosi pesci presenti, come rovelle e spinarelli. Accanto al laghetto è stato costruito un capanno per gli appassionati che amano osservare in tutta tranquillità e fotografare gli uccelli stanziali e di passo qui presenti in buon numero (questa attività è ormai conosciuta universalmente con il termine anglosassone birdwatching = osservazione degli uccelli).

Amedeo Schipani

Foto: Amedeo Schipani

Lo scorbuto

Lo scorbuto è una malattia antica. Se ne è trovata traccia nelle ossa del neolitico e in alcuni geroglifici dell'antico Egitto. Secondo alcuni la parola deriva dai vichinghi che avrebbero usato la coclearia (*Coclearia officinalis*, vedi fig. 1), una crocifera nordica ricca di vitamina C, in occasione delle loro scorribande per combatterne gli effetti; ma le notizie più precise sul morbo cominciano a delinearsi nel quattrocento, con l'inizio dei viaggi oceanici che obbligavano ad una lunga permanenza in mare per motivi di commercio ed esplorazione e all'uso di navi più grandi con maggior numero di marinai e quindi di provviste per alimentarli.



Fig. 1

Molte relazioni sulle traversate descrivono un'umidità continua, con muffe dappertutto, una dieta a base di carne bovina e suina salata e accompagnata da gallette: un miscuglio di farina e acqua - senza sale - cotto al forno fino a indurirsi talmente da essere inattaccabile dalle muffe... ma non dagli insetti tipo i curculionidi (come il punteruolo rosso). Spesso il fuoco, che permetteva di rendere edibile la carne dopo lunga bollitura e ammorbidire le gallette, non si poteva utilizzare per le cattive condizioni del tempo. Fino al 1600 nessun cibo fresco poteva essere mantenuto a bordo e la decimazione degli equipaggi ad opera dello scorbuto fu la causa più rilevante di mortalità (preceduta da emorragie e diarrea, infezioni reno-polmonari, caduta denti e peggio...).

Fra le cure provate non mancarono osservazioni sull'uso di frutta e verdura fresca, ma solo quando i marinai alimentati con arance e limoni, a differenza degli altri assoggettati ai più svariati intrugli, mostrarono chiari segni di miglioramento, si compresero gli effetti del succo di limone in particolare (dal dottor James Lind, nel 1747); ma ci vollero altri 40 anni - nel 1790 - prima che la marina britannica cominciasse la distribuzione obbligatoria di succo di limone ai marinai (v. fig. 2).



Fig. 2

Il primo capitano di mare che riuscì a imporre all'equipaggio una seria dieta contro lo scorbuto fu James COOK che esplorò il Canada e l'Australia obbligando a una severa pulizia le persone e gli alloggi e all'uso di ogni erba e frutta che trovava a terra nonché di carne fresca, oltre a una provvista di crauti acidi che rinnovava ad ogni sbarco. Cook non perse un solo uomo

per lo scorbuto e riuscì ad assicurare alla corona britannica isole e continenti grazie all'efficienza di tutto il personale di bordo, mantenuto in buona salute: ma l'estrazione dagli agrumi si scontrò da sempre con la difficoltà di riuscire ad isolare i principi della vitamina C per somministrarla.

Frutta e verdura, i limoni in particolare, sono alimenti di difficile conservazione a bordo delle navi; inoltre l'uomo non produce la sostanza della vitamina C e l'organismo non è capace di estrarlo dagli zuccheri, come i canidi e i felidi, attraverso il fegato.

Soltanto negli anni trenta uno scienziato ungherese (il premio Nobel Szent Gyorgy) isolò un ormone simile allo zucchero, l'acido esuronic, la cui sostanza si rivelò analoga a quella della vitamina C; il passo successivo fu procurarsi una forte quantità di vitamina, che fu trovata nella paprika ungherese (paprika = peperoni) non commista a zuccheri e che permise di arrivare alla definizione della struttura dell'acido ascorbico.

Attualmente si raccomanda l'assunzione giornaliera di almeno 60 mg: ma vi sono opinioni molto diversificate su quale sia il ruolo fisiologico di questa molecola e sull'influenza su tutta una serie di malattie alquanto invalidanti, dal morbo di Chron all'Alzheimer al Parkinson, considerando anche la circostanza che oltre un certo ammontare (150 mg al dì) l'organismo la elimina attraverso i reni.

Il maggior uso della vitamina C (circa 50.000 tonn. annue) si verifica nel campo della conservazione degli alimenti dei quali accresce l'acidità impedendo la crescita delle tossine e l'ossidazione.

Ancora all'inizio del ventesimo secolo alcuni esploratori polari credevano che lo scorbuto fosse dovuto a intossicazione da carne avariata; e ciò malgrado gli effetti della somministrazione del limone nella marina britannica e gli eschimesi immunizzati dal consumo di carne fresca di foca (cervello, cuore e reni).

L'esploratore norvegese Amundsen, che raggiunse per primo il polo sud, fondò la sua dieta sulla carne fresca di foca e di cane, percorrendo oltre 2200 chilometri di ritorno al campo base, senza incidenti: gli uomini del comandante Scott, arrivati al polo dopo la spedizione vittoriosa di Amundsen, colpiti da sintomi di scorbuto e maltempo, perirono tutti a solo diciotto chilometri dal deposito di viveri da essi apprestato.

Si può legittimamente immaginare che il mondo sarebbe stato diversamente colonizzato se la scoperta dell'acido ascorbico fosse stata sfruttata da portoghesi e olandesi così come fecero il capitano Cook e la marineria britannica.

Renato Lotti

ORTI: contorni e dintorni

Meno male che ho l'orto! Questo è il pensiero che spesso mi dà sollievo e soddisfazione. E' piccolo, non sta proprio sotto casa, ma è la mia grande valvola di sfogo specialmente in questi tempi segnati dal Covid 19 nei quali meno si bazzicano bar, centri commerciali, piazze e raduni tra amici e parenti e, anche se con grande tristezza, meglio e più al sicuro stiamo.



Il mio orto si trova a Roma Nord tra il Parco delle Sabine e l'Area protetta della Marcigliana a circa 5 chilometri da casa; ed è inserito, assieme a quelli di un'altra cinquantina di ortisti, in un'Azienda Agricola certificata "Bio" che da sei mesi impone anche a noi che tutto ciò che coltiviamo, seminiamo e con-

cimiamo, benché non destinato alla vendita, sia provvisto di "certificazione biologica" ICEA (Istituto per la Certificazione Etica e Ambientale) ai sensi della normativa UE.

Per capirci: io, ad acquistare piantine e sementi, non posso più andare nei "normali" vivai perchè (abbiamo girato in lungo e in largo) sino adesso nessuno di loro certifica la qualità bio. Soltanto pochissime aziende (ne abbiamo trovate una a Latina e una vicino a Guidonia) forniscono le piantine certificate. Le sementi, invece, le troviamo nel mercato telematico di internet.

Però, credetemi, malgrado le iniziali difficoltà di reperimento di ortaggi e sementi i risultati si vedono e come, sorprendendo tutti i nostri sensi: non solo quelli più attinenti come il gusto, l'olfatto e la vista, ma anche quelli del tatto e dell'udito... L'udito? Sì, l'udito, perchè il ronzio di api e quello leggerissimo di coccinelle e altri insetti, da quando coltiviamo **veramente** biologico, ci sembra più musicale, più amico, più sano, più naturale...

Però adesso, voi mi direte: ma perchè ci parla del suo orto? Vuole raccontarci delle insalate, radicchi, finocchi, bietole, broccoli e broccoletti che coltiva, raccoglie e mangia?

No, tranquilli, voglio parlarvi invece della meravigliosa Natura che circonda gli orti. Una meravigliosa Natura che incredibilmente sta a Roma... nella Capitale Metropolitana di Roma: ti allontani di appena un chilometro dai moderni palazzi attorno al Centro Commerciale di Porta di Roma, oltrepassi il GRA e ti ritrovi inaspettatamente immerso nella Natura.

Ettari ed ettari di pratoni e dolci colline, alcuni incolti e altri arati e seminati a erba medica o coltivati a piccoli frutteti. A dir la verità ho anche scoperto che alcune colline sono segnate da scoscesi sentieri zigzaganti che specialmente il sabato e la domenica sono percorsi a tutto gas da motocrossisti... che però non ci

disturbano affatto in quanto le loro acrobatiche e spericolate corse si svolgono a buona distanza e il rumore, se arriva, arriva attutito e quasi impercettibile.

Tutta la zona è un susseguirsi di dolci collinette intervallate da pratoni verdi percorsi da “marane” e rii che garantiscono ottimo habitat a canneti e sambuchi, a macchie di borragine e cardi mariani, a selve di ortica e malva, a cespugli di vitalba e luppolo e a fitti getti di ramolaccio e menta.

Poi, basta passeggiare nei dintorni e raccogli finocchietti, bieta inselvaticita, cicoria, tarassaco, farinello e un'altra miriade di erbe ottime per preparare un'altrettanto ottima “misticanza”. E, nel giusto periodo e con un po' di fortuna, troverai anche qualche fungo e qualche mazzetto di asparagi.

Insomma e lo ripeto, meno male che di questi tempi ho l'orto. E allora parafrasando e giocando con parole e assonanze, posso dire:

“C'è il Covid?... Non temo, io sto accorto perchè c'ho l'orto!!!!”

Viva la Natura... Benedetta sia la Natura... Proteggiamo la Natura e proteggeremo noi e il futuro dei nostri figli.

Ivan Meloni



UNA PAGINA PER VOI...

Invitiamo gli Associati, Lettori e Simpatizzanti ad inviarci loro scritti inerenti la Micologia, la Botanica, l'Ambiente, l'Arte, la Cultura o, anche, la Poesia.

Il Comitato di Redazione sarà ben lieto di accoglierli, esaminarli e pubblicarli nella nostra rivista Naturalmente.

Gli scritti dovranno essere inviati al Coordinatore editoriale Ivan Meloni alla sua mail: **ivanoemeloni@hotmail.it**

OSPITI ILLUSTRI

Il dott. Michele Caputo, laureato in scienze Ambientali nel 2013, micologo dal 2015, collabora con l'Osservatorio dell'Appennino Meridionale dal 2017 nel progetto pilota per la realizzazione di piantine micorrizate con tartufi autoctoni. La dott.ssa Filomena Noemi Iuorio, laureata in scienze e tecnologie delle produzioni animali nel 2008, docente di tecnologia, presidente di Asso Tartufai Campania (associazione riconosciuta con DRD 90 del 15/05/2020 regione Campania), Guardia Zoofila di Accademia Kronos Salerno, collabora con la regione e con enti per la tutela e la salvaguardia del tartufo e dell'ambiente. Siamo lieti di ospitare questi nuovi amici nella nostra rubrica.

Il Tartufo bianchetto di Paestum (Tuber borchii Vitt.)

Fondata dai greci intorno al 600 a.C. la città di Paestum, nel salernitano, è nota per il patrimonio archeologico ancora oggi ben conservato come il tempio di Poseidone, il tempio di Cerere e la Basilica, nonché, per un affresco rinvenuto sulla tomba rappresentante un tuffatore dal quale ha acquisito il nome "la tomba del tuffatore" visibile all'interno del Museo Archeologico, sito nella città di Capaccio Paestum.

Oggi Paestum è nota all'opinione pubblica anche per altro, mi riferisco ad un particolare fungo ipogeo simbiote, appartenente alla divisione degli ascomiceti, famiglia *Tuberaceae*: il "bianchetto di Paestum".

Tra gli anni 50' e 60' la fascia costiera che da Paestum raggiunge Salerno, circa 40 km, è stata impiantata con delle conifere per la maggior parte Pino marittimo, *Pinus pinaster* Aiton. Nel corso degli anni questa pineta ha mostrato di offrire oltre all'azione frangivento, motivo dell'impianto, altri servizi ecosistemici come quello di produrre tartufi, nello specifico il *Tuber borchii*.

Il *Tuber borchii* Vitt. è una delle 9 specie di tartufo che possono essere ricercate e commercializzate come previsto dalla Legge Nazionale n.752/1985 e la Legge Regionale 13/2006 (nel Lazio la LR 82/1988, ndr).



Descrizione:

Corpo fruttifero: globoso di dimensioni modeste può raggiungere i 5-8 cm di diametro;

Peridio: liscio e sottile finemente pubescente di colore dal nocciola chiaro al rosso-ruggine;

Gleba: bruno rossastro, le vene sterili sono bianche;

Aroma: intenso, agliaceo;

Spora: subglobosa reticolata-alveolata con maglie fitte e piccole;

Habitat: conifere e latifoglie;

Periodo di raccolta: da gennaio a fine aprile (calendario regionale);

Rapporto nutrizionale: simbionte.

Da qualche anno, viene svolta a Capaccio Paestum, la consueta festa del tartufo bianchetto di Paestum, organizzata dall'Associazione Tartufai di Paestum con lo scopo sia di valorizzare un prodotto che molti non conoscono, ma anche di educare, coinvolgendo le scuole, a rispettare l'ambiente.

Non sono pochi, infatti, gli atti vandalici prodotti da persone pronte a tutto per ottenere una risorsa economica.

Senza l'ausilio di cani ma muniti di arnesi vari (zappe e rastrelli) si recano in pineta e producono notevoli danni all'ecosistema.

Ricordiamo che la Legge Regionale 13/2006 (nel Lazio la LR 82/1988, ndr) obbliga il cavatore a raccogliere il tartufo segnalato dal cane e di richiudere la buca creata per raccogliere il fungo.



L'attività di contrasto a questi vandali è piuttosto difficile, a tal fine le guardie zoofile e ambientali per supportare i carabinieri forestali, hanno iniziato un'intensa attività di controllo, avendo così, negli ultimi anni, avuto un ruolo chiave nella tutela della fascia pinetata. Periodici controlli hanno permesso di individuare alcuni "fuorilegge" e di scoraggiarne altrettanti. Che l'aria stia cambiando lo si denota anche dall'istituzione nel 2019 dell'associazione Asso Tartufi sezione Campania; gli associati hanno intrapreso numerose iniziative a tutela e salvaguardia dell'ambiente, organizzando giornate di pulizia dell'area naturalistica che ricade all'interno della Riserva Sele-Tanagro e supportando le azioni di controllo delle guardie zoofile, attuando un protocollo di intesa sia con la Riserva che con il nucleo regionale della guardie zoofile di Accademia Krons,

sinergia necessaria a contrastare gli atti vandalici ed educare il cercatore di tartufo.



Numerosi sono le attività di divulgazione, di formazione organizzate dalle associazioni di settore, volte a sensibilizzare l'opinione pubblica, avallando la teoria del filosofo Socrate che diceva "Io non posso insegnare niente a nessuno, io posso solo farli pensare".

Michele Caputo e Filomena Noemi Iuorio

Bibliografia

Granetti B., De Angelis A., Materozzi G., 2005. Umbria terra di tartufi.

Roca E., Santalucia P., Vece A., De falco E., 2016. Guida breve alla raccolta e commercializzazione del tartufo in Campania.

Sitografia

www.Paestumsites.it

www.Vocedistrada.it

XIX Mostra micologica autunnale

Non sappiamo ancora se sarà possibile organizzare questo evento, ormai diventato una piacevole tradizione nel panorama culturale e naturalistico della nostra città. Per la nota pandemia di Covid-19, nel 2020 la Mostra non si è tenuta, ma il miglioramento della situazione sanitaria in Italia, grazie soprattutto alla campagna vaccinale della popolazione, ci fanno concretamente sperare nell'effettuazione della manifestazione.

Tutto ciò premesso, la Mostra si terrà, come nel 2019, nella splendida cornice della Casa della Cultura – Villa De Santis, al Parco Casilino-Labicano, in via Casilina 665, purché sia consentito dalle norme di sicurezza disposte dal V Municipio. L'apertura al pubblico è prevista per i giorni di sabato 6 e domenica 7 novembre 2021, mentre lunedì 8 l'ingresso sarà riservato alla visita delle scolaresche. Ma sin dai giorni precedenti, come sempre, i Soci saranno chiamati a contribuire alla buona riuscita dell'evento, partecipando all'allestimento e smontaggio dell'ambiente, alla raccolta e determinazione dei funghi da esporre, all'accoglienza dei visitatori.

Le attività del secondo semestre 2021

Tutte le iniziative proposte da Nuova Micologia nel semestre, sono definite ed illustrate a cura del Comitato Organizzazione, coordinato da Carmelo Murabito.

Lunedì al Circolo

Le disposizioni di legge in vigore dal 1° luglio, consentono la ripresa dell'attività delle associazioni culturali e ricreative.

Riteniamo pertanto che la ripresa in sede possa avvenire a partire da settembre, con le cautele e le restrizioni che verranno meglio precisate al momento.

In ogni caso, inizieremo a settembre con una sessione del corso di formazione micologica, finalizzato all'autorizzazione alla raccolta dei funghi nel Lazio, come più avanti specificato.

Il programma dei nostri "lunedì al circolo" (conferenze, incontri, conversazioni) verrà stilato sulla base delle possibilità di apertura della sede, del numero massimo dei partecipanti e degli argomenti che verranno individuati. In ogni caso verrà garantita (salvo disposizioni di legge) l'apertura settimanale della sede per attività di segreteria e per esaminare la raccolta dei funghi effettuata nel week end dai soci.

Anche nel caso in cui tali conversazioni non si potessero svolgere in presenza, per continuare ad offrire agli associati una serie di incontri ed approfondimenti sui temi micologici, botanici, naturalistici, verranno effettuate *on line* le conferenze in argomento, con l'uso della piattaforma *Zoom*, già felicemente sperimentata di recente. Tali eventi verranno tempestivamente comunicati mediante posta elettronica.

I nostri corsi

CORSO DI FORMAZIONE MICOLOGICA

Il corso è finalizzato al conseguimento dell'attestato che costituisce ora l'autorizzazione alla raccolta dei funghi epigei (L.R. 32 del 5/8/1998 e succ. mod.).

Le lezioni si svolgeranno nei giorni 13/15/17/20/22/24 settembre 2021 dalle ore 17.10 alle ore 19.30, presso la sede operativa di via Scalo San Lorenzo 16, Roma. Per approfondire quanto appreso nel corso, i partecipanti potranno approfittare dell'escursione didattica organizzata per tutti i soci sabato 25 settembre a Collegiove; per i dettagli si rimanda alla sezione "Escursioni".

La partecipazione al corso è gratuita per i Soci con il solo contributo di 10€ per il materiale didattico. **E' necessario prenotarsi** tramite posta elettronica all'indirizzo **segreteria@nuovamicologia.eu** per poi provvedere **all'iscrizione al corso giovedì 9 settembre** dalle ore 17.00 alle ore 19.00 presso lo stesso circolo, sino al limite massimo di partecipanti suggerito dalle necessarie misure di sicurezza e distanziamento.

Nel caso in cui non si potesse effettuare la formazione in presenza, il corso si svolgerà *on line*, sulla piattaforma *Zoom*, nei medesimi giorni e orari.

Le nostre escursioni

L'emergenza sanitaria sembra finalmente rientrata in termini contenuti; quindi, in piena sicurezza ed evitando assembramenti, potremo riprendere alcune delle attività all'aperto; il programma che segue è appena abbozzato, proprio per l'incertezza ancora esistente, e va confermato e/o completato al momento; invitiamo tutti a seguire le nostre consuete newsletter con le quali daremo tempestiva informazione sulle attività che seguono.

25 settembre 2021: Collegiove

Fausto Museo (tel. 338 3654652) ci accompagnerà alla ricerca di funghi nei boschi della Riserva naturale del monte Navegna e del monte Cervia. Non sappiamo ancora se potremo organizzare anche il pranzo. Appuntamento ore 9.00 nella piazzetta di Collegiove. Prenotazione entro il giorno 22 settembre.

9 ottobre 2021: Oriolo

L'escursione non è stata ancora pianificata nei dettagli.

15-16-17 ottobre 2021: Week end micologico

E' ancora presto per organizzare tale evento, ma, se non ci saranno problemi legati al Coronavirus, la nostra meta potrebbe essere una località del Molise o dell'Umbria.

23 ottobre 2021: Manziana o Bassano Romano

Da definire.

13 novembre 2021: Priverno

Escursione didattica nei boschi di Priverno. Luogo dell'appuntamento, se l'evento verrà confermato: Abbazia di Fossanova.

20 novembre 2021: Santa Severa

Classica escursione di tardo autunno, lungo il litorale laziale. Da confermare.

Dicembre 2021: Pranzo sociale

Lo scorso anno siamo stati costretti a scambiarci gli auguri di Natale a distanza. Speriamo quest'anno di esserci messi alle spalle tutti i problemi e di poterci riabbracciare durante il pranzo, da organizzare in data da definire e in un ristorante che dovremo individuare in tempo utile.

Al termine del pranzo, speriamo di poterci scambiare, come tradizione, il regalino, che ogni partecipante avrà cura di consegnare all'ingresso in sala, in pacco assolutamente anonimo. I "pacchetti" saranno numerati e poi estratti a sorte.





Nuova Micologia – Associazione di Studi Micologici – onlus

Sede operativa: via dello Scalo San Lorenzo n. 16, Roma

Sede legale: via Cesare Brandi 14/F3 – 00133 Roma

Codice fiscale: **97138630583**

web: **www.nuovamicologia.eu**

e-mail: **segreteria@nuovamicologia.eu – nuovamicologia@pec.it**

tel. **375 6177361**

SOCIAL NETWORK

FACEBOOK: <http://www.facebook.com/nuovamicologia>

YOUTUBE: <http://www.youtube.com/nuovamicologia>

TWITTER: <http://twitter.com/nuovamicologia>

Per ricevere le NEWSLETTER chiedere direttamente sul sito o scrivere a
segreteria@nuovamicologia.eu

Iscrizioni. Tale operazione si effettua con la compilazione della **scheda d'iscrizione**, che si può anche scaricare dal sito www.nuovamicologia.eu, sezione “Chi siamo – Come si diventa soci”, e con il versamento della quota annuale. La scheda può essere consegnata presso la sede operativa o spedita all'indirizzo mail dell'Associazione; il versamento della quota può essere effettuato con le modalità di seguito indicate, oppure corrisposto direttamente al Tesoriere.

Versamenti. Qualsiasi versamento a favore dell'Associazione (rinnovi annuali, manifestazioni, ecc.), può essere effettuato sul c/c postale numero **16519043**, intestato a “NUOVA MICOLOGIA – ASSOCIAZIONE DI STUDI MICOLOGICI ONLUS”, oppure tramite “bonifico”, utilizzando il seguente Codice IBAN:

IT82K0760103200000016519043

Quote associative annuali per il 2022.

Tessera junior, per giovani compresi tra 10 e 25 anni.. € 20,00

Rinnovo ordinario (soci 2021)..... € 30,00

Prima iscrizione (*)..... € 40,00

Tessera sostenitore..... da € 60,00 in su.

(*) Si intende “prima iscrizione” anche la ripresa dell'iscrizione dopo l'interruzione di uno o più anni oppure il versamento per rinnovo eseguito dopo il 28 febbraio.

***Naturalmente* – notiziario di Nuova Micologia**

NUMERO VENTIDUE – Secondo semestre 2021

Comitato di redazione: Ivan Meloni (coordinatore),
Antonio Lavagno, Antonella Messina, Andrea Traversi

Disegni di Antonio Spada

I contributi al notiziario (articoli, notizie, informazioni, idee)
vanno inviati per posta elettronica alla casella:

ivanoemeloni@hotmail.it

