FLORA
della SARDEGNA

Luca Murtas

ALBERI

TOMO I

LUCA MURTAS

Istruttore di Survival Sportivo e di Sopravvivenza

Fin dall'alba dei tempi, l'arte del saper riconoscere e utilizzare le piante costituiva una fondamentale abilità da acquisire. I rudimenti dell'arte dovevano essere appresi fin dalla tenera età, specie per coloro che vivevano nei paesi, poiché da quest'arte dipendeva la propria razione di cibo. Tutto ciò avveniva tempo fa, all'epoca in cui si passava parecchio tempo all'aria aperta. E fino all'epoca dei nostri nonni, questa ricchezza si tramandava di generazione in generazione. Questa forma di conoscenza arcaica si trasmetteva attraverso l'esperienza diretta, senza che vi fossero degli studi approfonditi alle spalle, di voce in voce, di mano in mano. Per questo motivo, tale conoscenza era estremamente pratica, e utile nella vita quotidiana, poiché era fatta di nomi, luoghi, leggende. Ogni pianta ha infatti molteplici nomi popolari, che riconducono alle proprietà benefiche o letali, a un fatto accaduto, alla loro forma, a un loro uso. Dalla capacità di riconoscere le piante dipendeva la possibilità di procacciarsi del cibo a costo zero, senza il rischio di essere avvelenati. Saper riconoscere le piante significava poter costruire utensili più robusti e duraturi, e questo perché ogni legno ha le sue caratteristiche di durezza e flessibilità. Questo piccolo compendio botanico vuole essere un collegamento con quel mondo quasi dimenticato, unendo il rigore scientifico delle classificazioni moderne - con le terminologie in uso - alla conoscenza pratica. In sopravvivenza è fondamentale sapere sfruttare con perizia tutti i sensi: per ogni pianta è dunque presente una descrizione visiva, e le note per riconoscerle attraverso l'odore e il tatto. Sono infine descritti gli usi più frequenti per ogni specie: uso alimentare, proprietà officinali, impiego come risorsa, e così via. Proprio perché vuole esser un ricongiungimento con la tradizione perduta, sono riportati, oltre al binomio latino e italiano, anche i nomi in sardo. Sono presenti cinquecento specie botaniche, tipiche dell'area mediterranea, individuate ognuna con un numero. Facile notare che tali numeri si susseguono con dei 'buchi', poiché l'idea di questo lavoro è di farne in futuro un'opera più ampia, aggiungendo via via nuove schede. Le informazioni raccolte derivano dall'osservazione diretta, da qualche racconto, e sono state verificate principalmente sul testo Flora dell'Isola di Sardegna, ARRIGONI P.V., vol. 1/2/3/4/5, C. Delfino ed. Le foto sono state raccolte pazientemente durante le escursioni nel *Sarrabus Gerrei, Gennargentu, Supramontes* e foresta di *Montimannu*.

COME LEGGERE LE SCHEDE

1B1	**Genere specie** (scopritore) subsp. **sottospecie**

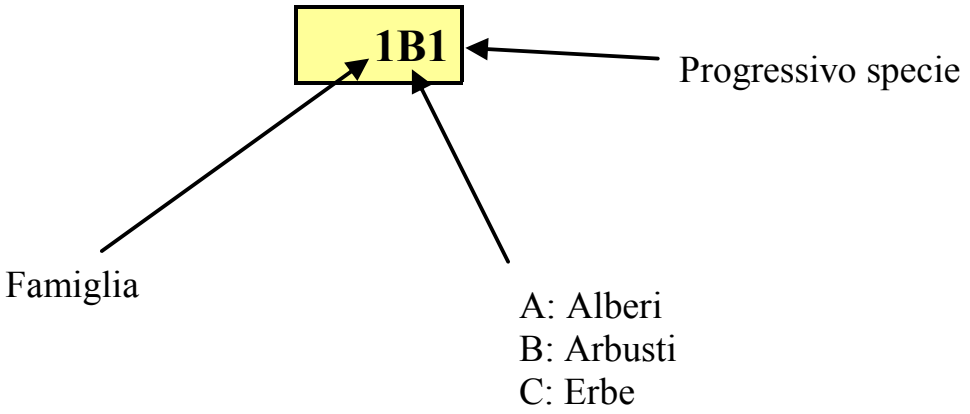
Divisione: Angiospermae/Gymnospermae/Pteridofita	**Famiglia:** xxxxx

Nomi italiani: xxxxx	**Nomi sardi :** xxxxx
Habitat: xxxxx	**Fioritura/Sporificazione: da** mese **a** mese

Descrizione visiva caratterizzazione visiva di tutte le parti della pianta.
Descrizione tattile caratterizzazione tattile delle principali parti della pianta.
Descrizione olfattiva caratterizzazione olfattiva, se rilevante.
Usi In questa sezione vengono riportate le informazioni principali riguardanti gli usi in sopravvivenza: uso del legno, uso alimurgico, ausilio nell'identificazione di aree di interesse. Le applicazioni farmaceutiche e gli usi alimurgici, sebbene sperimentati, sono riportati a mero scopo informativo. Si declina pertanto ogni responsabilità sul loro utilizzo a scopo curativo, estetico o alimentare.
Note Annotazioni di interesse generale.

COME LEGGERE IL RIQUADRO IDENTIFICATIVO

Codice alfanumerico



Colore

1B1	Specie comune, ma senza utilizzi specifici.
1B1	Specie comune, con utilizzi nel campo della sopravvivenza.
1B1	Endemismi, oggetto di tutela.

ALBERI

Indice

SEZIONE
MANCANTE

1A1	**Sambucus nigra** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Adoxaceae
Nomi italiani: Sambuco nero, Sambuco comune	**Nomi sardi :** Sambucu, Scovedu, Sabukku
Habitat: terreni freschi e umidi, corsi d'acqua, fino a 1.400m s.l.m.	**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto o piccolo albero, alto fino a 10m, caducifoglio. ***Chioma***: globosa, espansa, color verde scuro. ***Tronco*:** sinuoso, molto irregolare e ramificato fin dalla base, spesso nodoso. La corteccia è color grigio—bruno, caratterizzata da fessure longitudinali sui rami vecchi. I rami giovani sono verdastri, con piccole placche longitudinali. I rami hanno al loro interno un midollo bianco. ***Foglie*:** imparipennate, opposte, ovate o lanceolate, con margine seghettato. ***Infiorescenze*:** sono vistose ombrelle, con lunghi peduncoli rossi, che sorreggono numerosi fiori di colore bianco o giallo pallido a 6 petali saldati alla base, con 6 stami e 6 antere prominenti, alternate ai petali. ***Frutti:*** sono drupe sferiche di 5mm di diametro, verdi se acerbe, viola scuro quando mature, lucide e succose. Contengono piccoli semi bruni, in numero variabile da 2 a 5.

Descrizione tattile La corteccia si presenta irregolare al tatto.

Descrizione olfattiva Il Sambuco emette un odore dolciastro solo nel periodo della fioritura. Le foglie, se stropicciate, emettono un odore sgradevole.

Usi L'uso del Sambuco in sopravvivenza è controverso. La pianta contiene infatti sostanze tossiche in tutte le sue parti, quali il cianuro e vari alcaloidi. Nonostante ciò, i fiori freschi sono spesso consumati nelle insalate. I frutti, quando sono immaturi, sono invece particolarmente dannosi, in particolar modo i semi. La cottura o la macerazione delle bacche sono sufficienti a neutralizzare i composti cianogenetici. Nel caso di ingestione accidentale, i sintomi dell'intossicazione sono analoghi a quelli della mandorla amara: stato di nausea, vomito, convulsioni o perdita di coscienza. In alcune parti d'Italia (rarissimo in Sardegna), il frutto viene usato per la pesca del *Cavedano*, un pesce d'acqua dolce. Il legno del Sambuco, particolarmente morbido, si presta alla lavorazione con un coltello, e può essere usato per improvvisare cannule con l'estrazione del midollo.

6A1	**Pistacia terebinthus** L.

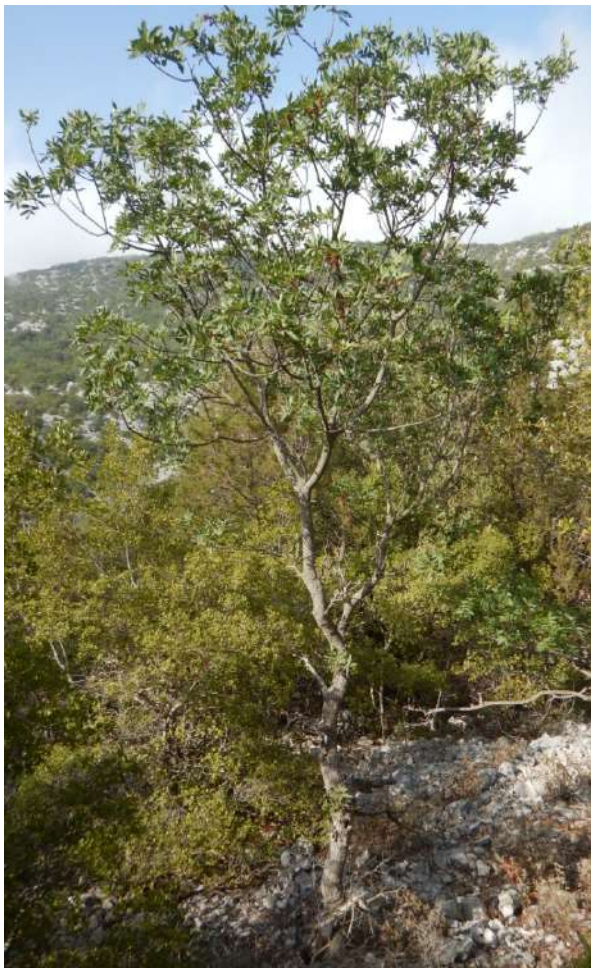
Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Anacardiaceae
Nomi italiani: Terebinto, Cornucopia, Scornabecco.	**Nomi sardi :** Chessa ‘e monte, Còdora, Kessa era, Modditzi era
Habitat: rocce calcaree, ai margini dei boschi o su pendii aridi, fino a 1000 m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto, talvolta piccolo albero alto fino a 8 m, caducifoglio e ramificato. ***Chioma***: mediamente densa, irregolare. ***Tronco*:** eretto. La corteccia è di colore grigio tendente al bruno, irregolare e fessurate nella parte basale o più vecchia, più uniforme sui rami giovani. ***Foglie*:** coriacee, imparipennate, costituite da 3 fino a 9 segmenti ellittici, lanceolati e con margine intero. ***Infiorescenze*:** unisessuali, su piante distinte. Crescono in pannocchie sugli apici dei rami giovani, e sono di colore rosso o bruno. ***Frutti:*** sono drupe ovoidali verdi, con peduncolo, lunghe fino a 7 mm. A maturità divengono color rosso scuro.

Descrizione tattile La corteccia è ruvida al tatto, meno sui rami giovani. Le foglie sono coriacee.

Descrizione olfattiva Le foglie sono molto aromatiche, emettono un intenso aroma di resina e olio.

Usi Il Terebinto è una pianta estremamente resistente alla siccità e al gelo, per via delle sue radici profonde. Specie affine al Lentisco (*Pistacia lentiscus),* si distingue da esso per le foglie più grandi, imparipennate, per le infiorescenze, per essere caducifoglio. Il Terebinto è il portainnesto per il Pistacchio (*Pistacia vera* L.), pianta ad esso simile e diffusa soprattutto in Sicilia (in Sardegna non è presente). In sopravvivenza , il suo legno duro può essere utilizzato per ricavare utensili. Dalla corteccia è possibile estrarre una resina, detta *trementina di chio*, dotata di proprietà astringenti, digestive, emostatiche ed espettoranti. Come il Lentisco, la foglia viene utilizzata come masticatorio per profumare l'alito e rinforzare le gengive. Dai semi è possibile ricavare un prezioso olio alimentare, anche a freddo, come per il Lentisco. La procedura per separare l’olio dal succo è lenta e laboriosa, richiede ciotole e pestelli, e quantità di semi elevate per avere quantità apprezzabili di olio.



9A1	**Ilex Aquifolium** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Aquifoliaceae
Nomi italiani: Agrifoglio	**Nomi sardi :** Agrivoddu, Colostru, Lau spinosu, Olòstriu
Habitat: zone fresche montane, fino a 1.400m s.lm.	**Fioritura:** V—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto o albero sempreverde, alto 10-15 m. ***Chioma***: piramidale, color verde acceso, talvolta verde scuro. ***Tronco*:** eretto, rami orizzontali. La corteccia è verde, soprattutto quella dei rami giovani. Vira verso il grigio-bruno con gli anni. ***Foglie*:** coriacee, lucide, sono alterne e brevemente picciolate. Persistono sulla pianta per 2 o 3 anni. Mostrano uno spiccato polimorfismo, a seconda della zona della pianta in cui crescono: le foglie dei rami inferiori hanno lamina ellittica, ondulata, con margine biancastro e dentato, dotato di 6-8 spine per lato; quelle dei rami superiori e dei polloni sono caratterizzate da lamina intera, con una spina apicale. La spinescenza è la naturale difesa sviluppata dalla pianta per contrastare il morso degli animali. ***Infiorescenze*:** i fiori sono unisessuali, e si sviluppano su piante distinte. Quelli maschili sono bianchi con la corolla orlata di rosso, quelli femminili interamente bianchi; si sviluppano in grappoli all'ascella delle foglie. ***Frutti:*** sono drupe sferiche aventi diametro variabile dai 5 ai 10 mm, ed acquistano un colore rosso vivo quando maturano.

Descrizione tattile L'Agrifoglio ha un aspetto piuttosto 'difensivo'. Le foglie sono immediatamente riconoscibili al tatto per essere quasi legnose, lisce sulle pagine e pungenti sul margine. La corteccia, al contrario, è liscia e uniforme.

Descrizione olfattiva L'agrifoglio è pressoché inodore.

Usi Si tratta di una pianta dai molteplici utilizzi, che occorre distinguere per via delle proprietà tossiche delle drupe. Se ingerite, possono provocare forti dolori addominali. L'ingestione di quantitativi consistenti (10 drupe o più) può portare a convulsioni, sonnolenza e coma. In realtà, in passato si faceva uso della corteccia, opportunamente trattata (si produceva una sorta di vino medicamentoso), per la sua azione febbrifuga. Si anticipava così l'uso del chinino per contrastare gli effetti delle febbri malariche. L'uso delle foglie, come infuso, può essere assimilato a quello della pianta sudamericana Maté (*Ilex paraguariensis*). Un uso sconsiderato può scatenare vomito e diarrea.

18A1	**Alnus glutinosa** (L.) Gaertn.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Betulaceae
Nomi italiani: Ontano nero	**Nomi sardi :** Àbiu, Àlinu, Alnu, Alzu, Mura burda
Habitat: Ambienti umidi, corsi d'acqua, fino a 1.200m s.lm.	**Fioritura:** XII—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde, alto 4– 20 m. ***Chioma***: ovata o piramidale ***Tronco*:** eretto, spesso ramificato alla base. La corteccia appare lucida, di colore verde bruno, con numerose lenticelle trasversali. Gli esemplari più longevi hanno corteccia fessurata, suddivisa in placche. ***Foglie*:** dotate di picciolo corto, sono di colore verde scuro, con lamina obovata o rotonda. Il margine e grossamente dentato. ***Infiorescenze*:** sono presenti infiorescenze maschili e femminili, in gruppi di 3-5 sulla stessa pianta. Quelle maschili sono amenti apicali giallo- bruni, lunghi 6-8ccm. Quelle femminili sono ovoidali, lunghe 5-6mm. ***Frutti:*** sono achenoconi legnosi di circa 2 cm, ovoidali.

Descrizione tattile Foglie e rami giovani sono vischiosi al tatto.

Descrizione olfattiva L'Ontano nero è pressoché inodore.

Usi L'Ontano nero vegeta nelle zone d'acqua dolce, presso fiumi e zone paludose. Spesso forma boschi e cespugli con salici e pioppi. L'uso principale dell'Ontano nero è legato alla qualità del suo legno, omogeneo e semiduro, adatto per i lavori d'intaglio. Se tagliato, il legno appare di colore giallo, virando verso il rosso-arancio con la stagionatura. Il legno non è adatto per costruire manufatti durevoli nel tempo, specie se esposto all'aria senza trattamento. In acqua mantiene caratteristiche di estrema durezza, tanto che in passato se ne faceva largo uso nella realizzazione di palafitte.

18A2	**Ostrya Carpinifolia** Wendl.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Betulaceae
Nomi italiani: Càrpino nero, Carpinella	**Nomi sardi :** Àlinu ’e monte, Àurri, Càrpinu
Habitat: zone montane e collinari, fino a 1.200m s.lm.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero o arbusto caducifoglio, alto fino a 20m. ***Chioma***: densa, allungata. ***Tronco*:** eretto, slanciato. Corteccia lucida sui rami giovani, color bruno scuro, ruvida e a placche sui parte basale e rami vecchi, color grigio-bruno. ***Foglie*:** lanceolate, ovate, con nervature ben marcate su pagina superiore e inferiore, margine seghettato. ***Infiorescenze*:** fiori femminili e maschili sono amenti penduli, che crescono sulla stessa pianta. I primi sono lunghi fino a 5cm, i secondi fino 12 cm. Frutti: sono acheni avvolti da brattee giallognole, precisamente achenoconi.

Descrizione tattile La corteccia della parte basale è ruvida, i rami giovani sono lisci. I frutti sembrano trucioli al tatto.

Descrizione olfattiva Il carpino nero è pressoché inodore.

Usi: Come molte altre specie, il carpino è originario del Mediterraneo orientale e delle regioni caucasiche. Nei boschi (specie in Sardegna e Corsica), vegeta nelle aree montane insieme a Leccio e Roverella. In sopravvivenza, l’uso principale è quello del legno, di colore rosso-bruno, che essendo compatto può essere utilizzato per lavori di tornitura o per costruire utensili, giavellotti o frecce. Il legno è ottimo per il mantenimento di fuochi, o per produrre carbone. In particolare, il suo carbone può essere utilizzato come componente nelle cannucce potabilizzatrici.

25A1	**Celtis australis** L. subsp. **australis**

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Cannabaceae
Nomi italiani: Bagolaro, Perlaro, Spaccasassi	**Nomi sardi:** Cigràxia, Sugraxa, Urriake
Habitat: zone aride, sassose, litorali, fino a 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 25 m. ***Chioma***: densa e globosa. ***Tronco*:** eretto, robusto, generalmente presto ramificato, che in età adulta mostra profonde scanalature alla base. I rami primari sono robusti, mentre quelli secondari sono flessibili, con portamento pendulo. La corteccia è cinerea, dall'aspetto regolare. ***Foglie*:** ovate o lanceolate, con margine seghettato, acuminate all'apice. La pagina superiore è di colore verde scuro, quella inferiore più chiara e tomentosa. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali ed ermafroditi, che si sviluppano a grappoli nella medesima infiorescenza. ***Frutti:*** sono piccole drupe sferiche, aventi diametro variabile dai 6 ai 10 mm, verdi se acerbe, blu—nerastre a maturità, commestibili. ***Radici:*** particolarmente robuste, tendono a frammentare le rocce (da cui il nome spaccasassi).

Descrizione tattile La corteccia è liscia, mentre le foglie sono ruvide sulla pagina superire, ed oppongono resistenza allo sfregamento. La pagina inferiore è tomentosa.

Descrizione olfattiva La pianta emette un blando profumo dolciastro, più intenso quando i frutti sono maturi o marciscono al suolo.

Usi Pur non essendo parte della vegetazione autoctona, il Bagolaro è naturalizzato e diffuso in molte aree del Mediterraneo, soprattutto nelle città e loro dintorni, dove talvolta cresce spontaneo. Si tratta di una specie utile principalmente nella sopravvivenza urbana, sebbene sia facile trovarlo anche in aperta campagna, nella macchia, nelle radure e vicino ai boschi di latifoglie. Due sono gli usi principali. Il primo è quello del legno: tenace, flessibile e durevole, è spesso usato per la costruzione di utensili (agricoli e perfino strumenti musicali), ed in passato con esso venivano costruiti i gioghi per i buoi. Il legno del Bagolaro è anche un ottimo combustibile. Il secondo uso è quello alimentare: i frutti, detti bàgole, sono commestibili e di sapore dolciastro. La polpa, può causare effetti lassativi.

35A1	**Corylus avellana** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Corylaceae
Nomi italiani: Nocciolo comune	**Nomi sardi :** Nughedda, Nuxedda, Oddana, Vellana
Habitat: radure boschive, macchie, fino a 1.600m s.l.m.	**Fioritura:** XII—II

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero, talvolta arbusto caducifoglio, alto fino a 5 m, spesso provvisto di polloni basali. ***Chioma***: globoso-espansa. ***Tronco*:** eretto, corteccia lucida e caratterizzata da lenticelle trasversali, con solchi ad anello sui rami più vecchi. ***Foglie*:** alterne e brevemente picciolate, con forma ellittica o rotonda. La base della foglia è cuoriforme, mentre l'apice è acuminato. Il margine è dentato. La pagina superiore della foglia è di colore verde intenso, mentre quella inferiore è più chiara, con evidenti nervature. ***Infiorescenze*:** i fiori maschili sono amenti penduli lunghi circa 8 cm, raggruppati in gruppi di 2 o 3, di colore rosa, successivamente giallo. I fiori femminili sono piccole gemme, con un ciuffo di colore rosso acceso sulla sommità. Fiori maschili e femminili sono presenti sulla stessa pianta. La fioritura precede la fogliazione. ***Frutti*:** (le nocciole) sono acheni raccolti in gruppi da 2 a 6, avvolti da brattee sfrangiate e pubescenti.

Descrizione tattile La corteccia è liscia al tatto, mentre i rami giovani e le foglie sono coperti da peluria, come anche le brattee che avvolgono le nocciole.

Descrizione olfattiva Le foglie, se sfregate, emettono un forte odore di erba tagliata.

Usi Il Nocciolo, originario dell'Asia Minore, si trova in Sardegna solo nelle zone montane, dove viene coltivato. Può essere impiegato per scopi alimentari e nella costruzione di utensili. Il legno, di colore bianco o bruno chiaro, spesso si presenta privo di nodi, grazie al rapido sviluppo dei polloni. Questo fatto rende il legno particolarmente uniforme. In particolare, il legno del Nocciolo è noto per la sua grande flessibilità. Queste caratteristiche lo rendono particolarmente utile nella realizzazione di semplici archi da caccia. Gli archi realizzati in nocciolo, se con perizia, garantiscono efficacia ed affidabilità nel tempo. I frutti, le nocciole, sono particolarmente energetiche, apportando 628 kcal per 100 g. Il contenuto di fenoli e flavonoidi conferisce proprietà infiammatorie. Utile come reintegratore salino, fornisce soprattutto potassio, fosforo e magnesio.

38A1	**Cupressus sempervirens** L.

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Cupressaceae
Nomi italiani: Cipresso comune	**Nomi sardi :** Cipressu, Ciprèssiu, Arcipressu.
Habitat: termofilo, cresce su substrati diversi, da 0 a 800m s.l.m.	**Antesi:** II— IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde longevo, alto fino a 50m. ***Chioma***: Subsp. **pyramidalis***:* conico-piramidale allungata, con parte sommitale appiattita, ramificata dal basso. Subsp. **horizontalis**: espansa con rami patenti. I rametti giovani si espandono in tutte le direzioni. Hanno sezione circolare-quadrangolare. ***Tronco*:** diritto e robusto. La corteccia è grigio-bruna, piuttosto fibrosa e sottile, con fessure longitudinali. ***Foglie*:** sono minute, ridotte a squame subtriangolari di circa 1mm. Sono di colore verde scuro, tendente al grigio. Sono disposte in 4 file strettamente embriciate attorno ai giovani ramuli. ***Infiorescenze*:** unisessuali, presenti sulla stessa pianta (monoica). Quelli maschili sono microsporofilli di 6mm, gialli e posti sull'apice dei ramuli. Quelli femminili sono macrosporofilli di 10mm, posti su brevi peduncoli e squamosi. ***Frutti:*** i fiori femminili sviluppano, dopo l'impollinazione, degli strobili subsferici. Di consistenza legnosa, sono verdi se acerbi, bruni a maturità. Nell'ultima fase dello sviluppo, le squame a forma di scudo mucronato si allontanano le une dalle altre, liberando da10—20 semi alati e angolosi. ***Radici:*** apparato profondo, che si insinua nelle rocce tramite fittoni., in grado di coprire superficialmente vaste aree.

Descrizione tattile La corteccia è molto fibrosa al tatto, talvolta resinosa.

Descrizione olfattiva La foglie sono dotate di ghiandole resinifere, che conferiscono al Cipresso il caratteristico aroma canforato-resinoso.

Usi Il Cipresso ha molteplici utilizzi. In campo farmaceutico, consente il trattamento di irritazioni bronchiali transitorie attraverso suffumigi, grazie alla presenza di olii essenziali quali *furfurolo*, *terpenolo*, *pinene*, *cimolo* e *cedrolo*.Il legno del Cipresso è estremamente duro e compatto, durevole nel tempo e inattaccabile dai tarli. Oltre che un ottimo combustibile (raro da rimediare in natura), è particolarmente adatto per la realizzazione di utensili resistenti all'acqua, tanto da poter essere utilizzato per le ossature di zattere improvvisate. In passato era utilizzato per realizzare imbarcazioni complete.

38A2	**Hesperocyparis arizonica** (Greene) Bartel

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Cupressaceae
Nomi italiani: Cipresso dell'Arizona glabro	**Nomi sardi :** Cipressu, Ciprèssiu
Habitat: termofilo, cresce su substrati silicei o calcarei, da 0 a 1.400m s.l.m., originaria del Messico e dell'Arizona	**Antesi:** V — IX

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde con portamento snello, alto fino a 20m. ***Chioma***: formata da rami orizzontali, con rami secondari pendenti verso il basso. Si riconosce per il colore verde glauco, quasi grigio. ***Tronco*:** diritto e robusto. La corteccia è bruno-rossastra. È caratteristicamente squamosa negli esemplari giovani e nei rami, tende a diventare rugosa con l'età. Le squame tendono ad arricciarsi verso l'alto, scoprendo il tronco verde-grigio. ***Foglie*:** sono squamiformi-ovate, lunghe circa 2mm, di colore grigio-azzurro e glandolose. Spesso presentano essudazioni di resina bianca. ***Infiorescenze*:** unisessuali, presenti sulla stessa pianta (monoica). Quelli maschili sono microsporofilli di 6mm, gialli e posti sull'apice dei ramuli. Quelli femminili sono macrosporofilli di 10mm, posti su brevi peduncoli e squamosi. ***Frutti:*** sono strobili sub-globosi di 1-2cm di diametro, peduncolati e riuniti in gruppi. Sono di colore rosso bruno, ma sono avvolti da una pruina glaucescente. Ogni strobilo è formato da 6-8 squame mucronate, che maturano al secondo anno, pur rimanendo a lungo sulla pianta. I semi sono allungati, e sono dotati di un'ala stretta. ***Radici:*** apparato profondo, che si insinua nelle rocce tramite fittoni., in grado di coprire superficialmente vaste aree.

Descrizione tattile La corteccia è molto squamosa, formata da riccioli bruni rivolti verso l'alto. Le foglie sono spesso viscose per via delle abbondanti ghiandole resinifere.

Descrizione olfattiva Rispetto agli altri cipressi, questa varietà ha un odore meno gradevole, particolarmente intenso quando le foglie vengono bruciate.

Usi Il legno del Cipresso è estremamente duro e compatto, durevole nel tempo e inattaccabile dai tarli, oltre che un ottimo combustibile. Questa varietà è spesso utilizzata come siepe frangivento nei campi e nei frutteti.

38A3	**Juniperus oxycedrus** L. subsp. **deltoides** N.G. Passal.

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Cupressaceae
Nomi italiani: Ginepro ossicedro	**Nomi sardi :** Ghinìperu, Innìpiri, Nìbaru, Zinnìbiri
Habitat: zone costiere, macchia aree collinari e montane, da 0 a 1.200m s.l.m.	**Antesi:** II—IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto o albero sempreverde, alto fino a 12 m, con portamento piramidale negli esemplari giovani, poi espanso e irregolare negli esemplari più longevi. ***Chioma***: densa, impenetrabile. ***Tronco*:** spesso contorto, estremamente duro e tenace, con una corteccia fibrosa e fessurata longitudinalmente. ***Foglie*:** coprono fittamente i rami, sono aghiformi e pungenti, caratterizzate da due linee biancastre sulla pagina superiore. ***Infiorescenze*:** Essendo una specie dioica, i fiori maschili e femminili crescono su piante distinte, e sono poco appariscenti. ***Frutti:*** sono bacche rotonde, con maturazione biennale, con diametro dai 5 ai 15 mm. Sono dapprima verdi, successivamente virano verso il rosso scuro.

Descrizione tattile La corteccia è molto fibrosa al tatto, talvolta resinosa.

Descrizione olfattiva Il profumo del ginepro è quello caratteristico della resina, e si fa più intenso dopo le piogge.

Usi Il ginepro è la pianta della vita per eccellenza: longeva e a crescita lenta (arriva ad avere mille anni), vive con pochissime risorse e cresce ovunque il clima lo consenta, resistendo e adattandosi alle condizioni più difficili. Rappresenta un po' lo spirito della sopravvivenza. In Sardegna si ha grande rispetto di questa pianta, tanto da essere una delle poche specie salvate dalla deforestazione, e che ora vegeta con le foreste ricresciute e si distingue per la sua età. Molto simile alla sottospecie *macrocarpa*, si distingue da essa per le foglie e le bacche più piccoli. In sopravvivenza, l'uso maggiore è quello del legno, famoso per la sua durezza e impermeabilità. Il legno ha un grande potere calorifico, essendo impregnato di olii essenziali. Le bacche (o le foglie) possono essere utilizzate per fare infusi, con proprietà antisettiche per le vie urinarie e respiratorie. I suffumigi hanno funzione espettorante. Bacche e foglie sono utili anche per dare aroma alla selvaggina o al pane.

38A4	**Juniperus oxycedrus** L. subsp. **macrocarpa**

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Cupressaceae
Nomi italiani: Ginepro coccolone	**Nomi sardi :** Ghinìperu, Innìpiri, Zinnìbiri
Habitat: zone costiere, macchia aree collinari e montane, da 400 a 1.400m s.l.m.	**Antesi:** II—IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto o albero sempreverde, alto fino a 12 m, con portamento piramidale negli esemplari giovani, poi espanso e irregolare negli esemplari più longevi. ***Chioma***: densa, impenetrabile. ***Tronco*:** spesso contorto, estremamente duro e tenace, con una corteccia fibrosa e fessurata longitudinalmente. ***Foglie*:** coprono fittamente i rami, sono aghiformi e pungenti, caratterizzate da due o tre linee biancastre sulla pagina superiore. ***Infiorescenze*:** Essendo una specie dioica, i fiori maschili e femminili crescono su piante distinte, e sono poco appariscenti. ***Frutti:*** sono bacche rotonde, con maturazione biennale, con diametro dai 14 ai 20 mm. Sono dapprima verdi, successivamente virano verso il rosso scuro.

Descrizione tattile La corteccia è molto fibrosa al tatto, talvolta resinosa.

Descrizione olfattiva Il profumo del ginepro è quello caratteristico della resina, e si fa più intenso dopo le piogge.

Usi Molto simile alla sottospecie *deltoides*, si distingue da essa per le foglie più grosse e le bacche più grandi. In sopravvivenza, l'uso maggiore è quello del legno, famoso per la sua durezza e impermeabilità. Preso nel periodo giusto, specie in Sardegna, viene utilizzato per la costruzione dei coìles (rifugi dei pastori). Il legno ha un grande potere calorifico, essendo impregnato di olii essenziali. Le bacche (o le foglie) possono essere utilizzate per fare infusi, con proprietà antisettiche per le vie urinarie e respiratorie. I suffumigi hanno funzione espettorante. Bacche e foglie sono utili anche per dare aroma alla selvaggina o al pane.

38A5	**Juniperus phoenicea** L.

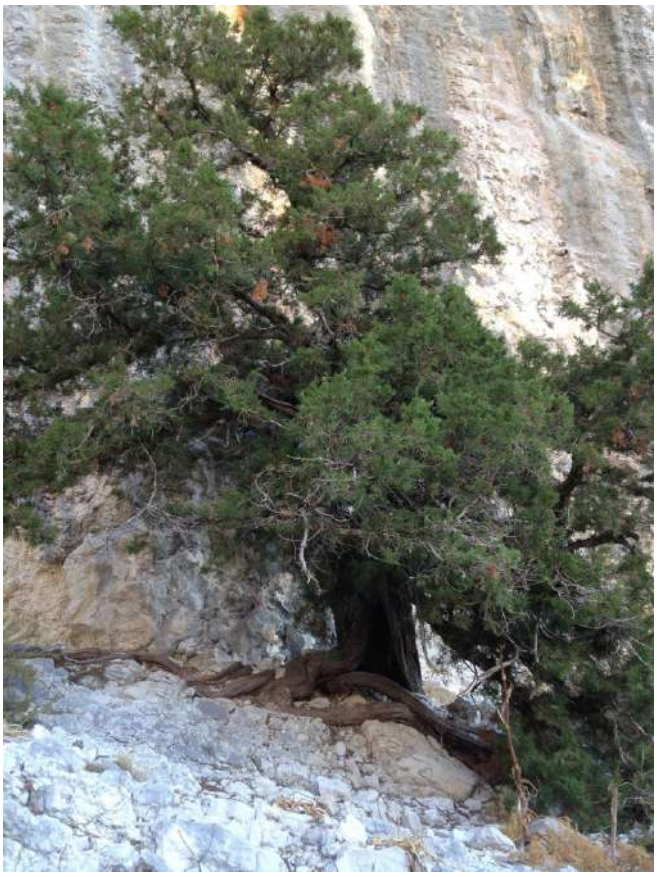
Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Cupressaceae
Nomi italiani: Ginepro fenicio, Cedro licio, Ginepro licio	**Nomi sardi :** Ghinìparu fèmina, Jàccia, Zinnìpiri fèmina, Zinnìbiri masedu
Habitat: zone costiere e macchie, da 0 400 a 1.400m s.l.m.	**Antesi:** III —IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto o albero sempreverde, alto fino a 8 m, con portamento piramidale negli esemplari giovani, poi espanso e irregolare negli esemplari più longevi. ***Chioma***: densa. ***Tronco*:** spesso contorto, estremamente duro e tenace, irregolare e ramificato fin dal basso, con una corteccia fibrosa e fessurata longitudinalmente. Di color grigio—bruno, desquamandosi lascia intravedere il colore rosso dello strato sottostante. ***Foglie*:** Nelle piante giovanissime, e nei rami basali, sono aghiformi, fitte, simili a quelle dell'*oxycedrus*. Sono embricate e squamiformi nella chioma di tutti gli esemplari adulti. ***Infiorescenze*:** Essendo una specie dioica, i fiori maschili e femminili crescono su piante distinte. Quelli maschili sono giallastri, quelli femminili verdi. ***Frutti:*** sono bacche rotonde, con maturazione biennale, contenenti fino a 10 semi. Sono dapprima verdi, successivamente virano verso il rosso—bruno.

Descrizione tattile La corteccia è molto fibrosa al tatto, talvolta resinosa.

Descrizione olfattiva Il profumo del Ginepro è quello caratteristico della resina, e si fa più intenso dopo le piogge.

Usi Il Ginepro è la pianta della vita per eccellenza: longeva e a crescita lenta (arriva ad avere mille anni), vive con pochissime risorse e cresce ovunque il clima lo consenta, resistendo e adattandosi alle condizioni più difficili. Rappresenta un po' lo spirito della sopravvivenza. Preso nel periodo giusto, specie in Sardegna, viene utilizzato per la costruzione dei coìles (rifugi dei pastori). Il legno ha un grande potere calorifico, essendo impregnato di olii essenziali. La corteccia, sfilacciandosi in strisce più o meno robuste, può essere utilizzata per improvvisare del cordame con opportuni intrecci. Le bacche (o le foglie) possono essere utilizzate per fare infusi, con proprietà antisettiche per le vie urinarie e respiratorie. I suffumigi hanno funzione espettorante. Bacche e foglie sono utili anche per dare aroma alla selvaggina o al pane.



49A1	**Acacia saligna** (Labill.) H.L. Wendl.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fabaceae
Nomi italiani: Acacia Saligna, Mimosa a foglie strette	**Nomi sardi :** Accàciu
Habitat: Zone costiere e terreni poveri, fino a 400m s.l.m.	**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde, alto 4-10 m. ***Chioma***: globoso-espansa, color verde glauco, più chiaro sul finire dell'estate per via della rigenerazione dell'apparato fogliare. ***Tronco*:** eretto, la corteccia sfuma dal grigio dei rami giovani al bruno. ***Foglie*:** lanceolate o lungamente lineari, lunghe 5-15 cm e larghe 1-3 cm, con evidente nervatura mediana. ***Infiorescenze*:** fiori gialli disposti in capolini globosi di circa 1 cm di diametro. ***Frutti*:** sono legumi brunastri, con strozzature evidenti, che disperdono dai 4 a10 semi neri.

Descrizione tattile La corteccia riveste l'albero come una guaina spessa e pressoché liscia, specie sui rami non troppo vecchi. Al contrario, sui rami vecchi e in particolare nel tronco, tende a spaccarsi e sfibrarsi. Le foglie sono coriacee.

Descrizione olfattiva: Foglie e corteccia non hanno aromi particolari. Soltanto il fiore è caratterizzato da un profumo intenso.

Usi: Questa specie è originaria dell'Australia, ma è stata introdotta nel bacino del Mediterraneo per via della sua rusticità. In Sardegna è ben acclimatata, ed è diffusa soprattutto nelle zone litoranee e negli incolti, ai bordi delle strade dei centri costieri. La si utilizza come frangivento. Nella sopravvivenza gli usi sono limitati: il legno è piuttosto fragile, con scarsa durezza. Se bruciato tende a sviluppare poca brace e a consumarsi in fretta. La corteccia, sfilacciata, può essere impiegata per fare cordame improvvisato, ma con tenuta limitata.

49A2	**Ceratonia siliqua** L.

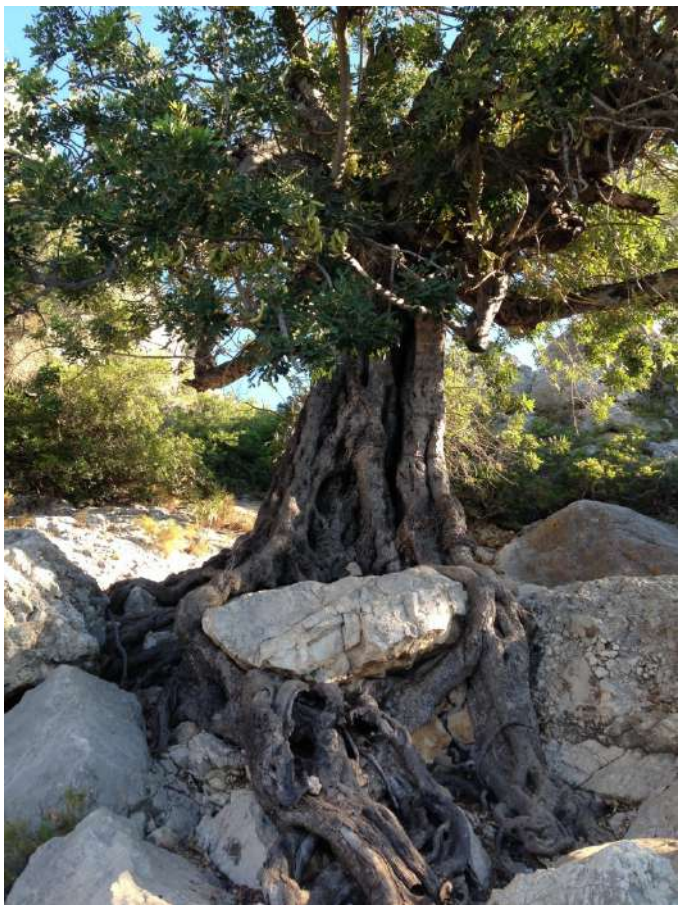
Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fabaceae
Nomi italiani: Carrubo, Siliqua	**Nomi sardi :** Carruba, Garrofa, Silimba
Habitat: Macchia,garighe aride costiere, fino a 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** VII—XI

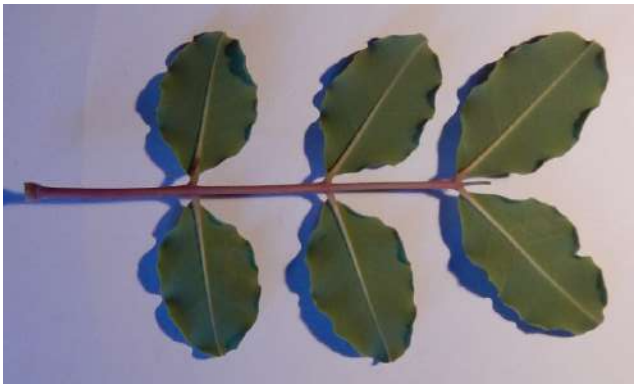
Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde alto fino a 15 m. ***Chioma***: espansa, densa. ***Tronco*:** tortuoso e rugoso, fessurato trasversalmente sui rami col passare degli anni. I rami più giovani hanno un aspetto nodoso. ***Foglie*:** paripennate, coriacee, di colore verde scuro, con la pagina superiore lucida, quella inferiore più pallida e opaca. ***Infiorescenze*:** presenta fiori maschili, femminili ed ermafroditi, riuniti in racemi appesi direttamente ai rami. Solitamente, i fiori maschili e femminili sono presenti su piante differenti. ***Frutti*:** le carrube: legumi penduli appiattiti, lunghi 10-20cm, verdi se acerbi, marrone scuro alla maturità. I semi, lenticolari, sono contenuti all'interno dei legumi, e sono detti carati.

Descrizione tattile La corteccia è ruvida al tatto. Le foglie coriacee. I rami, nodosi, sono piuttosto fragili.

Descrizione olfattiva Il Carrubo, specie quando i frutti sono maturi, emette un odore caratteristico, simile a quello dello sperma umano.

Usi Il Carrubo è originario dell'Asia Minore, e diffuso in tutte le aree del Mediterraneo. In passato veniva coltivato per l'utilizzo dei semi come unità di misura del peso per metalli e pietre preziose (il *carato*, pari a 0.2g). Un altro importante uso, anche nella sopravvivenza, è il consumo dei legumi, carnosi e zuccherini. Per 100g di carruba si ricavano circa 222 kcal. Le carrube sono una fonte di antiossidanti (flavonoidi), e costituiscono un integratore di zinco, potassio, calcio e fosforo, nonché vitamina E (proprietà oftalmiche, migliora l'efficienza del sistema immunitarie) e K (favorisce la coagulazione del sangue e contribuisce al rafforzamento osseo). Le carrube possono essere consumate crude. Il legno del Carrubo non è uno dei migliori per l'accensione di fuochi, ed è piuttosto fragile.





49A3	**Genista aetnensis** (Biv.) DC.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fabaceae
Nomi italiani: Ginestra dell'Etna	**Nomi sardi :** Scova, Tiria, Inestra. Adanu
Habitat: Margini dei boschi, radure: Endemismo originario della Sardegna e della Sicilia, diffuso in Calabria, Molise e Campania, fino a 2.200m s.l.m.	**Fioritura:** VI—VIII

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto caducifoglio, talvolta piccolo albero alto fino a 12m. ***Chioma***: mediamente fitta. ***Tronco*:** presenta una corteccia brunastra, mentre i rami più giovani, molto flessibili, sono verdi e striati. ***Foglie*:** sono ovate, lineari, lanuginose, lunghe 5-10mm. Cadono con la fioritura. ***Infiorescenze*:** sono particolarmente vistose, disposte in lunghi racemi. I singoli fiori hanno un breve calice, campanulato. Presentano morfologia papilionacea e sono caratteristicamente gialli. ***Frutti*:** sono brevi legumi ricurvi di 10-20mm x 5mm, con un minuto rostro terminale. Rimangono attaccati ai rami giovani e verdi. Contengono 2-4 semi ovoidi neri o brunastri.

Descrizione tattile I rami più giovani, che ricordano aghi di pino poco fitti, sono angolosi e striati.

Descrizione olfattiva I fiori sono molto profumati.

Usi Nessun uso noto.

49A4	**Robinia pseudoacacia** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fabaceae
Nomi italiani: Falsa acacia, Robinia	**Nomi sardi :** Acàssia, Accàciu aresti, Carruba aresta
Habitat: scarpate, luoghi incolti, bordi delle strade, fino a 1.400m s.l.m.	**Fioritura:** V—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 20m. ***Chioma***: ampia, poco densa. ***Tronco*:** eretto, spesso biforcuto dalla base, ramificato. La corteccia è color grigio—bruno, compatta sui rami giovani, progressivamente fessurata su quelli vecchi. ***Foglie*:** imparipennate, lunghe dai 20 ai 30 cm, composte da 10—15 segmenti ellittici a margine intero, color verde chiaro. L'evoluzione ha trasformato le stipole in spine robuste. ***Infiorescenze*:** fiori raccolti in racemi penduli, che crescono all'ascella delle foglie. Hanno una corolla bianca, lunga dai 10 ai 20 mm, con la parte basale gialla. Frutti: sono legumi lunghi 8—10 cm, glabri, di colore bruno e appiattiti.

Descrizione tattile La corteccia appare irregolare al tatto, e le foglie morbide.

Descrizione olfattiva La Robinia emana un caratteristico odore dolciastro durante la fioritura, ed è una pianta mellifera.

Usi la Robinia è originaria dell'America nord-orientale, e fu importata in Europa nel XVII secolo. Pur non essendo parte della vegetazione tipica mediterranea, è una pianta naturalizzata e diffusa in tutto il Mediterraneo, specie vicino a città, strade e centri abitati. In sopravvivenza, specie quella urbana, il suo uso principale è quello alimentare. I fiori infatti sono commestibili, dal sapore gradevole, e costituiscono un valido apporto di zuccheri. Anche il legno può rivelarsi utile, essendo un ottimo combustibile ed avendo caratteristiche di durezza e compattezza.

50A1	**Castanea sativa** Mill.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fagaceae
Nomi italiani: Castagno comune	**Nomi sardi :** Castanza, Kastagna, Kastàngia
Habitat: Zone montane interne, terreno siliceo, al di sopra dei 500m s.l.m.	**Fioritura:** V—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 30m. ***Chioma***: globosa, espansa e irregolare. ***Tronco*:** robusto, ramificato, corteccia di colore bruno, fessurata longitudinalmente, lucida su rami giovani. Spesso è accompagnato da polloni basali. ***Foglie*:** verdi e lucide, con evidente nervatura centrale, con lamina lanceolata e margine seghettato, lunghe da 5 a 20cm. ***Infiorescenze*:** i fiori maschili sono amenti eretti di colore bianco-kaki. Le infiorescenze femminili sono disposte alla base degli amenti maschili. ***Frutti:*** cupole spinose, dette ricci o trimosi, che si aprono a maturità in 3 valve. All'interno dei ricci sono presenti le castagne, acheni lucidi di colore marrone scuro.

Descrizione tattile La corteccia è liscia al tatto, specie sui rami giovani, ruvida sui rami vecchi.

Descrizione olfattiva La fioritura del Castagno diffonde un blando odore dolciastro, che ricorda la farina della castagna.

Usi In sopravvivenza, il Castagno è una pianta particolarmente utile. La castagna è infatti uno dei frutti di bosco per eccellenza, commestibile e saporito, che può essere mangiato sia crudo che cotto. Fornisce circa 170 kcal per 100g, ed è dunque una ottima fonte energetica. Il consumo permette anche di reintegrare sali minerali come il potassio (utili contro i dolori reumatici) e il calcio. Le foglie sono utilizzate per fare decotti contro il raffreddore. Il legno, infine, è uno dei più versatili nella costruzione di utensili, o pali di legno, o armi da archeologia sperimentale come l'Atlatl, o altri giavellotti. La corteccia, sfilacciata, è molto utile per realizzare del cordame con le tecniche di intreccio.

50A2	**Quercus ilex** L. subsp. **ilex**

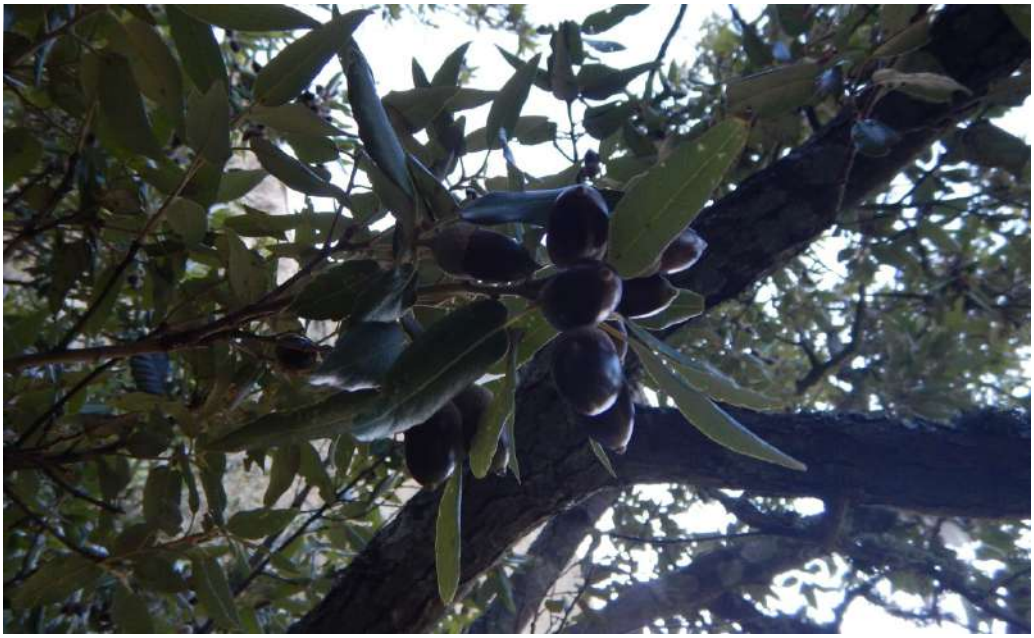
Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fagaceae
Nomi italiani: Leccio , Elce	**Nomi sardi :** Ìlixi, Èlighe, Èligi, Ìbixi, Ìlighe
Habitat: boschi sempreverdi, macchie, fino a 1.800m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde imponente, alto fino a 35 m. ***Chioma***: espansa, color verde scuro. ***Tronco*:** eretto, possente, con corteccia scura. ***Foglie*:** coriacee, lanceolate oppure ellittiche, con pagina superiore lucida, color verde scuro. Pagina inferiore grigia, tomentosa. Il margine talvolta è dentellato. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. I fiori maschili sono amenti penduli giallastri e farinosi, quelli femminili sono piccole spighe che crescono all'ascella delle foglie. ***Frutti:*** sono ghiande ovoidali, parzialmente avvolte da una cupola tomentosa, provvista di squame grigie.

Descrizione tattile La corteccia è ruvida su tutti rami. I rami giovani sono tomentosi, come la pagina inferiore delle foglie.

Descrizione olfattiva Come gran parte delle querce, il Leccio non ha un profumo facilmente riconoscibile. Per chi riesce a distinguerlo, l'odore è quello dell'humus e del tannino.

Usi Si tratta della quercia tipica dell'ambiente mediterraneo, specialmente dei climi aridi. I boschi di Leccio più estesi sono presenti in Sardegna, e talvolta sono costituiti solo da questa specie. Esiste una specie simile, la Quercia spinosa (*Quercus coccifera*), che si distingue per via dell'aspetto cespuglioso. Le foglie sono più piccole, glabre sulla pagina inferiore, rotondeggianti, con margine spinoso. Il legno duro può essere usato per costruire utensili; è uno dei più adatti per il mantenimento di fuochi, specie per la cucina trappeur, o per accendere le torce svedesi. Quest'ultima pratica deve essere presa in considerazione solo qualora vi fosse la disponibilità di ciocchi, lasciati dai lavori di pulizia della forestale, nel rispetto della foresta. Le ghiande sono state per lungo tempo una risorsa per l'alimentazione umana, sotto varie forme. Tre sono i metodi utili per ricavarne del cibo: la bollitura, la tostatura e il decotto. La bollitura deve essere prolungata, e dalla ghianda lessa si ricava una farina utile per la panificazione. La tostatura deve avvenire alla temperatura di 200°C per 1 ora. Il trattamento deve essere fatto con un recipiente metallico forato, fatto girare continuamente sul fuoco. Attraverso la tostatura è possibile ricavare un surrogato del caffè. I decotti, infine, hanno effetti astringenti ed antidiarroici. Le ghiande essiccate, come la farina estratta, hanno un alto valore energetico (circa 450 kcal/100g). Contengono carboidrati (50-60%), proteine (6-8%), grassi insaturi (25-35%), e sono fonte di calcio, fosforo e potassio. Le ghiande contengono notevoli quantità di tannini. Molte delle sostanze polifenoliche (tannini) hanno proprietà antiossidanti, ma in alte concentrazioni sono moderatamente tossiche (inibiscono l'assorbimento delle proteine).



50A3	**Quercus pubescens** Willd. subsp. **pubescens**

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fagaceae
Nomi italiani: Roverella, Quercia pubescente	**Nomi sardi :** Arroli, Chercu, Orroèle, Orroli, Rùara
Habitat: zone montane e collinari, tra i 500 e i 1.300m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio,, alto fino a 25 m. ***Chioma***: piramidale, globosa o emisferica. ***Tronco*:** eretto, con rami giovani tomentosi, e corteccia screpolata, bruno rossiccia. ***Foglie*:** di forma ovata, allungata, con 4—8 lobi arrotondati, dotate di picciolo lungo dai 5 ai 12 mm. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. I fiori maschili sono amenti penduli giallastri, quelli femminili sono sessili. ***Frutti:*** sono ghiande lunghe fino a 3 cm, parzialmente avvolte da una cupola tomentosa, provvista di scaglie triangolari, tomentose, color grigio—cenere.

Descrizione tattile La corteccia è ruvida su tutti rami. Agli esordi della stagione vegetativa, le foglie hanno un aspetto lanoso, ma diventano glabre con la crescita.

Descrizione olfattiva Come gran parte delle querce, la Roverella non ha un profumo facilmente riconoscibile. Per chi riesce a distinguerlo, l'odore è quello dell'humus.

Usi Si tratta di una delle specie di quercia più diffuse in Italia. La Roverella fornisce un legno ottimale per il mantenimento di fuochi, specie per la cucina trappeur. Un tempo era usato per la produzione di carbone. Il legno è simile a quello di *Farnia* e *Rovere*, ed è caratterizzato da porosità anulare, con alburno giallastro e duramen scuro, ma è più pesante e duro. Nonostante ciò, è meno lavorabile per via delle fibre, irregolari e contorte, che lo portano a spaccarsi. Per via del suo alto contenuto di tannino, che lo impermeabilizza, in passato veniva utilizzato per costruzioni navali e traversine. Le ghiande sono state a lungo una risorsa per l'alimentazione umana, in varie forme. Tre sono i metodi utili per ricavarne del cibo: la bollitura, la tostatura e il decotto (*vedere scheda 38 - Quercus Ilex*).

50A4	**Quercus suber** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Fagaceae
Nomi italiani: Sughera, Quercia da sughero	**Nomi sardi : S**uèrgiu, Suerzu, Chelcu suerinu, Ortigu, Sùara
Habitat: boschi sempreverdi, macchie, fino a 1.600m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde, alto fino a 25 m. ***Chioma***: espansa, rada, color verde scuro. ***Tronco*:** contorto, con spessa corteccia suberosa, profondamente fessurata. ***Foglie*:** coriacee, da ovate a lanceolate, dotate di breve picciolo. La pagina superiore è color verde lucente. La pagina inferiore è grigia, tomentosa. Il margine è intero, ma nelle parti basali della pianta le foglie sono spesso pungenti e con margine dentellato. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. I fiori maschili sono amenti penduli giallastri, quelli femminili sono piccole spighe che crescono all'ascella delle foglie. ***Frutti:*** sono ghiande lunghe fino a 3 cm, parzialmente avvolte da una cupola tomentosa, provvista di squame grigie allungate.

Descrizione tattile La corteccia è la caratteristica principale della Sughera, facilmente riconoscibile al tatto per la sua consistenza spugnosa. La pagina inferiore delle foglie è tomentosa.

Descrizione olfattiva Come gran parte delle querce, la Sughera non ha un profumo facilmente riconoscibile. Per chi riesce a distinguerlo, l'odore è quello dell'humus.

Usi Si tratta di una quercia molto diffusa nell'ambiente mediterraneo. Rispetto al Leccio preferisce terreni umidi e profondi. La pianta è utilizzata per l'estrazione del sughero. L'operazione, nel rispetto della pianta, deve essere fatta non prima che questa abbia 20 anni di vita. Il primo taglio di sughero, detto *sugherone* (o sughero maschio) è il meno pregiato, essendo piuttosto disomogeneo. Solo dopo il primo taglio la pianta è in grado di produrre il più pregiato *sughero gentile* (o sughero femmina). Nelle coltivazioni, quest'ultimo viene asportato ogni 9-12 anni. Ricavare del sughero da una pianta di questo tipo, senza tenere conto dei cicli, ne compromette la longevità. La sughera fornisce un legno poco adatto per l'accensione dei fuochi. Infatti, il sughero è una difesa escogitata dalla pianta per difendersi dagli incendi. Se asciutto, lo si utilizza a fuoco avviato per il suo mantenimento. Il sughero asciutto può diventare un'ottima esca per il fuoco se sbriciolato e impregnato con la cera, fungendo da stoppino. Le ghiande sono state a lungo una risorsa per l'alimentazione, in varie forme. Fra i metodi per ricavarne del cibo: la bollitura, la tostatura e il decotto (*vedere scheda 38 - Quercus Ilex*).

59A1	**Juglans regia** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Juglandaceae
Nomi italiani: Noce comune	**Nomi sardi :** Còcoro, Nozi, Nughe, Nugi, Nuxi
Habitat: terreni freschi e profondi, fino a 1.400m s.l.m.	**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva. ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 20 m. ***Chioma***: globoso-espansa, color verde chiaro. ***Tronco*:** eretto, corteccia grigio—biancastra, fessurata col passare degli anni. Bruno scura tendente al marrone sui rami giovani. ***Foglie*:** imparipennate, con 5—10 segmenti a margine intero, lanceolati. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. Le infiorescenze maschili sono amenti penduli, che compaiono in concomitanza con la fogliazione, quelli femminili sono presenti sui rami giovani in gruppi apicali. ***Frutti***: sono drupe globose (le noci) di 3—5cm di diametro. L'epicarpo, o mallo, è verde, ed avvolge un endocarpo indurito (il guscio), che contiene un seme commestibile e oleoso (gheriglio).

Descrizione tattile La corteccia del Noce è liscia al tatto, specie sui rami più giovani.

Descrizione olfattiva Foglie ed epicarpi del noce emettono un caratteristico odore pungente, molto aromatico, specie se stropicciati o pestati.

Usi Il Noce ha origine nell'Asia, ma si è ampiamente diffuso su tutto il territorio italiano per le sue proprietà. Fin dai tempi antichi, il Noce è utilizzato sia per il frutto che per il legno. Il frutto fornisce 654 kcal per 100 g, ed è una fonte di potassio, sodio e magnesio. Il legno, per via della media durezza, si presta bene alla lavorazione per creare utensili.

63A1	**Laurus nobilis** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Lauraceae
Nomi italiani: Alloro, Lauro	**Nomi sardi :** Laru, Lau, Lavru, Loro, Loru
Habitat: zone collinari, ai bordi della macchia, fino a 800m s.l.m.	**Fioritura:** III—IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto, talvolta piccolo albero, sempreverde, alto fino a 8 m. ***Chioma***: espansa, color verde scuro. ***Tronco*:** eretto, ramificato, corteccia verde, grigio nerastra su tronco e rami più vecchi. ***Foglie*:** alterne, coriacee, picciolate, con lamina lanceolata e ondulata sul margine, lunghe fino a 12 cm. Sono lucide e color verde scuro sulla pagina superiore, opache su quella inferiore. ***Infiorescenze*:** pianta dioica. I fiori maschili e femminili crescono su piante distinte. Sono color bianco giallo, e crescono riuniti in piccoli ombrelli, all'attaccatura delle foglie. ***Frutti***: sono drupe del diametro variabile dai 10 a i 15 mm, ovoidali, verdi se acerbe, nere a maturità.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, specie sui rami giovani.

Descrizione olfattiva Le foglie e i fiori sono fortemente e caratteristicamente aromatici.

Usi L'Alloro è originario dell'Asia Minore, ma cresce spontaneo in varie parti del bacino del Mediterraneo. In sopravvivenza, l'Alloro è utilizzato per via delle sue proprietà officinali. Le foglie fresche sono una fonte importante di vitamina C. 100 grammi di foglie d'Alloro contengono il 77% della dose giornaliera raccomandata. La vitamina C è un potente antiossidante naturale, che inibisce l'azione dei radicali liberi. Ha effetti anti-virali e stimola il sistema immunitario (anche nella guarigione di abrasioni superficiali della pelle). Le foglie fresche forniscono anche vitamina A, integratore che mantiene lo stato di salute di vista, pelle e mucose. Consumato come decotto apporta sali minerali quali potassio, rame, calcio, ferro, zinco e selenio. Il potassio regola la pressione sanguigna, mentre il ferro è necessario per la produzione dei globuli rossi. Altre proprietà dell'Alloro sono quelle astringenti e anti-reumatiche. L'infuso allevia i dolori di stomaco e quelli causati dalle coliche. Si tratta anche di un efficace repellente per insetti: è sufficiente pestare la foglia e strofinarla sulla pelle.

70A1	**Ficus carica** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Moraceae
Nomi italiani: Fico comune	**Nomi sardi :** Figu, Ficu, Idu
Habitat: varie cultivar, spontaneo n zone rocciose fino a 800m s.l.m.	**Fioritura:** VI—IX

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio alto fino a 15 m. ***Chioma***: densa, di colore verde—grigio. ***Tronco*:** sinuoso e nodoso, ramificato fin dalla base con rami contorti e fragili. La corteccia è caratteristicamente grigia. ***Foglie*:** sono ampie, grandi fino a 20 cm (nelle specie coltivate), con un lungo picciolo di 6—8 cm. Sono divise in 3 o 5 lobi più o meno profondi (nella specie selvatica lo sono meno). La pagina superiore della foglia è più scura di quella inferiore. Le nervature sono molto evidenti. ***Infiorescenze*:** i fiori, minuscoli, sono all'interno di un ricettacolo a forma di pera oppure globoso (il fico) dal colore verde, nero o violaceo a seconda della varietà. I frutti veri e propri sono all'interno di quello che comunemente si chiama fico, e sono piccoli acheni.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, nodosa. Le foglie sono ruvide al tatto, quasi appiccicose.

Descrizione olfattiva Foglie e frutti emettono un odore dolciastro, specie dopo la maturazione.

Usi Bisogna distinguere tra specie coltivata e specie selvatica (Caprifico). Quest'ultima produce sempre dei fichi, ma stopposi e non commestibili. Tuttavia, produce il polline dai fiori maschili, che non si trova nel fico coltivato. Solo il fico coltivato produce un frutto commestibile ed energetico (74 kcal per 100 g), edibile crudo o essiccato. Per favorire la fecondazione dei fichi coltivati, è uso far crescere qualche Caprifico nelle vicinanze, oppure innestare su di esso una parte del fico coltivato. Era diffusa anche la *caprificazione*, che consisteva nell'appendere rami di Caprifico con frutti maturi sui rami del fico coltivato. La fecondazione avviene tramite un piccolo imenottero (*Blastophaga psenes*), che penetra nel ricettacolo. Una volta fecondato, questo si sviluppa diventando dolce e carnoso. Non è raro trovare il fico innestato lungo strade e sentieri: non si trova infatti mai troppo distante dall'uomo, al contrario del Caprifico. Pur essendo caustico e tossico per inalazione, tanto che bestie e pastori evitano di passare la notte sotto di esso, il latice bianco del Fico è utile per far cagliare il latte. Spesso il Fico vegeta in presenza di vene d'acqua dolce: quando cresce fra le rocce, ciò lo rende utile per individuare preziose riserve idriche.

71A1	**Eucalyptus camaldulensis** Dehnh.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Myrtaceae
Nomi italiani: Eucalitto rosso o rostrato	**Nomi sardi :** Eucalittu, Ocallittus, Ocarittu
Habitat: Terreni profondi e sciolti	**Fioritura:** VI—IX

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde, alto fino a 35-40 m. ***Chioma***: non troppo densa. ***Tronco*:** eretto e slanciato. La corteccia è di colore bianco grigio con chiazze rossicce, che si staccano a placche. Negli esemplari più vecchi la corteccia basale dell'albero tende a inspessirsi e arrossarsi. ***Foglie*:** coriacee. Quelle giovani sono rossicce, opposte, ovate e lanceolate. Quelle adulte sono di colore verde glauco, pendule, e alterne. spesso falciformi. ***Infiorescenze*:** ombrelle composte di 5—10 fiori, con stami bianchi uscenti dal ricettacolo. ***Frutti***: capsule rotonde, contenenti i semi.

Descrizione tattile La corteccia dei rami giovani è estremamente liscia e uniforme. Gli esemplari più vecchi hanno un tronco maggiormente suddiviso in placche, coriacee e ruvide.

Descrizione olfattiva L'Eucalipto diffonde un aroma balsamico in tutte le aree che esso popola, fattore legato alla massiccia traspirazione fogliare che lo contraddistingue.

Usi L'Eucalipto non è una mediterranea, ma originaria del sud-est asiatico (appartengono al genere quasi 600 specie, tutte in Australia). La storia l'ha introdotto prepotentemente nel Mediterraneo, tanto che è possibile trovarlo pressoché ovunque. In Sardegna sono presenti dieci specie, introdotte per svolgere la funzione di frangivento e, si diceva, per allontanare con il suo forte potere balsamico la zanzara anofele, portatrice della malaria. In realtà, trattandosi di una pianta con alto tasso di traspirazione, il suo impiego nelle zone paludose non fece altro che favorire l'assorbimento dell'acqua (1000 litri al giorno), distruggendo dunque l'habitat ideale delle zanzare. In sopravvivenza l'Eucalipto si rivela piuttosto utile per recuperare l'acqua attraverso la tecnica della busta legata attorno alle sue frasche, fatto legato alla sua alta capacità di traspirazione. Il legno è adatto alla realizzazione di pali e utensili leggeri. Grazie agli oli essenziali contenuti nel legno, che bruciano velocemente, l'Eucalipto è particolarmente adatto per fuochi ad alta visibilità. Foglie e frutti hanno proprietà balsamiche, con funzione espettorante, antiinfiammatoria e antibatterica. Lo sfruttamento delle sue proprietà avviene tramite l'infuso di foglie in acqua bollente, utile come suffumigio o come tisana.

71A2	**Eucalyptus globosus** Wendl.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Myrtaceae
Nomi italiani: Eucalitto, Eucalitto di Tasmania	**Nomi sardi :** Eucalittu, Ocallittus, Ocarittu
Habitat: Terreni freschi e profondi	**Fioritura:** XI—VII

Descrizione visiva ***Portamento:*** albero sempreverde, alto fino a 30 m. ***Chioma***: non troppo densa. ***Tronco*****:** eretto e slanciato; la corteccia ha un colore grigio – azzurro e si sfalda in strisce allungate. ***Foglie*****:** quelle giovani sono opposte, subsessili o amplessicauli, ovato — lanceolate e lunghe fino a 15 cm.. Quelle adulte sono alterne, picciolate, falciformi e lunghe fino a 30 cm. ***Infiorescenze*****:** i fiori sono solitari, talvolta in gruppi di due o tre, posti all'ascella delle foglie, con numerosi stami sporgenti da un calice a forma di coppa, sigillata da un opercolo. Quest'ultimo si stacca al momento della fioritura. ***Frutti***: sono capsule legnose, di forma conica, grigio - bluastre.

Descrizione tattile La corteccia dei rami è estremamente liscia e uniforme negli esemplari giovani. Gli esemplari più vecchi hanno un tronco suddiviso in placche coriacee e ruvide. Foglie coriacee.

Descrizione olfattiva L'Eucalitto diffonde un caratteristico aroma in tutte le aree che esso popola, fattore legato alla massiccia traspirazione fogliare che lo contraddistingue. Foglie, frutti e legno fresco emettono il caratteristico aroma se pestati o spezzati.

Usi Pianta di origine australiana, ha diffusione minore del *Camaldulensis*. Dove impiantata, è presente in piccoli gruppi, se non isolata, a quote non superiori ai 600 m s.l.m. In sopravvivenza l'Eucalitto si rivela piuttosto utile per recuperare l'acqua, attraverso la tecnica della busta legata attorno alle sue frasche, fatto legato alla sua alta capacità di traspirazione. Il legno è adatto alla realizzazione di pali e utensili leggeri. Grazie agli oli essenziali contenuti nel legno, che bruciano velocemente, l'Eucalitto è adatto per i fuochi ad alta visibilità. Ha proprietà balsamiche, con funzione espettorante, antiinfiammatoria e batterica. Lo sfruttamento delle sue proprietà avviene tramite l'infuso di foglie in acqua bollente, che può essere usato come suffumigio o come tisana.

73A1	**Fraxinus angustifolia** Vahl. subsp. **oxycarpa** (Willd.)

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Oleaceae
Nomi italiani: Frassino meridionale	**Nomi sardi :** Frassu, Abiu a folla longa, Ollastu de arriu
Habitat: rive fluviali, boschi umidi, fino a 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** XI—I

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 25m. ***Chioma***: densa e globosa. ***Tronco*:** eretto e mediamente ramificato; corteccia liscia, color verde chiaro sui rami giovani, successivamente grigio scura e fessurata. ***Foglie*:** imparipennate, opposte, con 5 o 7 segmenti picciolati, lunghi da 4 a 8 cm. Margine dentato e lamina lanceolata. ***Infiorescenze*:** i fiori sono poco appariscenti, e si sviluppano in brevi pannocchie. I fiori sono costituiti da due semplici stami rossastri e dall'ovario. La fioritura precede la fogliazione. ***Frutti:*** samare lineari-lanceolate pendule, lunghe in media 4 o 5 cm.

Descrizione tattile La corteccia è liscia sui rami giovani. Le foglie sono, rispetto all'Orniello, specie simile, decisamente più seghettate sul margine.

Descrizione olfattiva A differenza dell'Orniello, i fiori sono inodori.

Usi: Il Frassino meridionale è una specie poco comune in Sardegna, limitatamente alle aree umide e fluviali, dove cresce isolato o in piccoli gruppi. Il legno del Frassino meridionale ha fibre regolari, di colore chiaro o bruno pallido, con sfumature di verde. La stagionatura tende a scurirlo. Durante questo processo arriva a perdere 1/4 del peso specifico, e a spaccarsi alle estremità. Si tratta di un legno semiduro, con buona resistenza meccanica alle flessioni, adatto dunque a realizzare archi. Lo scarto di lavorazione (oltre al legno stesso) è un ottimo combustibile.

73A2	**Fraxinus ornus** L. subsp. **ornus**

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Oleaceae
Nomi italiani: Frassino, Frassino della manna, Frassino minore, Orniello	**Nomi sardi :** Frassu, Frassu de manna, Linnarbu, Vràssinu
Habitat: zone collinari e montane, soprattutto calcaree, fino a 1.200m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 10 m. ***Chioma***: espansa. ***Tronco*:** eretto, corteccia color grigio cenere, con macchie più chiare. ***Foglie*:** imparipennate, opposte, con 5 o 7 segmenti picciolati, lunghi fino a 15 cm. Margine finemente seghettato e ondulato, lamina lanceolata (talvolta ellittica). ***Infiorescenze*:** i fiori si raccolgono in dense pannocchie, sono bianchi, costituiti da 4 petali allungati (fino a 15mm). ***Frutti:*** samare lunghe fino a 3 cm, a forma di spatola.

Descrizione tattile La corteccia è liscia.

Descrizione olfattiva I fiori sono molto profumati, ed è ciò che distingue l'orniello fra le altre specie di frassino (oltre che per le dimensioni dei fiori stessi).

Usi: L'Orniello è diffuso in tutto il territorio italiano, ed in alcune località viene ancora coltivato per estrarre la manna. In sopravvivenza ciò può essere molto utile, essendo la manna una sostanza zuccherina che si può ricavare dalla semplice incisione della corteccia. Oltre che fornire un apporto energetico, la manna ha blande proprietà lassative, esenti da controindicazioni, e può essere utilizzata per preparare sciroppi, mescolata con l'acqua calda. Il legno dell'Orniello ha un durame di colore bruno chiaro, caratterizzato da anelli ben distinti. Si tratta di un materiale molto elastico, resistente, facile da lavorare. Lo scarto di lavorazione (oltre al legno stesso) è un ottimo combustibile.

73A3	**Olea europaea** L. subsp. **oleaster** (Hoffmanns. & Link)

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Oleaceae
Nomi italiani: Oleastro, Olivastro, Olivo, Olivo selvatico	**Nomi sardi :** Allastu, Obieddu, Ollastru, Ollastu, Ollastu cràbinu, Ollastu fèmina, Ozzastru,
Habitat: zone litoranee o soleggiate, fino a 800m s.l.m.	**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero o arbusto sempreverde, alto fino a 12m. ***Chioma***: espansa. ***Tronco*:** contorto, con spine terminali sui rami. ***Foglie*:** opposte, coriacee, con lamina ellittica (condizioni di terreno arido, o se esposte a forti venti freddi) o lanceolata, margine intero. La pagina superiore, lucida, ha colore verde scuro, mentre quella inferiore è argentea, subtomentosa. ***Infiorescenze*:** i fiori sono bianchi, raccolti in corte pannocchie ascellari. ***Frutti:*** sono drupe ovoidali (le olive), verdi quando acerbe, nere o viola a maturità.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, subtomentosa sui rami giovani, ruvida col tempo.

Descrizione olfattiva L'Olivastro, seppure aromatico, non lo è intensamente, ed è difficilmente distinguibile. Un naso allenato riconosce l'odore della fioritura tra aprile e giugno. L'odore è simile a quello dell'erba appena tagliata.

Usi L'Olivastro è fra le piante più longeve dell'area mediterranea, e non è raro incontrare esemplari plurisecolari. Grazie al portamento spesso cespuglioso, resiste bene al pascolamento. Per via della notevole capacità di ricacciare polloni vigorosi dalla ceppaia, resiste bene agli incendi, e sopporta molto bene anche le siccità protratte. Spesso utilizzato come portainnesto per le numerose varietà coltivate, l'Olivastro ha molteplici utilizzi anche in sopravvivenza. Primo fra tutti, è quello del legno. Facile da lavorare, aromatico, è perfetto per creare utensili. In particolare, l'uso dei polloni (spesso eretti e sufficientemente lunghi), consente di creare spiedi improvvisati. Dopo aver ripulito dalla sottile corteccia a parte che andrà a contatto col cibo, è sufficiente tostare il legno fresco sulla fiamma per qualche minuto. La spremitura delle drupe consente di ottenere un olio commestibile amarognolo e aromatico. C'è da dire che la polpa delle olive è più fine e povera d'olio rispetto all'olivo coltivato. La tisana fatta con le foglie ha effetti sull'ipertensione e la glicemia, ancor più se la foglia viene consumata fresca (seppur amara, coriacea e poco gradevole).

73A4	**Phyllirea angustifolia** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Oleaceae
Nomi italiani: Fillirea a foglie strette, Ìlatro.	**Nomi sardi :** Aliderru, Arradeli, Arradellu, Arridèli, Littarru
Habitat: macchia e lecceta, fino a 800m s.l.m.	**Fioritura:** III—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde, si presenta spesso come un arbusto molto ramificato, alto in media 3m. Non è raro osservare esemplari di dimensioni importanti, che raggiungono i 15 m. ***Chioma***: densa, di colore verde intenso. ***Tronco*:** sinuoso, densamente ramificato. Corteccia liscia, color grigio—bruno, fessurata solo nei rami vecchi. ***Foglie*:** la pianta è spesso confusa con la *Fillirea comune* (*Phillyrea latifolia*). Le foglie sono opposte, brevemente picciolate e coriacee, con lamina lanceolata. Il margine è seghettato, e sono evidenti le venature secondarie sulla pagina superiore delle foglie. La Fillirea a foglie strette, rispetto alla Fillirea comune, è una specie arbustiva più termofila, e differisce per le foglie più strette e la nervatura mediana della pagina inferiore della foglia in rilievo. I frutti sono più piccoli e appuntiti. ***Infiorescenze*:** sono fiori biancastri, raccolti in piccoli racemi ascellari. ***Frutti:*** sono drupe globose con diametro medio di 5 mm, con apice acuto e pungente, di colore blu - nero a maturità.

Descrizione tattile La corteccia è liscia al tatto. Le foglie coriacee, quasi legnose.

Descrizione olfattiva La Fillirea è pressoché inodore. Se stropicciate, foglie e legno emanano un odore di olio d'oliva molto blando.

Usi: In sopravvivenza, il legno semiduro della Fillirea è adatto a costruire piccoli utensili, ma è anche un ottimo combustibile; il carbone ottenuto nella combustione parziale può essere utilizzato come componente nelle cannucce potabilizzatrici. La Fillirea vanta molteplici proprietà officinali. Il decotto delle foglie ha proprietà diuretiche e astringenti. Ha anche proprietà anitifiammatorie per cavità orale e faringe, ed è fonte di flavonoidi. L'estratto acquoso, che sia bollito o meno, ha effetti epatoprotettivi. Infine, la presenza di alfa-tocoferolo conferisce proprietà antiossidanti.

73A5	**Phyllirea latifolia** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Oleaceae
Nomi italiani: Fillirea comune, Ìlatro comune, Lilatro, Lillatro	**Nomi sardi :** Aliderru, Arradeli, Arradellu, Arridèli, Littarru
Habitat: macchia e lecceta, fino a 800m s.lm.	**Fioritura:** III—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde, si presenta spesso come un arbusto molto ramificato, alto in media 3m. Non è raro osservare esemplari di dimensioni importanti, che raggiungono i 15 m. ***Chioma***: densa, di colore verde intenso. ***Tronco*:** sinuoso, densamente ramificato. Corteccia liscia, color grigio—bruno, fessurata solo nei rami vecchi. ***Foglie*:** hanno una notevole variabilità morfologica, relativa alla crescita. Per questo motivo la pianta è spesso confusa con la *Fillirea a foglie strette* (*Phillyrea angustifolia*). Le foglie sono opposte, brevemente picciolate e coriacee, con lamina lanceolata. Il margine è seghettato, e sono evidenti le venature secondarie sulla pagina superiore delle foglie. Rispetto alla Fillirea comune, la Fillirea a foglie strette è una specie arbustiva più termofila, e differisce per le foglie più strette e la nervatura mediana della pagina inferiore della foglia in rilievo, nonché per i frutti più piccoli e appuntiti. ***Infiorescenze*:** sono fiori biancastri, raccolti in piccoli racemi ascellari. ***Frutti:*** sono drupe globose con diametro compreso tra i 7 e i 10 mm, con apice acuto e pungente, di colore blu-nero a maturità.

Descrizione tattile La corteccia è liscia al tatto. Le foglie coriacee, quasi legnose.

Descrizione olfattiva La fillirea è pressoché inodore. Se stropicciate, foglie e legno emanano un odore di olio d'oliva molto blando.

Usi: In sopravvivenza, il legno semiduro della Fillirea è adatto a costruire piccoli utensili, ma è anche un ottimo combustibile; il carbone ottenuto nella combustione parziale può essere utilizzato come componente nelle cannucce potabilizzatrici. La Fillirea vanta molteplici proprietà officinali. Il decotto delle foglie ha proprietà diuretiche e astringenti. Ha anche proprietà anitifiammatorie per cavità orale e faringe, ed è fonte di flavonoidi. L'estratto acquoso, che sia bollito o meno, ha effetti epatoprotettivi. Infine, la presenza di alfa-tocoferolo conferisce proprietà antiossidanti.

84A1	**Cedrus atlantica** (Endl.) Manetti ex Carrière

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Pinaceae
Nomi italiani: Cedro dell'Atlante	**Nomi sardi :** Cèdru de Africa
Habitat: Aree montane (zona del Gennargentu) sopra i 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** VIII—X

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde alto fino a 40m. ***Chioma***: ha forma conico-piramidale. ***Tronco*:** robusto, ramificato (anche dalla parte basale della pianta). La corteccia è liscia e di colore grigio-chiaro negli esemplari più giovani. Con il tempo, diventa più scura e tende a divenire scagliosa. ***Foglie*:** sono aghiformi, di colore verde- azzurro o verde—grigio, lunghe circa 3 cm. Sono riunite in fascetti di 30-40 foglie, che si sviluppano su brevi peduncoli ingrossati (brachiblasti). ***Infiorescenze*:** i fiori maschili sono piccoli stròbili giallastri, lunghi fino a 5 cm. I fiori femminili sono più piccoli, di colore verde-giallo. ***Frutti:*** i frutti sono coni di forma cilindrica, con apice infossato, e raggiungono anche gli 8 cm di lunghezza. Sono di colore verde-grigio se acerbi, virano verso il colore bruno a maturità. I semi sono dotati di un'ampia ala, utile per la propagazione.

Descrizione tattile Negli esemplari giovani, la corteccia è liscia al tatto, dotata di minuscoli bitorzoli più scuri. Negli esemplari più vecchi sono evidenti le scaglie.

Descrizione olfattiva Il Cedro dell'Atlante è una pianta dal forte odore balsamico, riconoscibile per via delle resine secrete dalla corteccia e dalle foglie.

Usi Il Cedro è una pianta rintracciabile in Sardegna solo nelle aree boschive montane, piantato su larga scala nelle azioni di rimboschimento, dove talvolta appare inselvatichito. Numerosi sono i possibili utilizzi, a partire dal legno, robusto ed aromatico. Storicamente il legno era utilizzato per realizzare imbarcazioni. In sopravvivenza si rivela ottimo per la realizzazione di frecce per l'arco. In erboristeria, è diffuso l'uso del olio essenziale estratto dal legno, che ha principalmente funzioni antibatteriche ed antisettiche. Benché in sopravvivenza sia piuttosto difficile estrarre olii essenziali dal legno delle piante, si può comunque fare uso delle foglie per preparare degli infusi. Oltre che di sapore gradevole e balsamico, l'infuso ha proprietà espettoranti e mucolitiche.

84A2	**Pinus halepensis** Mill.

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Pinaceae
Nomi italiani: Pino d'Aleppo	**Nomi sardi :** Cumpìngiu burdu, Oppinu, Oppinu burdu
Habitat: zone collinari e costiere, da 0 a 800m s.l.m.	**Fioritura:** III—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero alto fino a 20 m, sempreverde. ***Chioma***: irregolare, poco fitta, color verde chiaro. ***Tronco*:** spesso contorto (caratteristica che lo distingue da altre varietà), ramificato fin dalla base. Corteccia grigia sui rami giovani, poi tendente al rosso bruno nelle fessure longitudinali, che si formano con gli anni. ***Foglie*:** aghi sottili lunghi fino a 12 cm, riuniti in gruppi di due. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. I fiori maschili sono raccolti sull'apice dei rami, e sono color giallo - oro. I fiori femminili sono invece verde scuro, tendente al viola. ***Frutti:*** le pigne (stròbili) sono coni ovoidali lunghi dai 6 ai 12 cm. Crescono in coppie o in gruppi più numerosi, fino a 5.

Descrizione tattile Corteccia liscia sui rami giovani, poi scagliosa, spesso resinosa.

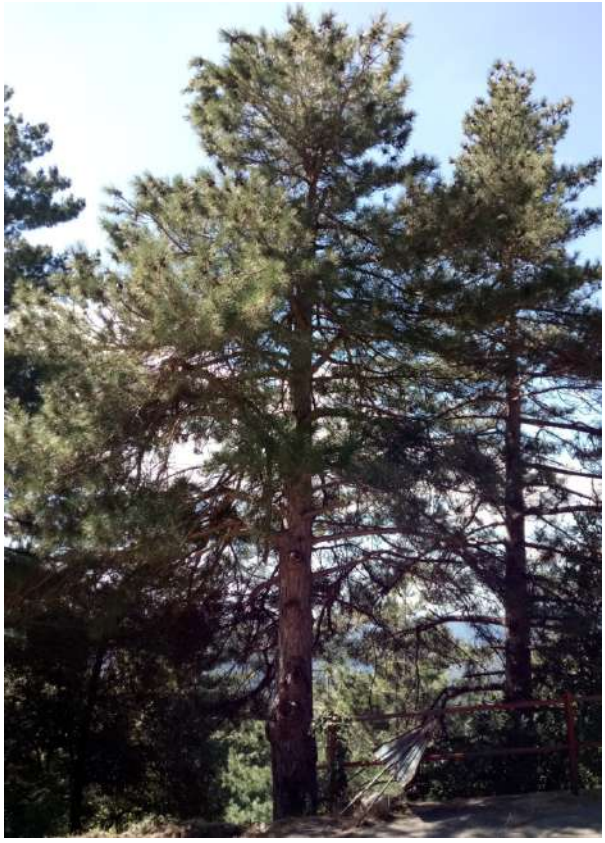
Descrizione olfattiva L'odore del Pino d'Aleppo è quello caratteristico della resina che secerne.

Usi Il Pino d'Aleppo è una pianta largamente utilizzata nei rimboschimenti forestali, talvolta naturalizzata e diffusa nel bacino del Mediterraneo. In sopravvivenza, l'uso principale di questa specie è quello di fornire legna resinosa con ottimo potere calorifico, adatta per il mantenimento dei fuochi. In particolare, ciò vale per le pigne. Il legno, semiduro, facilmente deteriorabile se non trattato, può essere utilizzato tper costruire rifugi. Poiché il sottobosco delle pinete (che in realtà sono boschi artificiali, almeno nelle regioni mediterranee), è sempre piuttosto povero di arbusti e altre specie vegetali, di solito è interamente ricoperto dagli aghi di pino. In grande quantità, sono utili per isolarsi dal terreno umido. L'infuso di aghi di pino, fatto con almeno una manciata di foglie, apporta una quantità di vitamina C circa 5 volte superiore a quella del limone. Oltre che un piacevole aroma, l'infuso ha anche proprietà rinfrescanti e decongestionanti della mucosa nasale.

84A3	**Pinus pinaster** Aiton subsp. **pinaster**

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Pinaceae
Nomi italiani: Pino marittimo	**Nomi sardi :** Cumpìngiu burdu, Oppinu, Pinu
Habitat: pinete e macchie, su terreno acido (ma adattabile), fino a 600m s.l.m.	**Fioritura:** II— V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde alto fino a 30 m. ***Chioma***: ovato piramidale, di colore verde scuro. ***Tronco*:** ramificato fin dal basso, eretto, con corteccia grigio brunastra, profondamente fessurata. ***Foglie*:** sono aghi, lunghi fino a 25 cm, riuniti in gruppi di due.
Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. I fiori maschili sono raccolti sull'apice dei rami, e sono color giallo oro. I fiori femminili sono invece verde scuro, tendente al viola. ***Frutti: le pigne (stròbili) sono coni lunghi da 8 a 22 cm, caratterizzati da squame legnose mucronate.
Descrizione tattile Gli aghi del pino marittimo sono piuttosto coriacei e pungenti. La corteccia è ruvida e irregolare al tatto. Le pigne hanno squame pungenti.
Descrizione olfattiva L'odore del pino è quello caratteristico della resina che secerne.
Usi Come il Pino d'Aleppo, il Pino marittimo è una pianta largamente utilizzata nei rimboschimenti forestali in zone collinari e montane. Essendo resistente alla salsedine, è facile trovarlo sui litorali, dove i terreni sono sabbiosi. L'areale del Pino marittimo è limitato al bacino occidentale del Mediterraneo. Si tratta di una specie a crescita relativamente rapida, che predilige terreni acidi, ma si adatta a differenti substrati. In sopravvivenza, l'uso principale di questa specie è quello di fornire legna resinosa con ottimo potere calorifico, adatta per il mantenimento dei fuochi. In particolare, ciò vale per le pigne. Il legno, semiduro, facilmente deteriorabile se non trattato, può essere utilizzato talvolta per costruire rifugi. Poiché il sottobosco delle pinete è sempre piuttosto povero di arbusti e altre specie vegetali, di solito è interamente ricoperto dagli aghi di pino. In grande quantità, sono utili per isolarsi dal terreno umido. L'infuso di aghi di pino, fatto con almeno una manciata di foglie, apporta una quantità di vitamina C circa 5 volte superiore a quella del limone. Oltre che un piacevole aroma, l'infuso ha anche proprietà rinfrescanti e decongestionanti della mucosa nasale.



84A4	**Pinus pinea** L.

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Pinaceae
Nomi italiani: Pino domestico, Pino da pinoli	**Nomi sardi :** Cumpìngiu, Pinu
Habitat: terreni silicei, fino a 800m s.l.m.	**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero alto fino a 25 m, sempreverde. ***Chioma***: globosa negli esemplari giovani, ombrelliforme in quelli adulti. ***Tronco*:** eretto. Corteccia bruno—rossiccia, con profonde fessure. ***Foglie*:** aghi lunghi dagli 8 ai 12 cm, riuniti in gruppi di due. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. Quelli maschili sono raccolti alla base dei nuovi getti, e sono color giallo—arancio. Quelli femminili sono verde scuro, con striature viola, e crescono sulla sommità della chioma, all'estremità dei germogli. ***Frutti:*** pigne globose, sessili o con breve peduncolo, con spesse squame. Sono di colore bruno—rosso, lucide, recanti ognuna semi commestibili (pinoli).

Descrizione tattile Corteccia scagliosa, spesso resinosa.

Descrizione olfattiva L'odore del pino è quello caratteristico della resina che secerne.

Usi Il Pino da pinoli vegeta negli ambienti ed è una pianta largamente utilizzata nei rimboschimenti forestali, raramente naturalizzata, usata spesso per le alberature stradali. L'uso principale è quello alimentare. I pinoli sono infatti commestibili ed energetici, sia freschi che tostati. Apportano 673 kcal per 100g. Sono fonte di magnesio, calcio, potassio, sodio e ferro, con proprietà antiossidanti. Il legno (specie le pigne) fornisce combustibile resinoso, con ottimo potere calorifico, adatto per il mantenimento dei fuochi. Il legno, semiduro, facilmente deteriorabile se non trattato, può essere utilizzato per costruire rifugi. Poiché il sottobosco delle pinete è sempre piuttosto povero di arbusti e altre specie vegetali, di solito è interamente ricoperto dagli aghi di pino. In grande quantità, sono utili per isolarsi dal terreno umido. L'infuso di aghi di pino, fatto con almeno una manciata di foglie, apporta una quantità di vitamina C circa 5 volte superiore a quella del limone. Oltre che un piacevole aroma, l'infuso ha anche proprietà rinfrescanti e decongestionanti della mucosa nasale.

84A5	**Pinus radiata** D. Don

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Pinaceae
Nomi italiani: Pino di Monterey, Pino insigne	**Nomi sardi :** Pinu
Habitat: pinete e macchie, fino a 1.200m s.l.m.	**Fioritura:** V—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde alto fino a 40 m. ***Chioma***: irregolare, di colore verde scuro. ***Tronco*:** eretto, slanciato e ramificato, con corteccia grigio scuro — brunastra, a scaglie. ***Foglie*:** sono aghi, lunghi dai 10 ai 15 cm, riuniti in gruppi di tre. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti sulla stessa pianta. I fiori maschili sono raccolti sull'apice dei rami, e sono color giallo—bruno . I fiori femminili sono invece rosso—violacei, e sono costituiti da squame recanti gli ovuli. ***Frutti:*** le pigne sono coniche, asimmetriche, lunghe dagli 8 ai 15 cm. Le squame sono color bruno scuro a maturità.

Descrizione tattile Gli aghi sono morbidi. La corteccia è ruvida e irregolare al tatto.

Descrizione olfattiva L'odore del pino è quello caratteristico della resina che secerne.

Usi Il Pino insigne non fa parte della vegetazione della macchia mediterranea, essendo originario della California (*Baia di Monterey*), ma è spesso utilizzato per rimboschimenti, e non è raro imbattersi in pinete di questo tipo nelle aree collinari. In Sardegna, diversi territori dell'entroterra sono stati alberati con il Pinus radiata per ricavare la cellulosa. In sopravvivenza, l'uso principale di questa specie è quello di fornire legna resinosa con ottimo potere calorifico, adatta per il mantenimento dei fuochi. In particolare, ciò vale per le pigne. Il legno, semiduro, facilmente deteriorabile se non trattato, può essere utilizzato talvolta per costruire rifugi. Poiché il sottobosco delle pinete (che in realtà sono boschi artificiali, almeno nelle regioni mediterranee), è sempre piuttosto povero di arbusti e altre specie vegetali, di solito è interamente ricoperto dagli aghi di pino. In grande quantità, sono utili per isolarsi dal terreno umido. L'infuso di aghi di pino, fatto con almeno una manciata di foglie, apporta una quantità di vitamina C circa 5 volte superiore a quella del limone. Oltre che un piacevole aroma, l'infuso ha anche proprietà rinfrescanti e decongestionanti della mucosa nasale.

97A1	**Rhamnus alaternus** L. subsp**. alaternus**

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Rhamnaceae
Nomi italiani: Alaterno, Legno puzzo	**Nomi sardi :** Aladerru, Lau aresti, Lau mascu, Linna niedda
Habitat: macchie e leccete, terreni aridi, fino a 400m s.l.m.	**Fioritura:** II—IV

Descrizione visiva ***Portamento*****:** arbusto o piccolo albero, sempreverde, alto fino a 5 m. ***Chioma***: densa, color verde scuro, irregolare. ***Tronco*****:** grigio rossastro, ramificato. ***Foglie*****:** alterne, coriacee, di forma ovata—lanceolata, con margine biancastro e seghettato. ***Infiorescenze*****:** fiori unisessuali, su piante distinte, raccolti in piccole cime all'ascella delle foglie. Di colore verdastro, sono piccoli e poco appariscenti. ***Frutti:*** sono piccole drupe sferiche, di 4—6 mm di diametro, di colore rosso scuro, tendenti al nero a maturità.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, o finemente screpolata. Le foglie sono coriacee al tatto.

Descrizione olfattiva: si distingue da specie simili (come le filliree) per via dell'odore sgradevole del legno, dei fiori e delle foglie.

Usi: L'Alaterno è una pianta molto rustica, che si adatta a vari tipi di terreno, anche aridi e sassosi, purché soleggiati. Si trova nella macchia in associazione col Lentisco e la Fillirea, più raramente con Leccio e Corbezzolo. In sopravvivenza non ha utilità specifiche, ma lo si deve saper riconoscere dalle piante simili (come la Fillirea), per via della tossicità dei suoi frutti.

98A1	**Crataegus azarolus** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Rosaceae
Nomi italiani: Azzaruolo, Biancospino lazzarolo, Lazzeruolo	**Nomi sardi :** Lazarola, Mera zarora
Habitat: colline, pendii soleggiati, fino a 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto o piccolo albero, caducifoglio, alto dai 2 agli 8 m. ***Chioma***: espansa. ***Tronco*:** sinuoso, con rami giovani tomentosi e provvisti di spine, corteccia grigia o bruna ***Foglie*:** hanno un breve picciolo, con lamina a contorno rombico diviso in lobi triangolari, con incisioni mediamente profonde. ***Infiorescenze*:** i fiori sono ermafroditi, bianchi, raccolti in corimbi. ***Frutti***: sono pomi globosi, con un colore che varia dal bruno-giallastro al rosso, grandi 20-30 mm (le dimensioni variano in base alla disponibilità d'acqua). Il pomo contiene dai 2 ai 6 semi.

Descrizione tattile I rami giovani sono tomentosi. In generale, l'Azzeruolo si riconosce al tatto per la presenza di spine.

Descrizione olfattiva L'Azzeruolo emette un caratteristico profumo dolciastro in periodo di fioritura, più blando nel periodo in cui i frutti possono essere mangiati, per via dello stato di maturazione avanzato.

Usi L'Azzeruolo è originario dell'Asia Minore, ma diffuso e naturalizzato in molte parti del Mediterraneo. L'interesse per questa pianta risale all'antichità, per via della sua rusticità e capacità di produrre frutti saporiti (le azzeruole), anche senza particolari cure. Il sapore delle azzeruole ricorda quello delle mele o delle nespole. In sopravvivenza è particolarmente utile proprio per i suoi frutti, commestibili anche crudi. Nelle antiche tradizioni se ne faceva uso per preparare marmellate. Il frutto maturo rimane sulla pianta per qualche mese, da novembre a gennaio, e costituisce uno dei più importanti integratori di vitamina C presenti in natura, con proprietà diuretiche, ipotensive, antianemiche ed oftalmiche.

98A2	**Prunus avium** L. subsp. **avium**

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Rosaceae
Nomi italiani: Ciliegio selvatico, Ciliegio degli uccelli	**Nomi sardi :** Cerèxia aresti, Cerèxia burda, Cerèxia imbriaga, Ariasa agreste, Cariasa
Habitat: zone collinari, montane e boschi di latifoglie, fino a 1.400m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero di media grandezza, deciduo, ad accrescimento rapido, alto fino a 25-30m. ***Chioma***: piramidale, mediamente densa. ***Tronco*:** eretto, slanciato, abbondantemente pollonifero. La corteccia è di colore rosso-grigio sui rami giovani, liscia, con fasce orizzontali e lenticelle allungate. Con l'età vira verso il rosso bruno; il ritidoma è spesso sfaldato in strisce anulari. ***Foglie*:** alterne, semplici e penninervie, lunghe 5-15cm. Sono presenti evidenti nervature a spina di pesce.. Di colore verde scuro, sono glabre sulla pagina inferiore e leggermente pubescenti su quella inferiore. Hanno piccioli (3cm) dotati di ghiandole rossicce vicino al lembo della foglia. ***Infiorescenze*:** ombrelle con 2-10 fiori. Ogni fiore è dotato di 5 sepali ripiegati all'indietro, con lungo peduncolo. I petali, bianchi, sono 5, con apice arrotondato. Sono presenti circa 25 stami allungati, dotati di antere gialle. ***Frutti:*** sono drupe globose di 1cm di diametro, dotate di epicarpo commestibile, rosso a maturazione, verde se acerbe. L'endocarpo, singolo, ha consistenza legnosa, di colore chiaro, ovoide e con margini taglienti. ***Radici:*** apparato esteso, profondo, a crescita obliqua.

Descrizione tattile La corteccia sulla parte giovane della pianta è liscia. Risaltano al tatto le lenticelle orizzontali. Margine fogliare dentato e regolare, pagina superiore glabra e inferiore tomentosa.

Descrizione olfattiva Durante l'antesi, il Ciliegio selvatico diffonde il caratteristico odore dolciastro che caratterizza le fioriture delle Rosacee.

Usi Il Ciliegio selvatico è una specie dai molteplici usi. Il frutto, edule, dolce e succoso, è reperibile da maggio fino a luglio. 100gr di polpa apportano 50 calorie. Apportano all'organismo sali minerali (Magnesio, Calcio, Sodio e Magnesio), vitamina A e C, zuccheri (8g) e fibre (1,6g). Il legno del Ciliegio selvatico è compatto e di media durezza, di colore variabile dal bruno dorato al rossastro. Ha una densità notevole, ma consente una facile lavorazione. Ha buone caratteristiche di resistenza a compressione, flessione, torsione e trazione, ma durabilità modesta: poco adatto a costruire archi. I polloni, eretti, possono essere tuttavia impiegati per realizzare frecce.

98A3	**Prunus dulcis** (Mill.) D.A. Webb

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Rosaceae
Nomi italiani: Mandorlo	**Nomi sardi :** Amèndola, Amèndula, Mèndua, Menduledda, Mèndurla, Mìndula.
Habitat: zone collinari, fino a 400m s.l.m.	**Fioritura:** II—III

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio alto fino a 10 m. ***Chioma***: mediamente densa, irregolare. ***Tronco*:** eretto, corteccia grigio brunastra. Rami spinosi negli esemplari selvatici. ***Foglie*:** lunghe fino a 5-6 cm, larghe 2 cm. Con margine finemente seghettato. ***Infiorescenze*:** fiori sub sessili, petali a spatola, di colore variabile dal bianco al rosa. ***Frutti:*** sono formati da una scorza esterna verde-grigia, pubescente. La scorza viene persa a maturità, e rimane un guscio legnoso di forma ovale, appuntito e fittamente forato. Tale guscio contiene il seme vero e proprio (la mandorla), anch'esso ovale e appuntito.

Descrizione tattile La corteccia è liscia al tatto, nodosa e bitorzoluta nelle parti vecchie.

Descrizione olfattiva Il mandorlo emette due caratteristici odori. Il primo è quello dolciastro dell'infiorescenza, a gennaio (una delle prime dell'anno). Il secondo è quella tipico dell'acido cianidrico, dovuto al seme. Poiché esiste una varietà con commestibile e 'meno commestibile', l'intenso odore di acido cianidrico può aiutare a fare distinzione, così come il sapore amaro.

Usi Il Mandorlo, originario dell'Asia e diffuso in gran parte del Mediterraneo, ha in sopravvivenza un utilizzo soprattutto alimentare. La mandorla fornisce infatti un significativo apporto energetico (circa 600 kcal/100gr). Ricca di potassio e sodio, regola i livelli della pressione ematica. Per via del contenuto di vitamina E, la mandorla è un antiossidante e contribuisce al rafforzamento delle difese immunitarie. Non è raro l'uso del Mandorlo selvatico come portainnesto per piante quali il Pesco, o altre varietà di Mandorlo stesso. Una nota particolare riguarda le mandorle amare. Contrariamente a quanto si crede, esse sono commestibili, seppure amare e sgradevoli se consumate da sole. Il limite fisiologico oltre il quale il consumo di mandorle amare diventa dannoso per l'uomo, è quello dell'assunzione di circa quaranta di esse in un'unica soluzione. Tale infatti è la quantità di acido cianidrico sopportabile dall'uomo.

98A4	**Pyrus amygdaliformis** Vill.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Rosaceae
Nomi italiani: Perastro, Pero selvatico , Pero mandorlino	**Nomi sardi :** Pirastu, Pireddu, Piroi, Pira 'e boi
Habitat: radure e garighe, margini dei boschi, fino a 1.400m s.l.m.	**Fioritura:** III—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** arbusto, talvolta albero, caducifoglio e alto fino a 10m. ***Chioma***: globosa. ***Tronco*:** eretto, spesso ramificato dal basso. I rami hanno gli apici con spine terminali. ***Foglie*:** lanceolate, con margine intero e breve picciolo. La pagina superiore è color verde chiaro, la pagina inferiore è leggermente più chiara. ***Infiorescenze*:** i fiori sono numerosissimi, tanto da ricoprire per intero la pianta. Sono bianchi, con antere rossicce. ***Frutti*:** sono piccoli pomi globosi, sostanzialmente delle minuscole pere, di colore verde-bruno. Commestibili, ma farinosi e aciduli, maturano tra ottobre e novembre.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, ma diviene ruvida col tempo, e tende a suddividersi in placche longitudinali. I rami giovani sono tomentosi, come anche la pagina inferiore delle foglie.

Descrizione olfattiva Il perastro è particolarmente aromatico nel periodo della fioritura, diffondendo un odore dolciastro. Anche i frutti sono aromatici, se pestati e stropicciati. Rilasciano il tipico aroma della pera, che non ha bisogno di descrizione.

Usi Il Perastro, noto come Pero mandorlino, deve il suo nome alla somiglianza con il Mandorlo (*Prunus dulcis*). Si tratta di una pianta a lento accrescimento, che può raggiungere dimensioni ragguardevoli. In Sardegna, nei *Supramontes*, esistono numerosi esemplari plurisecolari, alti anche 15m. Viene spesso utilizzato come portainnesto per le varietà di pera coltivate. In altre aree montane della Sardegna è possibile rintracciare un'altra specie di Pero selvatico (*Pyrus communis* L.), che si distingue dal Perastro per le foglie con margine seghettato, più piccole e ovate, con la pagina inferiore liscia. In sopravvivenza il frutto rappresenta una risorsa alimentare. Il consumo da fresco non è particolarmente indicato: molto aspro e farinoso, stimola la sete, sebbene il sapore possa essere a tratti gradevole. Il frutto bollito è certamente più piacevole.

101A1	**Populus alba** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Salicaceae
Nomi italiani: Pioppo bianco, Gàttice	**Nomi sardi:** Costhiarvu, Fustialbu, Fustiarvu, Linna bianca, Linnarbu, Ustiarvu
Habitat: terreni umidi e freschi, profondi, specie vicino ai corsi d'acqua, fino a 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** III—IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 35m. ***Chioma***: ampia, mediamente densa. ***Tronco*:** eretto, con corteccia bianco—grigia, tendente al nero nella parte basale. Sulla corteccia tendono a formarsi lenticelle orizzontali più scure e rugose. ***Foglie*:** lunghe dai 5 ai 10cm, dotate di lungo picciolo, con lamina ovale o palmata. La pagina superiore della foglia è color verde scuro, quella inferiore biancastra per via del tomento. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti su piante distinte, raccolti in amenti penduli. ***Frutti:*** sono capsule verdi, che liberano a maturità i semi dotati di pappo lanoso.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, rugosa soltanto nella parte basale e sulle lenticelle. I rami giovani sono soffici al tatto, essendo coperti da una lanugine biancastra. La pagina inferiore delle foglie è invece coperta dal tomento vellutato.

Descrizione olfattiva Il pioppo bianco, soprattutto per via delle sue aree vegetative, emana un odore blando di humus.

Usi Il Pioppo bianco, in sopravvivenza, può fornire informazioni precise sulla presenza di corsi d'acqua, oppure aree umide dove è possibile ricavarla. Meno evidente del Pioppo nero, per questo scopo, è però utilizzabile per ricavare acqua pulita dalle foglie, attraverso la traspirazione di quella contenuta nelle frasche (che si raccoglie all'interno di una busta di plastica). Diffuso è anche il Pioppo gatterino [*Populus canescens* (Aiton) Sm.], simile al Pioppo bianco per via della corteccia, ma distinguibile per la taglia inferiore e per le foglie con dentatura irregolare e picciolo più corto, grigie sulla pagina inferiore. Fornisce un legno utile per la lavorazione di utensili, ma spesso poco utile per l'accensione di fuochi, essendo spesso impregnato d'acqua per via delle aree fluviali dove cresce. Il pappo lanoso dei semi è un'ottima esca primaria per l'accensione di fuochi con l'acciarino.

101A2	**Populus nigra** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Salicaceae
Nomi italiani: Pioppo nero	**Nomi sardi :** Fustialbu, Costhiarvu nieddu nieddu, Linnarbu, Pioppu, Pubulìa.
Habitat: terreni umidi e freschi, profondi, specie vicino ai corsi d'acqua, fino a 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** III—IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, alto fino a 30 m. ***Chioma***: ampia, irregolare. ***Tronco*:** eretto, slanciato, nodoso e ramificato. Corteccia grigio—brunastra, regolare verso la sommità della pianta, screpolata e fessurata alla base. ***Foglie***: con lungo picciolo, quasi triangolari, con apice acuminato. La pagina superiore è color verde intenso, lucida, con venature evidenti e giallastre. La pagina inferiore è più chiara. ***Infiorescenze*:** Sono amenti penduli che recano fiori unisessuali, su piante distinte. Quelli maschili sono di colore rosso—bruno, quelli femminili giallo—verdi. ***Frutti:*** sono capsule ovoidali, grandi dai 5 agli 8 mm, che liberano a maturità i semi lanuginosi.

Descrizione tattile La corteccia è ruvida nella parte bassa dell'albero, liscia sui rami giovani e della chioma. Le foglie sono lisce su entrambe le pagine.

Descrizione olfattiva Il pioppo, in relazione al suo habitat emana un odore blando di humus.

Usi Il Pioppo nero, fornisce informazioni molto precise sulla presenza di corsi d'acqua, oppure sulle aree umide dove è possibile ricavarla. Tutto ciò è possibile grazie alla sua forma slanciata e alla sua altezza, che lo rendono facilmente distinguibile, specie in autunno (grazie alla colorazione delle foglie). Crescendo lungo corsi d'acqua, la distribuzione dei singoli esemplari talvolta ne ricorda la forma. Il Pioppo nero cresce spesso insieme a salici e ontani. Come le altre specie di pioppo, è utilizzabile per ricavare acqua pulita dalle foglie, attraverso la traspirazione di quella contenuta nelle frasche (che si raccoglie all'interno di una busta di plastica). Sempre che la chioma sia accessibile per via dell'altezza. Fornisce un legno utile per la lavorazione di utensili, ma spesso poco utile per l'accensione di fuochi, essendo spesso impregnato d'acqua per via delle aree fluviali dove cresce.

101A3	**Salix alba** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Salicaceae
Nomi italiani: Salice bianco, Salice comune	**Nomi sardi :** Sàlixi, Sàlligi, Sàlighe, Vèsthiga
Habitat: terreni umidi, corsi d'acqua, fino ai 1000m s.l.m.	**Fioritura:** III—IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero, talvolta arbusto, caducifoglio, alto fino a 20 m. ***Chioma***: globosa, spesso irregolare. ***Tronco*:** eretto, corteccia grigia, fessurata, con un disegno a reticolo. Spesso ramificato fin dalla base. I rami giovani sono flessibili, sottili. ***Foglie*:** alterne, lunghe dai 10 ai 15 cm, dotate di breve picciolo, lanceolate e acuminate, con margine seghettato. La pagina superiore delle foglie è verde, con peli argentati, mentre quella inferiore è bianca, tomentosa (il nome ' bianco' deriva da questa caratteristica). ***Infiorescenze*:** compaiono con la fogliazione, e crescono su piante distinte. I fiori maschili sono amenti lunghi in genere 7 cm, dotati due stami, antere gialle e filamenti pelosi; quelli femminili sono verdi, più piccoli, con un ovario a forma di pera, completamente glabro. ***Frutti:*** sono capsule sessili del diametro massimo di 6 mm, che a maturità liberano semi avvolti dalla bambagia.

Descrizione tattile Il Salice bianco si riconosce per via delle foglie morbide, tomentose. Anche i semi sono riconoscibili per essere lanosi.

Descrizione olfattiva: Il Salice bianco è pressoché inodore.

Usi: Si tratta di una pianta a crescita rapida, che vegeta spesso con il Salice fragile (*Salix Fragilis*), con il quale si ibrida. L'utilità di questa specie è legata all'uso del legno, specie quello dei rami giovani, che essendo flessibile si presta alla costruzione di nasse o intrecci. Il seme lanoso, raccolto e conservato asciutto, è un'ottima esca per accendere fuochi. Fornisce informazioni sulla presenza d'acqua, anche a distanza, se è possibile scorgere la sua chioma biancastra. Più facile da trovare lungo i corsi d'acqua che non il Pioppo, è però meno evidente per via della sua altezza spesso modesta.

101A4	**Salix fragilis** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Salicaceae
Nomi italiani: Salice fragile	**Nomi sardi :** Sàlixi, Sàlligi, Sàlighe,
Habitat: terreni umidi, acquitrini, corsi d'acqua, fino ai 1000m s.l.m.	**Fioritura:** III—IV

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, talvolta arbusto, alto fino a 20 m. ***Chioma***: arrotondata. ***Tronco*:** eretto, spesso ramificato fin dalla base. Corteccia grigia e fessurata, con screpolature longitudinali. I rami giovani sono glabri. ***Foglie*:** strette, lanceolate, con il margine seghettato grossolanamente. La foglia giovane è leggermente tomentosa, ma diviene glabra col tempo, ed acquisisce il caratteristico colore verde lucente. La pagina inferiore è grigio—verde. ***Infiorescenze*:** crescono su piante distinte, ed anticipano la fogliazione. I fiori maschili sono gialli, dotati di due stami, e sono raccolti in amenti eretti; quelli femminili sono verdi, dotati del solo pistillo, più morbidi rispetto a quelli maschili. ***Frutti:*** sono capsule sessili che a maturità liberano semi avvolti da bambagia. ***Radici:*** profonde, importanti per il consolidamento delle sponde dei fiumi.

Descrizione tattile Il Salice fragile si riconosce per la fragilità dei rami giovani, che offrono pochissima resistenza alla flessione, rompendosi facilmente alle biforcazioni. L'azione del vento, o una leggera pressione della mano, sono sufficienti a staccare un ramo giovane. I semi sono lanosi.

Descrizione olfattiva: Il Salice fragile è pressoché inodore.

Usi: Il Salice fragile è una pianta a crescita rapida, che vegeta spesso con il Salice bianco (*Salix alba*), con il quale si ibrida. Fornisce informazioni sulla presenza d'acqua. Più facile da trovare lungo i corsi d'acqua che non il Pioppo, è però meno evidente per via della sua altezza modesta. Il seme lanoso, raccolto e conservato asciutto, è un'ottima esca per accendere fuochi con l'acciarino.

101A5	**Salix pedicellata** Desf.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Salicaceae
Nomi italiani: Salice pedicellato	**Nomi sardi :** Atoa, Azoa, Thova, Sarpa
Habitat: eliofila, si rinviene lungo gli alvei fluviali, fino ai 1000m s.l.m.	**Fioritura:** III—IV

Descrizione visiva ***Portamento*****:** arbusto, talvolta alberello alto fino a 5-7m. ***Chioma***: espansa, irregolare. ***Tronco*****:** eretto, spesso ramificato fin dalla base. La corteccia è grossolana e grigiastra. I rami giovani sono grigio-tomentosi, con peluria rasa. Su di essi si sviluppano gemme rossastre glabre o leggermente pelose. ***Foglie*****:** sono oblungo-ellittiche, con margine ondulato-crenato. La pagina superiore è glabra, quella inferiore più chiara e tomentosa. ***Infiorescenze*****:** specie dioica. I fiori maschili e femminili si sviluppano su piante distinte. Quelli maschili sono raccolti in amenti. ***Frutti:*** sono capsule sessili di 5-9mm che a maturità liberano semi avvolti da bambagia

Descrizione tattile Rispetto a specie simili (*Salix fragilis* o *Salix alba*), il Salix pedicellata ha le foglie leggermente più coriacee. Queste ultime sono facilmente riconoscibili al tatto per essere glabre sulla pagina superiore, pubescenti su quella inferiore

Descrizione olfattiva: Specie pressoché inodore.

Usi: Trattandosi di una pianta minuta, l'uso del legno è limitato a piccoli lavori di ebanisteria. Il seme lanoso, raccolto e conservato asciutto, è un'ottima esca per accendere fuochi con l'acciarino. La corteccia e le foglie contengono tannini; utilizzate negli infusi hanno proprietà antisettiche e astringenti, toniche e febbrifughe.

101A6	**Salix purpurea** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Salicaceae
Nomi italiani: Salice rosso	**Nomi sardi :** Sàlighe, Sàlixi, Ollastu de arriu,
Habitat: Corsi d'acqua, sponde di fiumi e torrenti, specie su terreni sabbiosi, fino a 1.000m s.l.m.	**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero caducifoglio, talvolta arbusto, da 1 a 8 m. ***Chioma***: irregolare. ***Tronco*:** molto ramificato fin dalla base. I rami giovani sono di colore rossastro, ma virano verso il grigio cenere con l'età. ***Foglie*:** Sono lineari, spatolate, lunghe fino a 6 cm, dotate di margine finemente seghettato. La pagina superiore è liscia, verde scura, quella inferiore verde glauco. Raramente le foglie sono pubescenti. Sono brevemente picciolate. ***Infiorescenze*:** crescono su piante distinte, ed anticipano la fogliazione. I fiori maschili sono gialli, dotati di due stami e antere rossastre, e sono raccolti in amenti eretti; quelli femminili sono verdi, dotati del solo pistillo, spesso arcuati. ***Frutti:*** sono capsule ovoidali, che a maturità liberano semi avvolti da bambagia. ***Radici:*** profonde, estese, resistenti allo sradicamento, importanti per il consolidamento delle sponde dei fiumi.

Descrizione tattile La corteccia del Salice rosso è caratteristicamente liscia al tatto, specie sui rami giovani. Le foglie sono coriacee.

Descrizione olfattiva: Il Salice rosso è pressoché inodore.

Usi: Fornisce informazioni sulla presenza d'acqua dolce e possibili risorgive, specie sui corsi d'acqua a carattere torrentizio. Si tratta di una specie con diffusione meno capillare rispetto al Salice bianco o al Salice fragile, dai quali si distingue per le foglie molto più sottili.

103A1	**Acer monspessulanum** L.

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Sapindaceae
Nomi italiani: Acero minore, Acero trilobo	**Nomi sardi :** Àceru, Còstighe, Còstiu, Linnu malu
Habitat: Boschi termofili di latifoglie, pietraie, terreni calcarei, fino a 1.400m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** piccolo albero caducifoglio, spesso arbusto, alto fino a 6m. ***Chioma***: globosa e fitta. ***Tronco*:** sinuoso, densamente ramificato. La corteccia è grigia negli esemplari giovani, diventa color bruno chiaro col tempo, fessurandosi. ***Foglie*:** sono coriacee, picciolate, con una lamina a tre lobi (da cui il nome), con margine intero, larghe 4-6cm e lunghe 3-4cm. La parte superiore della foglia è lucida, color verde scuro, quella inferiore è più chiara. ***Infiorescenze*:** i fiori sono ermafroditi, di colore giallastro, disposti in corimbi penduli. ***Frutti:*** sono disamare rossastre, dotate di due ali quasi parallele. La caratteristica principale dell'Acero è la variazione del colore delle foglie in autunno, che diventano totalmente rosse.

Descrizione tattile La corteccia è liscia negli esemplari giovani, le foglie coriacee.

Descrizione olfattiva La pianta è pressoché inodore.

Usi L'acero minore è un albero il cui legno potrebbe essere utilizzato per il fuoco in cucina, o per creare manufatti. Tuttavia, nel rispetto dei luoghi dove esso cresce, è bene servirsi di altre piante. Vista la sua colorazione peculiare in autunno, che spicca sul verde o il giallo di altre piante, può essere utilizzato come punto di riferimento. Sul terreno carsico del Supramonte, dove cresce isolato, è molto facile da distinguere, e può aiutare a fare delle stime sulle distanze da percorrere.

106A1	**Ailanthus altissima** (Mill.) Swingle

Divisione: Angiospermae	**Famiglia:** Simaroubaceae
Nomi italiani: Ailanto, Albero del Paradiso	**Nomi sardi :** Ailàntu
Habitat: Pianta rustica adattabile a qualsiasi substrato. Terreni incolti, torrenti, bordi stradali, fino a 800m s.l.m.	**Fioritura:** VI—VII

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero deciduo a rapido accrescimento, alto fino a 20 (30)m. ***Chioma***: espansa, non troppo fitta. ***Tronco*:** eretto, ramificato spesso fin dalla base, con tendenza a generare polloni lunghi e slanciati. La corteccia è grigia e liscia. Negli esemplari più vecchi tende a fessurarsi longitudinalmente. I rami dell'anno sono di colore bruno rossiccio, tomentosi, con le cicatrici delle foglie perse. ***Foglie*:** picciolate, alterne, imparipennate, lunghe da 40 a 70cm. Sono di colore verde, più scuro durante l'estate, glabre. I singoli segmenti sono foglie lanceolate, con lungo apice, base asimmetrica e dentatura irregolare. Sono tipicamente raggruppati in coppie. ***Infiorescenze*:** unisessuali, sono pannocchie terminali lunghe fino a 20cm. Sorreggono fiori attinomorfi di 5mm, di colore verde-giallo. I sepali del singolo fiore sono 5 o 6, minuscoli ed embriciati. I petali, nello stesso numero, raggiungono i 5mm e sono patenti. Sono infine presenti 10 stami dotati di filamenti pelosi, più lunghi nei fiori maschili che non in quelli femminili. ***Frutti:*** polisamare di 4 o 5 samare alate, lunghe 3cm. Sono oblunghe con un unico seme bruno al centro.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, le foglie giovani sono vellutate, le gemme tomentose. Le samare hanno consistenza papiracea. Irritante per contatto nei soggetti sensibili.

Descrizione olfattiva La pianta è pressoché inodore.

Usi Specie officinale tossica. Corteccia, rami giovani, foglie e radici contengono alcaloidi (*ailantina*), mucillagine, resina, saponine ed olii essenziali. La presenza di tannini conferisce proprietà antisettiche, non direttamente sfruttabili. La pianta, originaria dell'Asia e importata per scopi ornamentali e per l'allevamento del bombice (che produceva una seta), veniva utilizzata per preparazioni antisettiche e astringenti, piuttosto amare e lievemente tossiche. Tra gli effetti si registrava spesso la nausea. Il legno dell'Ailanto è compatto, di colore giallo chiaro, ma piuttosto fragile. Non è adatto alla realizzazione di oggetti robusti e duraturi. I polloni, tuttavia, grazie alla loro lunghezza e regolarità, possono essere utilizzati per improvvisare coperture o sostegni in piccoli rifugi fatti di frasche. Le foglie contengono un colorante naturale giallo.

110A1	**Taxus baccata** L.

Divisione: Gymnospermae	**Famiglia:** Taxaceae
Nomi italiani: Tasso, Albero della morte	**Nomi sardi :** Tassu, Tàsua, Tàsuru, Enis, Linn'arrùbia
Habitat: terreni calcarei, zone ombrose e fresche, tra i 600 e i 1200m s.l.m.	**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva ***Portamento*:** albero sempreverde, a lento accrescimento, possente, alto fino ai 30 m (mediamente 15), ed estremamente longevo (supera i 2000 anni). ***Chioma***: espansa, densa, di colore verde scuro e intenso. ***Tronco*:** eretto, spesso ramificato fin dalla base. La corteccia è caratteristicamente rossastra, squamosa ovunque tranne che sui rami giovani. Si sfalda in sottili strisce, disposte longitudinalmente. ***Foglie*:** lineari, appiattite, su file opposte. Sono lucide sulla pagina superiore, opache su quella inferiore. ***Infiorescenze*:** fiori unisessuali, presenti su piante distinte. Quelli maschili sono piccoli amenti ascellari, di colore giallo sporco, quelli femminili sono verdi, crescono isolati e hanno la forma di una piccola gemma. ***Frutto:*** è simile ad una bacca, sebbene non si tratti del frutto vero e proprio, ma di una membrana (detta *arillocarpo*).

Descrizione tattile Si sconsiglia il riconoscimento tattile per via della tossicità della pianta.

Descrizione olfattiva Il Tasso è pressoché inodore.

Usi Il Tasso è una specie tossica per uomini e bestie, con effetto narcotico e paralizzante. Non a caso le bestie evitano la sosta sotto le sue fronde. L'uso alimentare di legno, corteccia, foglie e frutti (escluso l'arillocarpo) è potenzialmente letale. Solo l'arillocarpo è commestibile, ed il sapore perfino gradevole, ma è d'obbligo evitare la contaminazione con la linfa presente nelle foglie o nei rami. Il principio attivo responsabile della tossicità delle foglie, dei rami e dei semi, è un alcaloide detto *tassina*, concentrata al 2% nelle foglie più vecchie. Paradossalmente, a titolo di curiosità, alcune sostanze tossiche presenti nella pianta possono essere usate come principi attivi nelle cure chemioterapiche. Con le dovute precauzioni, è possibile trarre grande vantaggio dall'uso del legno, caratterizzato da notevole resistenza in trazione e compressione, nonché elasticità. Storicamente, il legno del Tasso è stato il materiale eccellente per la costruzione di archi (basti pensare all'arco lungo inglese) e frecce.