



FLORA
della **SARDEGNA**

Luca Murtas

ARBUSTI

TOMO II



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 essere 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.

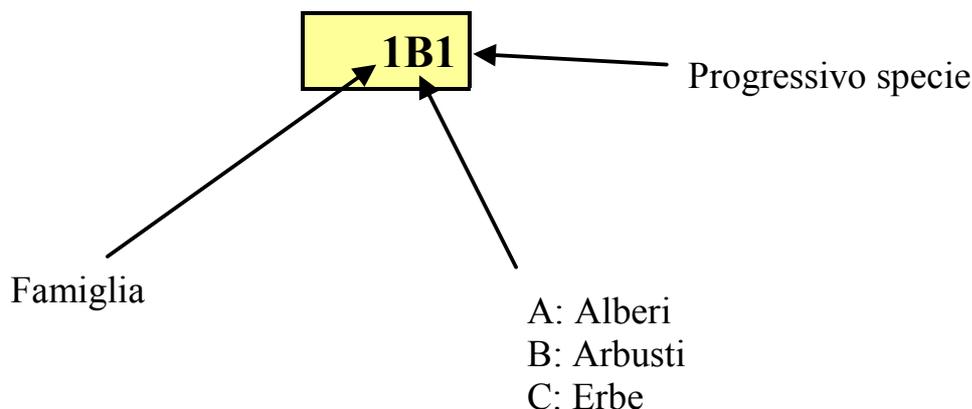
Descrizione olfattiva caratterizzazione olfattiva, se rilevante.

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.

ARBUSTI

Indice

SEZIONE
MANCANTE

Divisione: Angiospermae	Famiglia: Adoxaceae
Nomi italiani: Viburno, Laurotino	Nomi sardi : Rùbia de padenti, Sambucu areste Melajana, Miliana
Habitat: lecceta, macchia, in aree fresche, fino a 1.200m s.l.m.	Fioritura: XII —VI

Descrizione visiva *Portamento:* piccolo arbusto, talvolta di ragguardevoli dimensioni, alto fino a 5 m. *Fusto:* eretto, slanciato, caratterizzato da corteccia grigio—biancastra sulle parti vecchie, verde lucente sui rami giovani. *Foglie:* opposte, coriacee, ellittiche con lamina intera. La pagina superiore è color verde lucente. Quella inferiore è più chiara, leggermente tomentosa. *Infiorescenze:* i fiori crescono in corimbi terminali, di colore bianco o leggermente rosato, dotati di cinque petali. *Frutti:* sono piccole drupe, grandi in media 5 mm, caratterizzate da un colore blu glauco, nere a maturità.

Descrizione tattile Il Viburno è immediatamente riconoscibile per la corteccia liscia e la ramificazione poco densa, nonché per le foglie coriacee e leggermente revolute sulla pagina inferiore.

Descrizione olfattiva Il Viburno non è riconoscibile per via olfattiva.

Usi Il Viburno è una pianta officinale tossica (in particolare i frutti). In passato, attraverso particolari processi, veniva utilizzato per la cura dell'idropisia e come anticatarrale. Non è dunque utile per scopi alimentari o curativi in sopravvivenza. Il suo legno, tuttavia, è duro e compatto, spesso privo di nodosità, il che lo rende adatto per la costruzioni di utensili (non destinati alla cucina), e armi da lancio. Particolarmente indicato per realizzare frecce.



Divisione: Angiospermae		Famiglia: Anacardiaceae	
Nomi italiani: Lentisco		Nomi sardi : Moddissi, Modditzi, Ollestincu Chessa, Lestincu.	
Habitat: macchie, garighe, zone soleggiate fino a 700m s.l.m.		Fioritura: III-IV	

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto, talvolta piccolo albero sempreverde, alto fino a 6 m. *Tronco:* molto ramificato, sinuoso, corteccia grigio bruna nella parte basale e bruno rossastra sui rami giovani. *Foglie:* paripennate, composte da 4 o 5 paia di piccole foglie lanceolate, con margine intero, coriacee. *Infiorescenze:* fiori unisessuali, presenti su piante distinte, riuniti in piccole pannocchie. Quelli maschili sono di colore rosso-bruno. Quelli femminili sono tipicamente verdi. *Frutti:* piccole drupe sferiche, di diametro variabile dai 3 ai 6 mm. Sono dapprima rosse, nere a maturità.

Descrizione tattile Il Lentisco si presenta coriaceo al tatto.

Descrizione olfattiva Il Lentisco è facilmente riconoscibile per via del forte odore resinoso di tutte le sue parti.

Usi Il Lentisco ha molteplici impieghi. Le sue frasche e il suo legno sono particolarmente adatti per i fuochi ad alta visibilità, grazie agli oli infiammabili contenuti nelle sue parti. In passato (oggi giorno quest'usanza è in ripresa), dai frutti del Lentisco veniva estratto un olio commestibile molto aromatico, utilizzato in cucina e per le lampade. Tra le risorse immediatamente disponibili, il Lentisco produce, tramite incisione del tronco e dei rami più grossi, una resina gommosa nota come *mastiche di Chio*. Tale resina gommosa veniva masticata per rafforzare le gengive e purificare l'alito. In sopravvivenza può rivelarsi utile per alleviare il dolore legato all'infiammazione delle gengive.



7A1

Bupleurum fruticosum L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Apiaceae**Nomi italiani:** Buplèuro cespuglioso**Nomi sardi:** Linna pudèscia, Linna niedda, Linna pùdida. Laru cràbinu**Habitat:** rupi soleggiate, garighe rocciose, substrati calcarei, fino a 1.200m s.l.m.**Fioritura:** VI—VIII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto sempreverde alto in media 1-2m. *Fusto:* ramificato dal basso, rami eretti e legnosi. La corteccia è liscia, di colore rossastro. *Foglie:* hanno forma ellittico-lanceolata e margine intero. Presentano una evidente nervatura centrale, più chiara. Sono subsessili, raggiungono le dimensioni di 3 x 10cm. Di consistenza coriacea, hanno la pagina superiore lucida, quella inferiore con la nervatura centrale e le diramazioni che raggiungono il margine. *Infiorescenze:* sono ombrelle terminali dotate di 5—30 raggi. I singoli fiori sono simili a piccoli chiodi di garofano, gialli, con breve peduncolo e calice conico. La corolla è costituita da 5 petali arrotolati su se stessi verso il centro, con scanalatura centrale. *Frutto:* è uno schizocarpo nero che raggiunge quasi 10mm di diametro.

Descrizione tattile Foglie coriacee e glabre, corteccia liscia.

Descrizione olfattiva I fiori del Buplèuro sono molto aromatici. La linfa emana un forte odore.

Usi Nonostante l'aspetto poco invitante, simile a quello dell'*Euphorbia*, i fiori del Buplèuro sono utilizzati in cucina come spezie. La pianta contiene un olio aromatico con funzione emolliente.



Divisione: Angiospermae**Famiglia:** Apiaceae**Nomi italiani:** Cretamo, Finocchio marino**Nomi sardi:** Fenugu de mari, Fenùju de mare**Habitat:** rupi, zone costiere, scogli.**Fioritura:** VI—VIII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta suffruticosa, alta fino a 50 cm. *Fusto:* ramificato, legnoso alla base, poi erbaceo sulle sommità, suddiviso in scapi verticali. *Foglie:* bipennatosette o tripennatosette, caratterizzate da segmenti lanceolati, lineari, carnosi e con punta acuminata. *Infiorescenze:* sono fiori di colore giallo—verde, riuniti in ombrelle, che crescono sulla sommità degli scapi. *Frutto:* di colore giallo, tendente al bruno, è un piccolo globo ovato di 5 mm di diametro.

Descrizione tattile La pianta si presenta al tatto rigida, carnosa.

Descrizione olfattiva Il Finocchio marino deve il suo nome proprio al caratteristico aroma, intermedio tra quello del Sedano e del Finocchio selvatico.

Usi Utile nella sopravvivenza negli ambienti marini. Gli scapi carnosi possono essere consumati lessi. La pianta, fatto legato al suo ambiente di sviluppo, è fonte di iodina e sali minerali. Costituisce un integratore di vitamina C.



Divisione: Angiospermae**Famiglia:** Apocynaceae**Nomi italiani:** Oleandro**Nomi sardi :** Oleandru, Olisandru, Sabadiglia
Belandru, Launaxi, Neulake**Habitat:** sponde fluviali, greti dei torrenti, fino a 500m s.l.m.**Fioritura:** V—VIII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto sempreverde, talvolta albero, alto fino a 4 m. *Fusto:* rami eretti., lineari e flessibili. La corteccia è grigiastra, fessurata longitudinalmente, specie nelle parti più vecchie. *Foglie:* sono coriacee, con breve picciolo, color verde scuro, lunghe dai 5 ai 15 cm, con margine intero. La nervatura mediana è evidente su entrambe le pagine della foglia. *Infiorescenze:* fiori vistosi, con corolla di colore variabile dal bianco al rosa, fino al rosso. *Frutti:* sono follicoli a forma di sigaro, lunghi fino a 15 cm, contenenti numerosi semi lanosi.

Descrizione tattile L'Oleandro si presenta come una pianta dalle foglie e frutti coriacei.

Descrizione olfattiva L'Oleandro è una pianta inodore, fatta eccezione per il periodo della fioritura, nel quale i fiori emettono un blando profumo dolciastro.

Usi L'Oleandro è una pianta piuttosto comune nell'area del Mediterraneo, ed è utile saperla riconoscere poiché si tratta di una specie tossica per l'uomo e per gli animali. L'ingestione provoca tachicardia, con aumento della frequenza respiratoria, e causa disturbi gastrici (nausea, vomito e bruciore). Ha effetto tossico anche sul sistema nervoso centrale, portando all'assopimento. La causa della tossicità è, unita agli alcaloidi, l'oleandrina. Si tratta di un glicoside cardiotossico, porta alla morte per collasso cardio-respiratorio (ingestione massiccia). L'Oleandro mantiene i suoi principi tossici anche reciso, e dopo l'essiccazione: si deve evitare l'utilizzo come combustibile, specie nella preparazione di cibi a diretto contatto con la fiamma. Si deve evitare il consumo di acqua laddove vi siano particolari concentrazioni di piante di Oleandro. La lanugine presente nel frutto secco può essere utilizzata come esca per accendere il fuoco.



12B1**Chamaerops humilis L.****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Arecaceae**Nomi italiani:** Palma nana, Cefaglione, Palma di San Pietro**Nomi sardi :** Margagliò, Prama de iscovas, Prama de Santu Pedru, Pramitzu**Habitat:** zone litoranee calde e assolate.**Fioritura:** V - VI

Descrizione visiva *Portamento:* piccola pianta arbustiva sempreverde, alta in media 2-4m, 10m se coltivata. *Fusto:* stipite eretto, talvolta contorto e acaule. Tende a generare, col tempo, stipiti secondari alla base, conferendo alla pianta un aspetto policormico. Su tutto il fusto sono presenti le cicatrici lignificate delle guaine fogliari più vecchie, associate ai loro residui fibrosi. *Foglie:* sono coriacee, disposte in una corona apicale. Sono glabre, di colore verde acceso, persistenti e piuttosto estese (fino a 80cm). Sono dotate di un lungo picciolo semicilindrico (fino a 40cm), provvisto sui bordi di aculei eretti brunastri. La base è allargata, guainante il fusto. La lamina è palmatopartita, a forma di ventaglio, con una successione di 20-25 segmenti ripiegati a doccia. *Infiorescenze:* si sviluppano in densi spadici ascellari di 20-40cm, spesso ramificati. Sorreggono numerosi fiori di colore giallo-verde, unisessuali o ermafroditi, che crescono solitamente su piante distinte. Ogni fiore è avvolto da una coppia di guaine rossastre e caduche. Il perigonio è formato da 6 tepali sepaloidi, uniti alla base. Sono presenti, per ogni fiore, 6 stami dotati di filamenti saldati a forma di anello. *Frutto:* è una drupa (*dattero*) di consistenza carnosa e di forma ellissoidale, grande fino a 3cm. Il colore varia dal verde (quando acerbo) al bruno-rosso della maturità. *Radice:* apparato fitto e robusto.

Descrizione tattile Le foglie sono fibrose, palmate e coriacee. Tendono a sfilacciarsi. I lunghi piccioli sono dotati di spine pungenti, mentre lo stipite è fibroso al tatto.

Descrizione olfattiva I frutti della Palma nana hanno un odore fetido facilmente distinguibile.

Usi Specie commestibile. Di questa specie sono utilizzabili, a scopo alimurgico, i giovani germogli apicali. Hanno consistenza spugnosa. Anche i frutti sono commestibili, tannici e con proprietà astringenti. Le foglie possono essere utilizzate per vari scopi: dalla realizzazione di ramazze, cesti e cappelli, fino alla preparazione di funi con la tecnica dell'intreccio e perfino fili da imbastitura per riparazioni di emergenza sui tessuti di cotone. Oltre all'uso ornamentale, contribuisce a contrastare l'erosione del suolo, grazie all'apparato radicale e esteso, e tende a ripopolare zone desertificate.



Divisione: Angiospermae		Famiglia: Asparagaceae	
Nomi italiani: Asparago selvatico, Asparago pungente.		Nomi sardi : Sparau, Isparau, Spàragu, Sparau fèmina	
Habitat: siepi, garighe, macchie, boschi, fino a 1.000m s.l.m.		Fioritura: VIII—XI	

Descrizione visiva *Portamento:* piccola pianta perenne, alta fino a 150 cm. *Fusto:* rizomatoso, molto ramificato, spesso tende ad avere il portamento di una liana. I rami giovani sono di colore verde—bruno, striati, mentre quelli vecchi virano verso il grigio—bruno. *Foglie:* nell'evoluzione, le foglie dell'Asparago si sono ridotte a squame, e ciò che appare come un fitto scovolo di aghi (da 4 a 12) non è altro che un agglomerato di cladodi pungenti e coriacei. *Infiorescenze:* i fiori sono piccoli e verdastri. *Frutti:* sono bacche sferiche di 5 o 6 mm di diametro, bianco giallastre se acerbe, nere o violacee a maturità.

Descrizione tattile L'Asparago comune è facilmente riconoscibile al tatto per la sua spigolosità e la sua consistenza, simile a quella di un tappeto sintetico.

Descrizione olfattiva Se vengono stropicciati i turioni (asparagi), l'Asparago emette un odore corposo e amarognolo di erba appena tagliata.

Usi In sopravvivenza, l'Asparago costituisce una gradevole risorsa alimentare. I suoi turioni (i getti nuovi della pianta, con la caratteristica forma), sono abbastanza facili da trovare, soprattutto nelle zone impoverite, popolate da Corbezzolo e Lentisco, o reduci da incendi recenti. Un modo pratico per cucinare i turioni dell'Asparago è quello del cartoccio: si avvolgono gli asparagi nelle foglie fresche dell'Asfodelo e si ripone il tutto sotto la brace ardente. Quando le foglie superiori sono incesnerite, si può estrarre il turione per il consumo. Da un punto di vista nutrizionale, 100 g di asparagi forniscono 22 kcal, ed apportano fibre vegetali, acido folico, vitamine A C E (meglio dunque dei beveroni industriali) ed alcune del gruppo B. L'Asparago apporta anche sali minerali quali fosforo, calcio e cromo. Grazie a quest'ultimo, l'Asparago può tornare utile in sopravvivenza anche a coloro che soffrono di diabete. Il cromo infatti riduce i livelli di glucosio nel sangue, agendo sull'insulina. Caratteristico dell'Asparago è il forte odore rilasciato dall'urina umana dopo il suo consumo.



Divisione: Angiospermae	Famiglia: Asparagaceae
Nomi italiani: Asparago bianco	Nomi sardi : Sparau biancu, Sparau burdu, Sparau mascu
Habitat: siepi, garighe, macchie, boschi, fino a 1.000m s.l.m.	Fioritura: VIII—X

Descrizione visiva *Portamento:* piccola pianta perenne, cespugliosa, alta fino a 90 cm. *Fusto:* I rami sono biancastri, spinosi e contorti. *Foglie:* nell'evoluzione, le foglie dell'Asparago bianco si sono ridotte a squame, e ciò che appare come un fitto scovolo di aghi mollicci (da 10 a 30) non è altro che un agglomerato di cladodi pungenti e coriacei. *Infiorescenze:* sono piccoli fiori pedunculati bianchi, con breve picciolo, riuniti in gruppi da 6 a 12. *Frutti:* sono bacche sferiche di 5 o 6 mm di diametro, rossastre.

Descrizione tattile L'Asparago bianco è facilmente riconoscibile al tatto per la sua spigolosità e la sua consistenza legnosa, maggiore di quella dell'Asparago comune.

Descrizione olfattiva Se vengono stropicciati i turioni (asparagi), l'Asparago emette un odore corposo e amarognolo di erba appena tagliata.

Usi In sopravvivenza, l'Asparago bianco costituisce una risorsa alimentare. Come quelli dell'Asparago comune, anche i turioni dell'Asparago bianco sono commestibili, ma restano più amari. I suoi turioni (i getti nuovi della pianta, con la caratteristica forma), sono abbastanza facili da trovare, soprattutto nei substrati aridi popolati da Corbezzolo e Lentisco, o reduci da incendi recenti. Un modo pratico per cucinare i turioni dell'Asparago bianco è quello del cartoccio: si avvolgono gli asparagi nelle foglie fresche dell'Asfodelo e si ripone il tutto sotto la brace ardente. Quando le foglie superiori sono incenerite, si può estrarre il turione per il consumo. Le proprietà nutrizionali sono analoghe a quelle dell'Asparago comune.



14B3

Asparagus horridus L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Asparagaceae**Nomi italiani:** Asparago spinoso**Nomi sardi :** Sparau, Isparau, Spàragu, Sparau fèmina**Habitat:** siepi, garighe, macchie, boschi, fino ai 500m s.l.m.**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva *Portamento:* piccola pianta perenne, cespugliosa, alta fino 150 cm, presente solo in Calabria, Sicilia e Sardegna. *Fusto:* i fusti sono legnosi, striati da giovani, color verde glauco. *Foglie:* nell'evoluzione, le foglie dell'Asparago spinoso si sono ridotte a squame, e ciò che appare sono i semplici cladodi spinescenti, che crescono isolati (o gruppi di 2 o 3). I cladodi sono caratterizzati da una sezione quasi quadrangolare, e sono lunghi dai 15 ai 30 mm. *Infiorescenze:* sono piccoli fiori ascellari, a forma di stella, che crescono in gruppi da 2 a 8, con 6 tepali gialli o verdi. *Frutti:* sono bacche sferiche di 6 o 7 mm di diametro, verde glauco se acerbe, nerastre a maturità.

Descrizione tattile L'Asparago spinoso è facilmente riconoscibile al tatto per la sua spigolosità e la sua consistenza legnosa, maggiore di quella dell'Asparago comune e dell'Asparago bianco.

Descrizione olfattiva Se vengono stropicciati i turioni (asparagi), l'Asparago spinoso emette un odore corposo e amarognolo di erba appena tagliata.

Usi In sopravvivenza, l'Asparago spinoso costituisce una risorsa alimentare. Come quelli dell'Asparago comune, anche i turioni dell'Asparago spinoso sono commestibili, ma restano più amari. I suoi turioni (i getti nuovi della pianta, con la caratteristica forma), sono abbastanza facili da trovare, soprattutto nelle zone impoverite, o reduci da incendi recenti. Un modo pratico per cucinare i turioni dell'Asparago spinoso è quello del cartoccio, analogo a quello presentato nella scheda B16.



14B4

Ruscus aculeatus L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Asparagaceae**Nomi italiani:** Pungitopo, Rusco**Nomi sardi :** Spinatòpis, Buscadinu, Frùschiu**Habitat:** lecceta (sottobosco), macchia, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** II-IV

Descrizione visiva *Portamento:* piccolo arbusto perenne, suffruticoso, con rizoma strisciante, alto fino a 100 cm. *Fusto:* di colore verde acceso, con striature più scure, ramificato ed eretto. *Foglie:* quelle che appaiono come foglie sono cladodi (come anche per la specie *Asparagus*), di forma ovale-lanceolata, lunghi dai 20 ai 30 mm. Presentano una spina apicale. *Infiorescenze:* i fiori spuntano al centro dei cladodi, dando l'illusione di spuntare dalle foglie. Sono minuti, con tepali verdastri, a forma di stella. *Frutti:* piccole bacche rosse e globose, con diametro variabile da 5 a 10 mm.

Descrizione tattile Il Pungitopo deve il suo nome alla sua natura coriacea e spinosa, evidente al tatto. Infatti, in passato veniva utilizzato nelle dispense per tenere i topi lontani dalle scorte di cibo.

Descrizione olfattiva Il Pungitopo è pressoché inodore.

Usi Il Pungitopo è una pianta con proprietà officinali. Tra i flavonoidi contenuti nel Pungitopo è presente il *rutoside* (analogo alla vitamina P), utile per migliorare lo stato della circolazione sanguigna, attraverso il rafforzamento dei capillari. Il decotto delle foglie di Pungitopo funge da antinfiammatorio, ed ha effetti diuretici. Diverso è il discorso relativo alle bacche: la polpa, se ingerita, provoca vomito, diarrea e dolori addominali. Nonostante ciò, in passato, i semi contenuti all'interno della bacca venivano utilizzati come surrogato del caffè, attraverso la tostatura.



16B1

Artemisia arborescens (Vaill.) L**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Asteraceae**Nomi italiani:** Artemisia, Assenzio arbustivo, Assenzio marino**Nomi sardi :** Assentu, Assenzu, Athetu, Attentu, Senzu**Habitat:** incolti, rupi costiere, bordi stradali, fino a 1.000 m s.l.m.**Fioritura:** IV—VII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta arbustiva perenne, con portamento cespuglioso, alta in media 50—150 cm (talvolta 200 cm). *Fusti:* eretti, di colore bianco, tomentosi e ramificati sulle parti giovani. La parte basale ha consistenza lignea. *Foglie:* sono alterne, di colore bianco-sericeo, dotate di lungo picciolo e tripennatosette. I segmenti sono lineari, ottusi nella parte apicale della foglia, larghi non più di 2mm. Le foglie della parte superiore della pianta sono più piccole, sessili e bipennatosette. *Infiorescenze:* si sviluppano come capolini emisferici di 5 mm di diametro, dotati di un lungo peduncolo. Prima della fioritura, i capolini sono penduli, e sono disposti in una pannocchia dotata di foglie. Le squame dell'involucro sono lineari e sericee. I fiori sono tubolari, di colore giallo acceso, lunghi circa 2 mm. Quelli periferici sono femminili, mentre euilli del disco centrale sono ermafroditi. *Frutto:* achenio a forma di cuneo, cosparsa di ghiandole oleose brunastre.

Descrizione tattile L'Assenzio è una pianta di facile riconoscimento. Le foglie si presentano al tatto estremamente morbide, quasi vellutate.

Descrizione olfattiva L'Assenzio è una pianta fortemente aromatica, che ricorda il Vermouth.

Usi L'Assenzio contiene numerosi principi attivi ed oli essenziali (*camazulene* e *monoterpenoni*). Tali principi attivi hanno azione anti-infiammatoria, diuretica, antistaminica, antivirale e antimicrobica. L'infuso o il decotto di foglie e fiori ha principalmente azione febbrifuga, vermifuga e digestiva. L'Artemisia è da considerarsi una pianta tossica (presenza di *tujone*), il cui consumo può indurre una grave forma di intossicazione detta *absintismo* (deriva appunto da Assenzio). Queste complicazioni erano comuni per gli abituali consumatori dell'omonimo distillato alcolico, tanto da renderne l'uso proibito (e ricercato).



16B2**Helichrysum italicum (Roth) subsp. microphyllum (Willd.)****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Asteraceae**Nomi italiani:** Elicriso**Nomi sardi :** Uscradinu, Frore de Santu Juanne, Scova de Santa Maria,**Habitat:** terreni sassosi, garighe e macchie, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** III—V

Descrizione visiva *Portamento:* pianta suffruticosa, tomentosa, color grigio biancastro. *Fusto:* i piccoli fusti, eretti, sono scapi ascendenti. *Foglie:* strette, lineari, lunghe, dai 5 ai 10 mm, disposte ad angolo retto rispetto al fusto (foglie patenti). *Infiorescenze:* i fiori sono riuniti in capolini, raccolti in densi corimbi con fiori tubolari, color giallo. *Frutti:* il frutto è un achenio, caratterizzato da un pappo di peli.

Descrizione tattile L'Elicriso si presenta come una pianta morbida al tatto, tomentosa.

Descrizione olfattiva L'Elicriso è fortemente aromatico, pungente, ed è facilmente riconoscibile anche senza stropicciare le foglie.

Usi Questa specie, diffusa in Sardegna, è molto simile all'*Helichrysum italicum* subsp. *italicum*, ed è rispetto ad essa più esile e minuta. In sopravvivenza l'uso dell'Elicriso è limitato principalmente ai fiori, con i quali è possibile fare un decotto con proprietà analgesiche e astringenti. Sono sufficienti 100 g di fiori. Può essere usato anche come decongestionante, attraverso l'inalazione dei suffumigi.



16B3

Helichrysum saxatile Cambess subsp. **tyrrhenicum** B. B. & G.

Divisione: Angiospermae	Famiglia: Asteraceae
Nomi italiani: Elicriso di Sardegna, Perpetuini di Sardegna.	Nomi sardi : Allue fogu, Semprìbiu
Habitat: terreni sassosi, garighe e macchie, endemica di Corsica e Sardegna, fino a 1.000m s.l.m.	Fioritura: V—VII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta suffruticosa e cespugliosa, tomentosa, color grigio biancastro. *Fusto:* i piccoli fusti, eretti, sono scapi ascendenti con diametro di 2,5mm. *Foglie:* strette, lineari, lunghe fino a 70mm e larghe 2-4mm. *Infiorescenze:* i fiori sono riuniti in capolini emisferici di 6-8mm, raccolti in densi corimbi con fiori tubolari, aventi corolla gialla lunga in media 4mm. Ogni capolino è avvolto da brattee appressate e rigonfie, di colore giallastro. Quelle esterne sono ovate, quelle interne lanceolate. *Frutti:* il frutto è un achenio grande 1mm circa, papilloso, caratterizzato da un pappo di peli lungo fino a 4 mm

Descrizione tattile L'Elicriso di Sardegna si presenta morbido al tatto, tomentoso.

Descrizione olfattiva L'Elicriso di Sardegna è fortemente aromatico, pungente, ed è facilmente riconoscibile anche senza stropicciare le foglie.

Note Questa specie, diffusa in Sardegna, è molto simile all'*Helichrysum italicum* subsp. *microphyllum*, ed ha, rispetto ad essa, le foglie più sviluppate. Efficacissimo per l'accensione di fuochi.



16B4

Phagnalon saxatile (L.) Cass.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Asteraceae**Nomi italiani:** Scuderi a foglie sottili**Nomi sardi:** Erba de S. Maria, Allui fogu**Habitat:** rupi, muretti, terreni aridi, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** III—VI

Descrizione visiva *Portamento:* suffrutice perenne cespugliosa, alta in media 20-50 cm. *Fusti:* sono legnosi, ramificati ed ascendenti, coperti da una patina tomentosa biancastra. *Foglie:* sono alterne, lineari, raggiungono in media i 2 x 40 mm. Hanno margine intero, leggermente revoluto sulla pagina inferiore. Quest'ultima appare decisamente più chiara, conferendo alla pianta un aspetto bicolore. *Infiorescenze:* i fiori si sviluppano su capolini solitari, di forma emisferica, posti su lunghi scapi fiorali. Raggiungono il mezzo centimetro di diametro e sono avvolti da 3-4 serie di brattee. Quelle inferiori, lanceolate, sono ripiegate verso il basso. Quelle superiori sono acute, lesiniformi, con bordo ondulato. I fiori veri e propri, che si sviluppano al centro del capolino, sono tubuli giallastri, lunghi 5—8 mm. Quelli centrali sono ermafroditi, gli esterni femminili. Gli stammi, appiattiti, sono dotati di un ciuffo di peli apicale. *Frutti:* sono acheni (1 mm) dotati di pappo peloso (8 mm).

Descrizione tattile I fusti e la pagina inferiore delle foglie sono tomentosi.

Descrizione olfattiva Lo Scuderi è una pianta aromatica dall'odore intenso, acre.

Usi Lo Scuderi è una pianta dai molteplici utilizzi, al pari delle congeneri. Pur trattandosi di una pianta potenzialmente allergenica per contatto, l'infuso delle foglie è piuttosto conosciuto in erboristeria per le blande proprietà analgesiche e carminative. Talvolta, viene utilizzata come erba aromatica nelle pietanze. Come suggerisce il nome sardo, grazie alla presenza di numerosi oli essenziali, questa pianta costituisce un'ottima esca secondaria per il fuoco (in particolare i capolini secchi).



Divisione: Angiospermae		Famiglia: Asteraceae	
Nomi italiani: Santolina, Crespolina della Corsica		Nomi sardi : Erba de bremis, Erva 'e ciscos, Murgulèu	
Habitat: aree colline e montane, esposte al sole. Endemismo tipico del Monte Albo e dei territori tra Lula e Siniscola. Presente anche sul Gennargentu, da 800 a 1.400m s.l.m.		Fioritura: V-VII	

Descrizione visiva *Portamento:* piccolo arbusto perenne, dal portamento cespuglioso, molto ramificato, alto dai 30 ai 90 cm. *Fusti:* hanno portamento eretto. *Foglie:* dotate di breve picciolo, si sviluppano densamente sui rami, ed hanno forma lineare. Sono lunghe in media 2-3cm sui rami sterili, più corte su quelli fertili. Sono dotate di minute (1-3mm) lacinie carnose. *Infiorescenze:* a partire da aprile si sviluppano numerosi capolini, posti sulla sommità di lunghi peduncoli fioriferi, che si ingrossano progressivamente. I capolini hanno forma emisferica, a coppa, con un diametro di 5—10 mm. Raccolgono al loro interno numerosi fiori di colore giallo vivo. *Frutti:* sono piccoli acheni.

Descrizione tattile La Santolina è coperta da un tomento di colore cinereo, talvolta tendente al giallo, facilmente riconoscibile al tatto. Le foglie, disposte fittamente sui rami, danno la sensazione di toccare agglomerati di piccole sferule carnose.

Descrizione olfattiva La Santolina diffonde un odore balsamico solo se le sue parti vengono frizionate. L'aroma è peraltro piuttosto blando.

Usi Questa specie del genere Santolina è un endemismo, del quale bisogna avere massimo rispetto.

Note Si tratta di una specie molto simile alla *Santolina insularis*, maggiormente diffusa. Quest'ultima ha capolini più grandi (arrivano a 16mm) ed emisferici. Le lacinie fogliari raggiungono i 4 mm.



17B1

Berberis aetnensis C. Presl

Divisione: Angiospermae		Famiglia: Berberidaceae	
Nomi italiani: Crespino dell'Etna		Nomi sardi : Spina Cristi, Spina santa	
Habitat: aree montane aride e sassose, da 1.400 a 2.100m s.l.m. Endemismo della Sardegna, Corsica e Sicilia. In Sardegna vegeta sul Gennergentu e sul Corraisi.		Fioritura: V-VI	

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto caducifoglio molto spinoso e ramificato, alto fino a 100cm, spesso prostrato per via dei venti che sferzano le quote alle quali vegeta. *Fusti:* legnosi, sono rossastri da giovani, virano verso il grigio cenere dopo un anno circa. Sono presenti numerose e ben sviluppate spine. *Foglie:* sono picciolate, coriacee, e crescono alla base delle spine. Hanno lamina ellittica o lanceolata e margine seghettato-spinoso. Hanno dimensioni di circa 7x30mm. *Infiorescenze:* sono racemi ascellari delle spine, che sorreggono 2-10 fiori con pedicello (6mm). I singoli fiori presentano alla base una bratteola acuta di colore rosso ed hanno una serie di petali gialli interi (talvolta dentellati). *Frutti:* sono vistose bacche oblunghe grandi fino a 1 cm, rosse a maturità, che ricordano vagamente il frutto del Tasso. Persistono fino ad inverno inoltrato.

Descrizione tattile La pianta si presenta piuttosto spinosa e pungente nel complesso. Le foglie hanno i margini spinosi e semirigidi; nel complesso hanno consistenza coriacea.

Descrizione olfattiva Non riconoscibile per via olfattiva.

Usi Nessun uso noto.



Divisione: Angiospermae**Famiglia:** Brassicaceae**Nomi italiani:** Cavolo di Sardegna, Cavolo rupestre**Nomi sardi :** Càbiu de arrocca, Caul'aresti, Cauleddu.**Habitat:** aree rocciose, sia costiere che montane, da 1.000m s.l.m.**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva *Portamento:* pianta suffruticosa semicaducifolia, alta da 40 a 100cm (durante l'antesi), pressoché glabra. *Fusto:* solo la base del fusto è legnosa. Si ramifica nella parte mediana ed assume una forma spesso contorta, con sezione cilindrica (diametro fino a 20mm), di colore verde pallido. *Foglie:* è presente una rosetta basale di foglie alterne ed oblanceolate e sub-lirate, lunghe da 10 a 20cm, pruinose, dotate di uno spesso picciolo alato. I lobi del picciolo sono disposti ai lati e sono irregolarmente dentati. Le foglie della parte caulina sono pennatofide, dotate di lobi basali di 3cm. Nel complesso, tutte le foglie presentano una lamina increspata e irregolare, e sono caratterizzate da evidenti nervature chiare sulla pagina inferiore. *Infiorescenza:* è un racemo composto da 50-100 fiori pedunculati, grandi fino a 3cm. Il singolo fiore è di colore bianco, tetramero, e si dispone patente o deflesso rispetto al racemo. I sepali, di colore verde, sono grandi 3-8mm, divergono dal picciolo e cadono con la fioritura. Sono infine presenti 6 stami, dotati di filamenti bianchi (1mm) sormontati da antere gialle (4mm). *Frutti:* sono silique deiscenti a sezione cilindrica, schiacciate sui lati e dotate di strozzature trasversali (lomenti) con becco terminale. Raggiungono i 100 x 5mm. I semi sono piccoli globi di 1 o 2mm, bruni o neri, dalla superficie liscia.

Descrizione tattile La pianta si presenta mediamente carnosa, glabra, con foglie e fusti pruinosi.

Descrizione olfattiva L'odore delle foglie e del fusto, come il sapore, ricorda quello dei broccoli, ma è più deciso. Il fiore diffonde un profumo dolciastro.

Usi Specie commestibile. L'infiorescenza e le foglie più tenere costituiscono la parte più ricercata. Queste parti vengono tipicamente pulite e lessate.



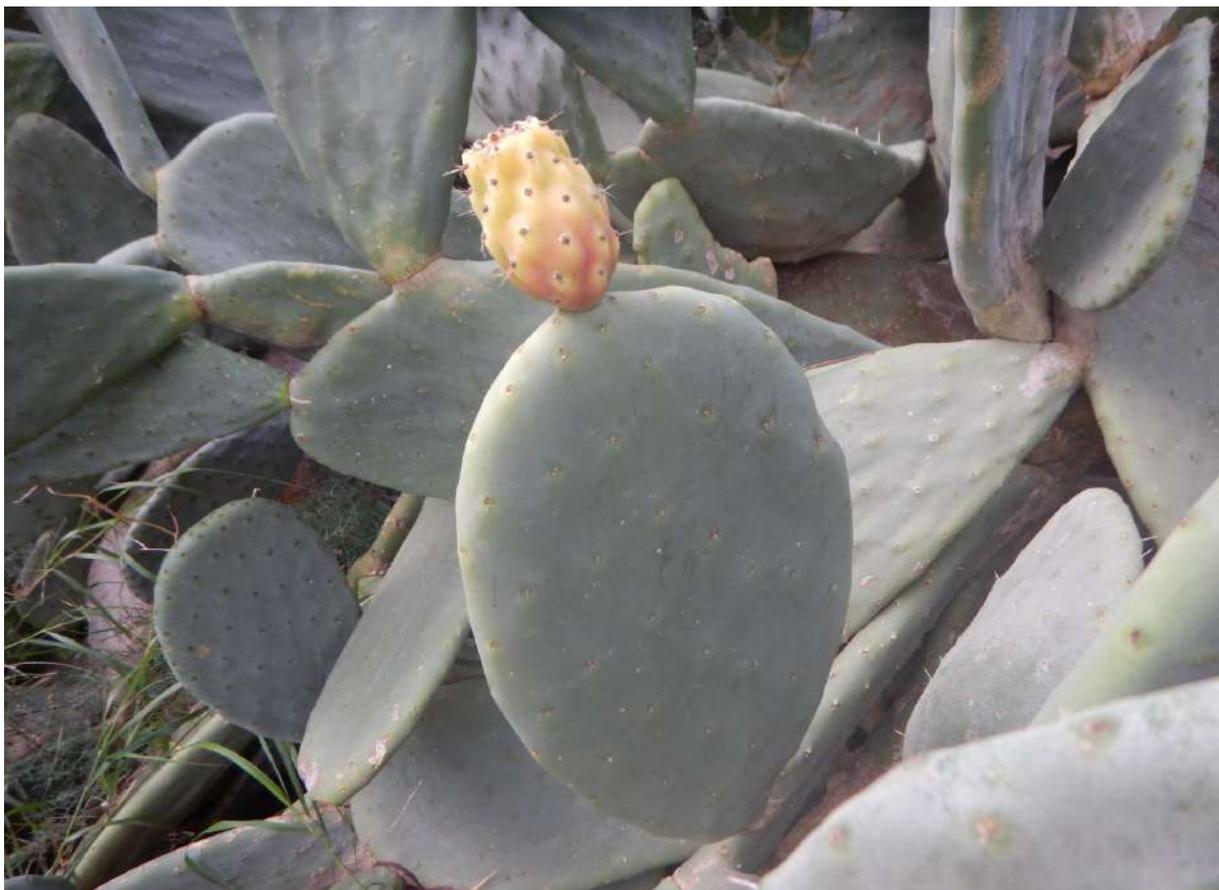
23B1**Opuntia ficus-indica (L.) Mill.****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Cactaceae**Nomi italiani:** Fico d'India**Nomi sardi:** Figu morisca, Figu de cràbas, Figu moru**Habitat:** zone rocciose, zone rurali, fino a 400m s.l.m.**Fioritura:** IV—VII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta carnosa, talvolta arbusto, con portamento cespuglioso, capace di raggiungere i 3 m. *Fusto:* in genere si tratta di una successione di pale che spuntano l'una sull'altra. Si tratta di cladodi di forma ovale, cosparsi da spine più o meno robuste a seconda delle varietà. Talvolta (specie se le piante sono ben tenute), il fusto ha uno stato arbustivo legnoso. *Infiorescenze:* sono fiori solitari, che spuntano sul frutto immaturo, caratterizzati di colore variabile dal giallo all'arancio, con screziature rosse. *Frutti:* crescono addensati sui margini dei cladodi, lunghi anche 10 cm, dalla forma ovale. Sono cosparsi di ciuffi di minuscole spine (glochidi), distribuiti sulla superficie esterna e concentrati alla base della corolla. I semi sono contenuti all'interno, avvolti dalla parte commestibile, gelatinosa.

Descrizione tattile La pianta è inconfondibile per il suo portamento. Le pale del Fico d'India appaiono carnose e lisce al tatto.

Descrizione olfattiva Il Fico d'India non emette particolari profumi, se non quello blando dei frutti lasciati a marcire. Se spezzate, le pale diffondono un odore simile a quello del cetriolo.

Usi Il Fico d'India non è una pianta originaria dell'area del Mediterraneo, ma giunge dall'America tropicale. Tuttavia, si è diffusa e naturalizzata in tutto il bacino, ed ha uno scarsissimo bisogno d'acqua. In sopravvivenza, il Fico d'India è particolarmente utile per le proprietà nutritive (53 kcal / 100g) dei suoi frutti, che possono essere consumati freschi oppure cotti. Il frutto apporta sali minerali quali calcio, fosforo, e vitamina C. Anche il fiore è commestibile, molto dolce, sia i petali che il pistillo. Le stesse pale possono essere consumate fresche, e costituiscono un integratore d'acqua. Unica attenzione deve essere posta nel consumo eccessivo di tale frutto, che può produrre occlusioni intestinali per via della formazione di boli di semi nell'intestino crasso.



26B1

Capparis orientalis Veill.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Capparaceae**Nomi italiani:** Capparo, Cappero comune**Nomi sardi:** Càpparu, Caàpperu. Tàppara. Tàppari. Tàppuru**Habitat:** terreni rocciosi e calcarei, rupi e ruderi, muri, fino a 200m s.l.m.**Fioritura:** II—VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto eliofilo; suffrutice densamente ramificato. *Fusto:* i rami sono arcuati, ricadenti o prostrati, estesi 40—80cm. *Foglie:* dotate di picciolo, lungo da 2 a 10mm. Sono alterne, di forma ovata, talvolta cuoriforme alla base, con margine intero. Hanno dimensioni 2-5 x 3-6cm; sono inspessite e dotate di fine peluria. Sono presenti stipole spinose, brunastre, all'ascella della foglia, precocemente caduche. *Infiorescenze:* i fiori sono appariscenti, solitari, si sviluppano all'ascella della foglia. Il calice è formato da 4 sepali ovati di 1-2cm, concavi e rigonfi. Il calice ha colore variabile dal verde al rosso. La corolla è formata da 4 petali bianchi, grandi 3-7cm, con numerosi stami violacei e allungati. *Frutto:* bacca carnosa ovoidale, piriforme o reniforme, lunga fino a 4cm, di colore dapprima verde, poi rosso a maturità. Ogni bacca contiene numerosi semi, immersi in una polpa rosea.

Descrizione tattile Le foglie sono carnose, quasi rigide. L'apice dei rami è talvolta farinoso.

Descrizione olfattiva I fiori sono molto profumati. Le foglie, come i boccioli e i rami, se stropicciati diffondono il caratteristico odore del cappero, amaro-gnolo, come del resto il sapore. Quest'ultimo è dovuto alla presenza del flavonoide *capparirutina*.

Usi Del Cappero viene utilizzato principalmente il fiore immaturo, posto in salamoia o sotto salatura per attenuare il sapore amaro. Il flavonoide contenuto (*capparirutina*) può essere usato in farmacologia per l'effetto benefico su capillari ed emorroidi.



Divisione: Angiospermae	Famiglia: Chenopodiaceae
Nomi italiani: Àlimo, Atriplice	Nomi sardi: Àlimu, Èlima, Èlimu, Selebra
Habitat: incolti sabbiosi, litorali rocciosi, fino a 200m s.l.m.	Fioritura: VII— X

Descrizione visiva *Portamento:* pianta con portamento arbustivo, perenne, alta 1—2 m. *Fusti:* sottili, molto ramificati, con corteccia grigia o giallo pallido, caratterizzata da striature longitudinali. *Foglie:* dotate di picciolo corto, sulla sommità della pianta hanno forma ovale o romboidale, mentre alla base sono lanceolate. Tutte hanno margine intero, e sono grandi da 2 a 5 cm, generalmente larghe la metà. Sono di colore bianco argenteo, leggermente carnose. *Infiorescenze:* crescono sulla parte terminale dei rami, e sono raccolte in pannocchie lunghe anche 20 cm, prive di brattee. I singoli fiori sono poco appariscenti, unisessuali. Quelli maschili sono riuniti, nelle pannocchie, in glomeruli distanziati e dall'aspetto farinoso, ed hanno colore giallo rosato, caratterizzati da 5 tepali, e altrettanti stami con antere gialle. Quelli femminili sono posti alla base di quelli maschili. L'ovario è racchiuso tra due brattee ovali, che si ingrossano durante la fruttificazione. *Frutti:* diclesio racchiuso dalle brattee dei fiori femminili, che ne costituiscono l'esocarpo.

Descrizione tattile Pianta morbida al tatto, specie i rami giovani, che sono pubescenti. I fiori hanno consistenza farinosa.

Descrizione olfattiva L'Àlimo, se stropicciato, lascia sulle mani un odore pungente di erba sfalciata.

Usi L'Àlimo, poiché vegeta nei litorali sabbiosi, ed è talvolta usato come frangivento, si presta ad essere utilizzato nella sopravvivenza in ambiente urbano o marino. I giovani getti dell'Àlimo possono essere consumati attraverso breve bollitura, meglio se con l'aggiunta di limone. L'Àlimo è ricco di fibre, proteine e numerosi oligominerali, tra cui il cromo. Ha proprietà diuretiche, emollienti e rinfrescanti.



Divisione: Angiospermae

Famiglia: Cistaceae

Nomi italiani: Cisto bianco, Cisto a foglie sessili.

Nomi sardi : Murdegu, Mudregu, Montrecu biancu, Mudre'u vòinu, Mudrecu.

Habitat: zone aride e rocciose, soprattutto calcaree; macchia e sottobosco, spesso reduci da incendi, fino a 1.300 m s.l.m.

Fioritura: IV—VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto legnoso alto fino a 1 m. *Fusto:* presto ramificato, legnoso alla base. I rami giovani sono lanosi, di color grigio—biancastro, specie nella parte apicale. *Foglie:* a lamina ellittica, sessili, opposte, caratterizzate da 3 nervature evidenti sulla pagina inferiore. *Infiorescenze:* i fiori crescono solitari, sulla parte terminale dei rami. Sono costituiti da 5 petali, obovati, con l'attaccatura a cuneo, lunghi 2—3 cm e dall'aspetto stropicciato. Sono di colore rosa purpureo, presentano numerosi stami gialli al centro. Sono avvolti, prima di sbocciare, da sepalì tomentosi ovali, lunghi fino a 1 cm. I fiori durano pochissimo (neppure un giorno). *Frutti:* sono piccole capsule, sub sferiche, aventi 5 loculi contenenti i semi. Pare che il nome stesso Cisto derivi dal greco *kisthò*, ovvero scatoletta, per la somiglianza con i loculi che contengono i semi.

Descrizione tattile Il Cisto bianco si presenta come una pianta morbida al tatto, tomentosa.

Descrizione olfattiva Tutte le specie di Cisto sono facilmente riconoscibili per l'intenso odore delle foglie e dei fiori, che ricorda vagamente l'incenso (in Medio Oriente veniva utilizzato come tale). Tale resina viene comunemente chiamata *ladano*. Alcune specie, come il Cisto Bianco, per via dell'aroma venivano utilizzate come surrogato del tabacco.

Usi Tutte le specie di Cisto si rivelano utili in sopravvivenza per l'elevata combustibilità delle resine e delle sostanze volatili contenute in esse. Il Cisto si rivela dunque utile come esca o per realizzare fascine altamente infiammabili, utili anche per fare fuochi ad alta visibilità.



Divisione: Angiospermae		Famiglia: Cistaceae
Nomi italiani: Cisto rosso		Nomi sardi : Mèrgiu, Mudregu arrùbiu, Mudreku burdu, Murdegu kràbiu
Habitat: zone aride e rocciose, macchia e gariga, fino a 1.300m s.l.m.		Fioritura: IV—V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto legnoso alto fino a 1 m. *Fusto:* presto ramificato, legnoso alla base. I rami giovani sono intricati, tomentosi e lanosi (meno che nel Cisto bianco), di color grigio—biancastro. *Foglie:* a lamina ellittica e ondulata, con picciolo allargato alla base, spesso rosso, opposte, caratterizzate da nervature in rilievo sulla pagina inferiore. *Infiorescenze:* i fiori crescono solitari, sulla parte terminale dei rami. Sono costituiti da 5 petali, obovati, con l'attaccatura a cuneo, lunghi fino a 4 cm e dall'aspetto stropicciato. Sono di colore rosa carminio, presentano numerosi stami gialli al centro. Sono avvolti, prima di sbocciare, da sepalì tomentosi ovali, lunghi fino a 15 mm. I fiori durano pochissimo (neppure un giorno). *Frutti:* sono piccole capsule globose, contenenti i semi, caratterizzate dalla presenza di minuscoli peli.

Descrizione tattile Il Cisto rosso si presenta come una pianta morbida al tatto, tomentosa, ma meno vischiosa del Cisto bianco.

Descrizione olfattiva Tutte le specie di Cisto sono facilmente riconoscibili per l'intenso odore delle foglie e dei fiori, che ricorda vagamente l'incenso (in Medio Oriente veniva utilizzato come tale). Tale resina viene comunemente chiamata ladano.

Usi Tutte le specie di Cisto si rivelano utili in sopravvivenza per l'elevata combustibilità delle resine e delle sostanze volatili contenute in esse. Il Cisto si rivela dunque utile come esca o per realizzare fascine altamente infiammabili, utili per improvvisare fuochi ad alta visibilità.



Divisione: Angiospermae

Famiglia: Cistaceae

Nomi italiani: Cisto marino, Cisto di Montpellier

Nomi sardi : Mudregu, Murdegu còinu, Murdegu biancu

Habitat: zone aride e rocciose; macchia e gariga, spesso reduci da incendi, fino a 1.000m s.l.m.

Fioritura: III—VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto legnoso sempreverde alto fino a 120 cm. *Fusto:* eretto, presto ramificato. *Foglie:* lanceolate, a lamina lineare, sessili, rugose e di color verde scuro. *Infiorescenze:* i fiori sono costituiti da 5 petali, obovati, con l'attaccatura a cuneo, diametro di 2—3 cm e aspetto stropicciato. Sono di colore bianco candido, presentano numerosi stami gialli al centro. Sono avvolti, prima di sbocciare, da sepal pelosi ovali. *Frutti:* sono piccole capsule ovoidali, contenenti i semi.

Descrizione tattile Il Cisto marino si presenta come una pianta ruvida al tatto, molto vischiosa.

Descrizione olfattiva Tutte le specie di Cisto sono facilmente riconoscibili per l'intenso odore delle foglie e dei fiori, che ricorda vagamente l'incenso (in Medio Oriente veniva utilizzato come tale). Tale resina viene comunemente chiamata ladano.

Usi Tutte le specie di Cisto si rivelano utili in sopravvivenza per l'elevata combustibilità delle resine e delle sostanze volatili contenute in esse. Il Cisto si rivela dunque utile come esca o per realizzare fascine altamente infiammabili, adatte per improvvisare fuochi ad alta visibilità.



31B4

Cistus salviifolius L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Cistaceae**Nomi italiani:** Cisto femmina, Scornabecco**Nomi sardi :** Murdegu burdu, Murdegu de porcus, Mùrdju nieddu, Macchiastreddu**Habitat:** macchia, gariga e sottobosco (lecceti), fino a 1000m s.l.m.**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto cespuglioso alto fino a 80 cm. *Fusto:* presto e densamente ramificato. *Foglie:* a lamina ovata oppure ellittica, opposte, con breve picciolo. La pagina superiore è di colore verde giallastro, rugosa; quella inferiore è più chiara e ricoperta di peluria. *Infiorescenza:* i fiori sono costituiti da 5 petali, obovati, che crescono solitari o in gruppi di 2 o 3, con diametro generalmente di 5 cm. Sono di colore bianco, presentano numerosi stami gialli al centro. Sono avvolti, prima di sbocciare, da sepalii villosi ovali, lunghi fino a 1 cm. *Frutti:* sono piccole capsule, sub sferiche, aventi 5 loculi contenenti i semi.

Descrizione tattile Il Cisto femmina si presenta come una pianta ruvida al tatto, villosa per la presenza di peli bianchi, ma non vischiosa.

Descrizione olfattiva Tutte le specie di Cisto sono facilmente riconoscibili per l'intenso odore delle foglie e dei fiori, che ricorda vagamente l'incenso (in Medio Oriente veniva utilizzato come tale). Tale resina viene comunemente chiamata ladano.

Usi Tutte le specie di Cisto si rivelano utili in sopravvivenza per l'elevata combustibilità delle resine e delle sostanze volatili contenute in esse. Il Cisto si rivela dunque utile come esca o per realizzare fascine altamente infiammabili, adatte per improvvisare fuochi ad alta visibilità.



38B1**Juniperus sibirica** Burgsd.**Divisione:** Gymnospermae**Famiglia:** Cupressaceae**Nomi italiani:** Ginepro nano**Nomi sardi :** Ghinìparu, Innìpiri, Zinnìbiri de monte**Habitat:** terreni sassosi, garighe e macchie montane, sopra i 1.200 m s.l.m.**Fioritura:** V—VII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto sempreverde che non supera i 50 cm di altezza. *Chioma:* densa, impenetrabile. *Tronco:* tozzo e contorto, ramoso e prostrato al suolo, dotato di corteccia bruno-rossastra. *Foglie:* coprono fittamente i rami, sono aghiformi e pungenti, con un'apparente linea biancastra sulla pagina superiore, prodotta dalla concavità di quest'ultima. *Infiorescenze:* quelle maschili, ascellari, recano minuti fiori gialli, mentre quelle femminili sono verdastri. Crescono su piante distinte. *Frutti:* sono gàbuli carnosi, con diametro dai 4 ai 6 mm. Sono dapprima verdi, successivamente virano verso il blu-viola.

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

Descrizione olfattiva Il profumo del Ginepro è quello caratteristico della resina.

Usi Molto simile alla specie *Juniperus communis*, viene talvolta classificato come sua sottospecie, precisamente *Juniperus communis L. supsp. Alpina*. In Sardegna popola solo le alture sopra i 1200 m, e vegeta in particolare sul massiccio del Gennargentu, Supramonte di Oliena e Orgosolo, Monte Linas. 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.



Divisione: Angiospermae		Famiglia: Ericaceae	
Nomi italiani: Corbezzolo, Àlbatro, Àrbuto		Nomi sardi : Obioni, Olioni, Aridoni, Lidone, Mela lidone	
Habitat: macchia, terreno prevalentemente siliceo, fino a 800m s.l.m.		Fioritura: IX—XII	

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto o albero sempreverde, alto fino a 10 m. *Chioma:* densa, color verde scuro. *Tronco:* Spesso contorto e nodoso, è molto ramificato, spesso fin dalla base. La corteccia è tipicamente rossastra, rugosa, fessurata. *Foglie:* sono coriacee, oblunghe e lanceolate, con margine seghettato e breve picciolo. La pagina superiore è lucida, color verde scuro, quella inferiore è più chiara ed opaca. *Infiorescenze:* i fiori sono piccole campanule bianche, raccolte in pannocchie pendenti, costituite da 10 fino a 30 elementi. *Frutti:* sono bacche sferiche di 2 cm di diametro, verdi se acerbe, poi gialle e infine rosse a maturità, con superficie granulosa. La fioritura avviene sempre dopo le prime piogge dell'autunno, e i frutti cui danno origine maturano soltanto dopo un anno, tantoché è possibile trovare sullo stesso albero frutti maturi, acerbi e perfino fiori, specie nel mese di novembre e dicembre.

Descrizione tattile Il Corbezzolo si riconosce facilmente per il legno. La corteccia è infatti stopposa al tatto, sottile, e si sfalda facilmente in piccole placche.

Descrizione olfattiva Il Corbezzolo, anche se stropicciato, non emette odori particolarmente utili per il riconoscimento, se non la componente tannica. Tuttavia, il frutto dolciastro rimasto a marcire diffonde un odor dolciastro caratteristico, tipico della fermentazione.

Usi Il legno del Corbezzolo è facilmente lavorabile, duro e resistente, adatto per il mantenimento dei fuochi, per la cucina, o per improvvisare la struttura portante di un rifugio. Il calore tende a vetrificarlo, fatto che lo rende particolarmente utile per costruire punte. Non è adatto per l'accensione di fuochi con metodi che prevedono l'uso del piolo. Il frutto è una risorsa alimentare importante, disponibile da settembre a dicembre. Il consumo di corbezzolo apporta circa 77 kcal /100g, ma può causare effetti indesiderati a causa della presenza di un alcaloide (arbutina). Il frutto ha la caratteristica di fermentare già durante la maturazione, e dunque anche nello stomaco di chi lo mangia. Lo stesso nome latino (*unum edo — ne mangio solo uno*) ne consiglia un uso moderato. Dalle foglie (ne bastano 10), tanniche e ricche di fenoli, è possibile ottenere un decotto con effetto astringente ed antidiarroico, antinfiammatorio per le vie biliari e urinarie, antispasmodico, diuretico ed antisettico.



Divisione: Angiospermae**Famiglia:** Ericaceae**Nomi italiani:** Erica arborea, Erica da ciocco, Ràdica, Stipa, Scopa corsa**Nomi sardi:** Tùvara, Tùvara mascu, Iddostra, Scopa màsciu.**Habitat:** boschi non troppo fitti, macchie e garighe, su terreni silicei, con clima caldo arido, fino a 1.200m s.l.m.**Fioritura:** III—V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto, talvolta alberello, sempreverde, alto fino a 5 m. *Fusto:* eretto, caratterizzato da una corteccia rossastra, ramificato, con i rami giovani coperti da una lanugine biancastra. *Foglie:* aghiformi, patenti, color verde scuro, raccolte in verticilli di 4 elementi. I margini delle foglie, anche se ciò non è facilmente distinguibile a occhio nudo, sono revoluti fino a coprire parzialmente la pagina inferiore, che appare come una sottile linea biancastra. *Infiorescenze:* sono pannocchie piramidali molto evidenti, costituite da numerosi fiori a campana, grandi circa 3 mm, caratterizzati da un peduncolo breve e portamento pendulo. Il colore caratteristico è il bianco, con leggere sfumature rosa. Le antere sono color bruno rossastro, ed hanno lo stilo prominente. *Frutti:* sono piccole capsule ovoidali, contenenti numerosi semi microscopici.

Descrizione tattile L'Erica è riconoscibile attraverso la corteccia stopposa e i rami tomentosi.

Descrizione olfattiva Emette un profumo dolciastro durante la fioritura, non troppo intenso.

Usi L'Erica arborea è una specie tipica dell'ambiente mediterraneo, che vegeta nei boschi di querce, filliree e Corbezzolo. Si tratta di una pianta in grado di riprendersi velocemente dagli incendi, rigenerandosi dalla radice e colonizzando le aree desertificate dal passaggio del fuoco. In sopravvivenza, l'Erica ha molteplici usi, specie in relazione all'impiego del legno e delle frasche. Il legno della radice, tipicamente nodoso e dalle evidenti venature, lo rende un ottimo materiale per la costruzione di pipe, ma in sopravvivenza può rendersi utile per la realizzazione di cucchiai. Il legno del fusto è invece un ottimo combustibile, adatto anche alla produzione del carbone. In particolare, le frasche secche dell'Erica sono perfette per l'accensione dei fuochi. Non solo: le frasche umide possono essere usate al pari di quelle secche per alimentare fuochi dopo una pioggia. Se le frasche vengono arse da fresche, sviluppano fumo in quantità, caratteristica utile per segnalare la propria presenza. Viene talvolta confusa con l'*Erica scoparia*, che vegeta negli stessi substrati. Quest'ultima è più piccola, i rami giovani non sono tomentosi e le corolle sono più piccole.



47B3

Erica scoparia L. subsp. **scoparia****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Ericaceae**Nomi italiani:** Erica da scope, Scopa**Nomi sardi:** Tùvara, Tùvara fèmina, Scopara, Iscoparzu, Scopa fèmina, Scova**Habitat:** boschi non troppo fitti, macchie e garighe, su terreni silicei, con clima caldo arido, fino a 1.200m s.l.m.**Fioritura:** V—VII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto sempreverde, alto fino a 150 cm. *Fusti:* numerosi ed eretti, legnosi, caratterizzati da una corteccia di colore bruno chiaro, con screpolature e placche. I rami giovani sono glabri. *Foglie:* aghiformi, patenti e rigide, color verde scuro, lunghe 5 mm e larghe 1 mm. I margini delle foglie, anche se ciò non è facilmente distinguibile a occhio nudo, sono revoluti fino a coprire parzialmente la pagina inferiore. *Infiorescenze:* i fiori sono raccolti in racemi, con corolla a campanula, di colore bianco-verde. Le antere sono prive di appendice e incluse nella corolla. *Frutti:* sono piccole capsule ovoidali, contenenti numerosi semi microscopici.

Descrizione tattile L'Erica è riconoscibile attraverso la corteccia stopposa.

Descrizione olfattiva L'Erica emette un profumo dolciastro, neppure troppo intenso, solo nel periodo della fioritura.

Usi L'Erica scoparia è una specie tipica dell'ambiente mediterraneo, che vegeta nei boschi di querce, filliree e corbezzolo. In sopravvivenza, l'Erica ha molteplici usi, specie in relazione all'impiego del legno e delle frasche. Il legno del fusto è un ottimo combustibile, adatto anche alla produzione del carbone. In particolare, le frasche secche dell'Erica sono perfette per l'accensione dei fuochi. Non solo: le frasche umide possono essere usate al pari di quelle secche per alimentare fuochi dopo una pioggia. Se le frasche vengono arse da fresche, sviluppano fumo in quantità, caratteristica utile per segnalare la propria presenza. Le frasche (da cui l'epiteo *scoparia*), possono essere utilizzate per realizzare delle scope rudimentali. Viene talvolta confusa con l'*Erica arborea*, che vegeta negli stessi substrati. Quest'ultima è più grande, i rami giovani sono tomentosi e le corolle sono più grandi.



Divisione: Angiospermae**Famiglia:** Ericaceae**Nomi italiani:** Erica tirrenica, Scopa a fiori rosa**Nomi sardi:** Mamma scova, Scova burda, Salina mascu, Tùvara, Tuvaredda, Scovedu**Habitat:** Aree umide e ombrose, su terreni silicei, fino 1.200m s.l.m.**Fioritura:** V—VIII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto sempreverde, alto fino a 150 cm. *Fusti:* eretti, legnosi, tomentosi se giovani, poco appressati. *Foglie:* aghiformi, patenti e rigide, color verde scuro, lunghe 5 mm e larghe 1 mm. Sono riunite in verticilli di 4 elementi. I margini delle foglie coprono parzialmente la pagina inferiore. *Infiorescenze:* i fiori sono raccolti in racemi di 4-10 elementi. La corolla, urceolata, è di colore rosa intenso o viola. Le antere sono racchiuse dalla corolla, mentre lo stilo è sporgente. *Frutti:* sono piccole capsule ovoidali pubescenti, contenenti numerosi semi microscopici.

Descrizione tattile L'Erica è riconoscibile attraverso la corteccia stopposa.

Descrizione olfattiva L'Erica emette un blando aroma dolciastro solo nel periodo della fioritura.

Usi In sopravvivenza, l'Erica ha molteplici usi, specie in relazione all'impiego del legno e delle frasche. Il legno del fusto è un ottimo combustibile, adatto anche alla produzione del carbone. Le frasche secche sono perfette per l'accensione dei fuochi. Se umide, possono essere usate al pari di quelle secche per alimentare fuochi dopo una pioggia. Se arse da fresche, sviluppano fumo in quantità, caratteristica utile per segnalare la propria presenza.

Note Viene talvolta confusa con l'*Erica arborea* o *scoparia*, che vegeta negli stessi substrati, ma rispetto a queste predilige luoghi ombrosi e umidi. Oltre all'aspetto più rado dei fusti, e ai verticilli, l'*Erica terminalis* si distingue per il colore della fioritura, che rispetto alle due specie citate è di colore rosa o viola. Altra possibile confusione riguarda l'*Erica multiflora*, simile per la fioritura, ma generalmente più piccola. Questa predilige le zone litoranee.



Divisione: Angiospermae		Famiglia: Euphorbiaceae
Nomi italiani: Euforbia arborescente	Nomi sardi: Lua, Lattòrigu di monti, Luba de monte, Runza de monte	
Habitat: zone collinari e litoranee, garriga, macchia, rupi, fino a 800m s.l.m.	Fioritura: XI— IV	

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto, talvolta piccolo albero caducifoglio, alto fino a 3 m. *Fusto:* legnoso, ramificato, caratterizzato dalle cicatrici delle foglie perse nelle fogliazioni passate. *Foglie:* sono lanceolate e lineari, glabre, lunghe in media 5 cm. Sono presenti solo sui rami giovani. Sono erette e patenti al centro del ramo giovane, flesse e rossastre nella parte superiore e inferiore. *Infiorescenze:* sono ombrelle (ciazi) terminali, aventi 5 o 6 raggi. Sulle infiorescenze sono presenti fiori unisessuali. Quello femminile è limitato al pistillo, ed è attorniato dai fiori maschili, ridotti invece al solo stimma. Sono presenti brattee di colore verde—giallognolo, disposte come una corolla, di forma ovale o rombica. *Frutti:* sono capsule lisce che, a maturità, si dividono in tre parti.

Descrizione tattile L'Euforbia è riconoscibile per i piccoli segni lasciati sul fusto dalle foglie cadute, oltre che per la natura carnosa di tutte le sue parti. Evitare il contatto con il lattice contenuto.

Descrizione olfattiva L'Euforbia non diffonde odori particolari, se non quello tipico di tutte le piante carnose, specie quando stropicciate o recise.

Usi L'Euforbia è una pianta tossica in tutte le sue parti. Per via della sua resistenza alla siccità e per la sua capacità di adattamento a diversi tipi di terreno, popola spesso le aree devastate dagli incendi, ed è dunque una pianta pioniera. L'Euforbia contiene un lattice bianco candido, secreto dalla pianta ferita, che oltre ad essere tossico ha anche proprietà urticanti. Il lattice è estremamente caustico a contatto con le mucose. La reattività con la pelle è tale da esser stato utilizzato per lungo tempo per bruciare porri e verruche (come il lattice del Fico). In passato veniva utilizzato diluito come energico purgante, come emetico con diluizioni maggiori. La pianta recisa e abbandonata nell'acqua di fiumi popolati dai pesci costituisce un'efficace tecnica di pesca. Infatti, sottraendo ossigeno all'acqua, l'Euforbia è in grado di stordire i pesci, che divengono facili prede. Questo tipo di pesca è proibito in molti territori, al fine di salvaguardare la popolazione dei pesci d'acqua dolce.



48B2

Ricinus communis L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Euphorbiaceae**Nomi italiani:** Ricino comune, Zecca, Palma di Cristo, Erba da latte**Nomi sardi:** Rìcinu, Riciu, Cagamèngia**Habitat:** aree incolte e degradate, fino a 400m s.l.m.**Fioritura:** VII—X

Descrizione visiva *Portamento:* pianta annuale o perenne monoica, a carattere arbustivo o cespuglioso, legnosa, alta in media dai 3 agli 8m. *Fusto:* è presente un asse florale centrale allungato, sul quale si sviluppano scapi secondari. *Foglie:* sono ampie (circa 20 x 20cm), di colore verde o rossastro, peltate a 7-11 lobi profondi, con margine seghettato e apice appuntito. Le nervature sono in rilievo sulla pagina inferiore. *Infiorescenze:* a pannocchia, dotate di fiori maschili gialli, che si sviluppano sulla parte inferiore della stessa. Presentano numerosi stami ramificati. I fiori femminili occupano la parte apicale della pannocchia, e sono dotati di 3 stili rossastri. *Frutto:* capsula spinulosa a 3 valve, che contiene 3 grossi semi ovoidi di circa 1cm. Hanno un caratteristico aspetto marmorizzato, al quale la pianta deve il nome comune Zecca (per la somiglianza con l'acaro).

Descrizione tattile Le foglie sono ruvide. I frutti pungenti. Il fusto è glabro e liscio.

Descrizione olfattiva L'odore delle sue parti è nauseabondo.

Usi Specie officinale tossica. L'olio di ricino, ricavato dai semi, ha funzione purgante. Ciò è dovuto alla presenza dell'*acido ricinoleico*, capace di alterare la mucosa intestinale irritandola. Costituisce un lubrificante industriale. L'ingestione dei semi è potenzialmente letale, fatto dovuto alla presenza di *ricina*. L'uso in sopravvivenza è limitato all'uso del seme oleoso come combustibile, in alcun modo legato alla cucina.



49B1

Anagyris foetida L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Fabaceae**Nomi italiani:** Anagiride, Carrubazzo, Laburno fetido**Nomi sardi :** Siliqua cràbina, Fazzorba, Giolva, Thilippa**Habitat:** macchie, incolti, radure, zone aride e rocciose, aree litoranee e soleggiate, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** XII—VII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto o piccolo albero deciduo, alto da 1 a 4 m. *Chioma:* espansa, cespugliosa. *Tronco:* molto ramificato. La parte più vecchia ha corteccia liscia, colore grigio-bruno, con screpolature longitudinali. I rami giovani sono verdi e ricoperti di peluria biancastra. *Foglie:* sono alterne, a forma di trifoglio, dotate di lungo picciolo. I segmenti fogliari sono ellittici o lanceolati, grandi in media 2 x 5 cm, con mucronatura apicale. Le foglie sono pubescenti sulla pagina inferiore, più scure su quella superiore. Sono presenti piccole stipole (5 mm) saldate al fusto. *Infiorescenze:* si sviluppano in brevi racemi ascellari, dotati di un numero variabile da 3 a 12 fiori ermafroditi, zigomorfi, che si sviluppano penduli su pedicelli lunghi circa 10mm, aventi minute brattee basali. Il calice del fiore è a campanula, persistente, di colore verde-nerastro e sericeo, con denti irregolari. La corolla è di colore giallo-verde, spesso dotata di una macchia di colore nero-porpora nella metà superiore. Sono evidenti 10 stami dotati di filamenti indipendenti. *Frutti:* sono legumi penduli, lunghi fino a 20 cm (5-8 in media) e larghi 2 cm. Sono glabri, indeiscenti. I semi contenuti sono a forma di rene, di colore viola oppure giallo, grandi in media 10 x 8 mm.

Descrizione tattile Le foglie e i rami giovani sono coperti da una sottile peluria.

Descrizione olfattiva Come suggerisce il nome scientifico, l'Anagiride è riconoscibile per il suo odore sgradevole, fetido, molto evidente. Ricorda quello dell'erba lasciata a marcire, sebbene più acre.

Usi L'Anagiride è una specie tossica, distinguibile da specie simili (generi *Calycotome* e *Genista*) proprio grazie all'odore sgradevole. Da un punto di vista officinale, foglie, fusti e radici hanno proprietà purgative, emetiche, antiasmatiche, emmenagoghe. Il contenuto di alcaloidi fortemente tossici come *anagirina* e *citisina*, concentrati soprattutto nei semi, la rende una specie dall'uso sconsigliato. Si tratta di una specie mellifera.



49B2

Calicotome villosa (Poir.) Link**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Fabaceae**Nomi italiani:** Calicòtome, Ginestrone, Sparzio villosò**Nomi sardi:** Martigusa òina, Spina santa, Thèria, Tiria**Habitat:** macchia, luoghi aridi, ruderi, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** IV—VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto eretto ed estremamente ramificato, alto da 1 a 3 m. *Fusto:* spinoso, con sezione circolare a coste longitudinali (da 10 a 20), a forma di T. Ha rami sericei, con numerosi peli patenti, tali da coprire l'epidermide dei rami giovani. *Foglie:* sono dotate di un picciolo densamente coperto dai peli. Sono alterne, decidue e trifogliate. Le foglioline hanno apice ottuso, sono glabre sulla pagina inferiore e sericee su quella superiore. *Infiorescenze:* i fiori sono raccolti in gruppi di numero variabile da 2 a 15, con pedicello e calice villosi. Sono presenti denti calicini, che cadono con la fioritura, tanto da lasciare in vista il solo tubo floreale. I fiori hanno una corolla gialla, dotata di stendardo di forma obovata. Sono presenti 5 stami nell'androceo, ed è evidente lo stilo cilindrico glabro ed arquato. *Frutti:* sono legumi oblunghi di 2-4cm. Sono coperti da peluria bianca, allungati e dotati di ali larghe circa 2mm. Contengono fino a 7 semi.

Descrizione tattile Rispetto a varietà simili, come suggerisce il nome scientifico si tratta di una pianta sericea. Lo sono i rami giovani, quasi bianchi per la peluria, e pungenti all'apice. Sono sericei i frutti a legume (fatto che la distingue dalla *Calicotome Spinosa*). Lo sono anche i piccioli delle foglie, la pagina inferiore delle stesse e perfino il calice del fiore.

Descrizione olfattiva La *Calicotome* non è riconoscibile per via olfattiva. Sono numerose le specie simili, e tutte indistinguibili (ad eccezione dell'*Anagyris foetida*)

Usi L'unico utilizzo che è possibile fare del legno minuto della *Calicotome*, è quello di ebanisteria. La pianta è infatti troppo contorta e piccola per consentire altri usi. Questa specie viene spesso usata per formare siepi impenetrabili, grazie alla fitta ramificazione e alla spina apicale dei rami giovani.



49B3

Coronilla valentina L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Fabaceae**Nomi italiani:** Coronilla della Valenza**Nomi sardi:** -**Habitat:** substrati aridi e rocciosi, siccitosi. Predilige suoli calcarei. Fino a 1.500m s.l.m.**Fioritura:** I—V

Descrizione visiva *Portamento:* piccolo arbusto sempreverde, alto fino a 1m, piuttosto ramificato. *Fusto:* eretto, legnoso alla base. Le ramificazioni sono robuste, leggermente pubescenti, con sezione cilindrica. *Foglie:* sono lunghe fino a 5 - 8cm, imparipennate, con 2-6 paia di segmenti opposti, obovati e lunghi fino 10-15mm. L'apice è tronco. Alla base delle foglie sono presenti stipole erbacee piuttosto sviluppate, orbicolari, amplessicauli. Cadono precocemente. *Infiorescenza:* è un'ombrella costituita da 4-12 fiori, sorretta da un peduncolo lungo fino a 25cm. I fiori, disposti a corona, sono sorretti da brevi pedicelli di 10-20mm, sui quali si sviluppa un calice campanulato dotato di piccoli denti. Il singolo fiore presenta una corolla papilionacea dal colore giallo intenso, ampia fino a 12mm. *Frutti:* Sono legumi penduli lunghi fino a 5cm, deiscenti, dalla forma arcuata. Leggermente schiacciati, presentano strozzature tra le logge, ed ospitano semi reniformi di 2mm.

Descrizione tattile Le foglie sono carnosette, i rami giovani sono pubescenti.

Descrizione olfattiva I fiori sono molto profumati.

Usi Nessun uso noto.



49B4

Genista corsica (Loisel.) DC.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Fabaceae**Nomi italiani:** Ginestra di Corsica**Nomi sardi:** Binistra, Spina de topis, Tiria**Habitat:** luoghi sassosi, macchia costiera, gariga montana. Endemismo della Sardegna e della Corsica, fino a 1.800m s.l.m.**Fioritura:** II - IV (aree costiere e collinari)
VI (aree montane)

Descrizione visiva *Portamento:* piccolo arbusto spinoso, alto in media tra i 30 e gli 80 cm. *Fusto:* legnoso, ramificato, caratterizzato da una spina acuminata apicale. Sono presenti numerose e gorsse spine dalla punta acuminata anche sul resto del fusto. I rami giovani sono lievemente pubescenti. *Foglie:* sono a forma di trifoglio, con segmenti lunghi in media 5 mm, di forma obovato-spatolata. Sono dotate di peluria sui margini e le nervature centrali. *Infiorescenze:* i fiori crescono isolati, oppure raccolti in brevi racemi. Il calice ha forma campanulata, ed è lungo in media 5 mm. Sono presenti minuti peli sulla superficie, con lobi cigliati. La corolla è glabra, gialla, ampia 5-10 mm. *Frutti:* sono legumi glabri e sinuosi, lunghi 1 o 2 cm, bitorzolato sulle suture del baccello.

Descrizione tattile La Ginestra di Corsica è facilmente riconoscibile al tatto poiché si presenta come un piccolo cespuglio spinoso e impenetrabile, totalmente privo di foglie in inverno. D'estate, le foglie si riconoscono per la peluria sul margine.

Descrizione olfattiva L'Euforbia non diffonde odori particolari, se non quello tipico di tutte le piante carnose, specie quando stropicciate o recise.

Usi Questa varietà di ginestra è molto diffusa nelle aree montane della Sardegna, e costituisce una risorsa fondamentale per l'inverno, essendo adatta all'accensione di fuochi anche in ambiente nivale, grazie all'alto contenuto di olii essenziali. Pur essendo un endemismo della Sardegna e della Corsica, è piuttosto diffuso.



49B5

Teline monspessulana (L.) K. Koch**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Fabaceae**Nomi italiani:** Citiso di Montpellier, Rutaccio**Nomi sardi :** Martigusa, Corramusa, Semegusa**Habitat:** bosco, macchia semiarida, fino a 800m s.l.m.**Fioritura:** IV—V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto dall'aspetto cespuglioso, alto fino a 2 m. *Fusti:* legnoso, con corteccia brunastra. I rami giovani sono invece color verde scuro, pubescenti, striati. *Foglie:* sono sub sessili, dotate di tre segmenti ellittici-lanceolati, lunghi in media 6 mm e larghi 3 mm. La lamina è glabra sulla pagina superiore, glabra su quella inferiore. *Infiorescenze:* i fiori sono riuniti in corimbi, e ricordano vagamente un papillon, di colore giallo intenso. Sono caratterizzati da un vessillo prominente lungo circa 10 mm, mentre la carena e le ali sono più corte, rivolte verso il basso. I fiori sono dotati di un calice giallastro pubescente, che distingue la specie dal *Cytisus villosus*, che mostra invece un lobo più scuro. Rispetto a questa specie. *Frutti:* sono legumi pubescenti lunghi 2 cm, verdi se acerbi, bruno chiaro a maturità. Contengono da 6 a 8 semi neri e lucidi, ovali e schiacciati.

Descrizione tattile La pubescenza dei rami giovani e della lamina sono un utile indizio per il riconoscimento, come anche quella dei baccelli, in qualsiasi fase della maturazione.

Descrizione olfattiva Il Citiso di Montpellier è inodore durante tutto l'anno, fino alla fioritura.

Note Il Citiso di Montpellier è più piccolo, rispetto al *Cytisus villosus*. Le foglie e i fiori sono più piccoli, mentre i rami sono caratterizzati da una patina tomentosa tendente al verde scuro.

Usi Si tratta di una pianta di difficile impiego nella sopravvivenza. I rami giovani possono essere sfilacciati ed intrecciati per ottenere una sorta di filo per cucire, dal molteplice impiego.



56B1**Hypericum hircinum L. subsp. hircinum****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Hypericaceae**Nomi italiani:** Erba caprina, Erba di San Giovanni, Ruta Caprina**Nomi sardi :** Murta cràbina**Habitat:** luoghi umidi, ombrosi, vicino ai corsi fluviali, fino a 1200m s.l.m.**Fioritura:** V—VIII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta suffruticosa, talvolta piccolo arbusto, alta fino a 2m. *Fusti:* eretti e legnosi, cilindrici e ramificati. I rami giovani sono dotati talvolta di linee longitudinali (da 2 a 4). *Foglie:* sono opposte, sessili, lunghe 15-35 x 5-15cm, con forma variabile, ovata oppure ovato-lanceolata. Sono ottuse all'apice, densamente punteggiate da ghiandole minute e traslucide. *Infiorescenze:* sono corimbi apicali, piuttosto ampi e scarni. I singoli fiori sono dotati di 5 sepali lanceolati e glabri. La corolla conta invece 5 petali gialli obovati, subellittici, lunghi 15-20cm. Gli stami sono numerosi, prominenti, riuniti in 5 fascetti. Gli stili sono eretti, lunghi da 3 a 5 volte l'ovario. *Frutto:* capsula ovata grande circa 10mm, dotata di apice deiscente. Contiene minuti semi cilindrici dotati di ala laterale.

Descrizione tattile Fusti esili e tenaci. Linee longitudinali in rilievo su rami giovani. Foglie sottili.

Descrizione olfattiva Diffonde un odore intenso e caratteristico, specie se stropicciata, accostato a quello del caprone (come suggerisce il nome latino *hircinum*).

Usi L'olio essenziale è ricco di terpeni, con proprietà antiossidante e antiproliferativa.

Note L'etimologia (incerta) dell'*Hypericum* deriva probabilmente dal greco *hyper* = sopra ed *eikon* = immagine. Può essere tradotto come "io scaccio le ombre, allontanano gli spiriti". Questa pianta veniva infatti appesa fuori della casa nel giorno della festa di *Walpurgisnacht* per scacciare gli spiriti maligni, sostituita poi dalla festività di *S. Giovanni* del 24 Giugno, con riferimento ai diavoli.



62B1**Lavandula stoechas L. subsp. stoechas****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Lamiaceae**Nomi italiani:** Lavanda selvatica, Steca, Stècade**Nomi sardi:** Ispìgula areste, Abiòi, Arki-missa**Habitat:** substrato arido, soprattutto siliceo, macchia, gariga, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** IV - V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto sempreverde, alto fino a 60 cm, talvolta 1 m. *Fusti:* eretti, tomentosi e ramosi. La corteccia della parte legnosa è screpolata, grigio - bruna. *Foglie:* sono di colore verde-grigio, pubescenti, sessili ed opposte, caratterizzate da un piccolo ciuffo di piccole foglie ascellari. Le foglie sono strette, lunghe fino a 40 mm, con margine intero, raramente increspato, talvolta revoluto, lanceolate. Nella pagina inferiore è evidente la nervatura mediana. *Infiorescenze:* i fiori sono piccoli, di colore viola scuro, raccolti in pannocchie apicali, quasi cilindriche, che recano in cima alcune brattee violacee. *Frutti:* il frutto è un achenio color bruno scuro.

Descrizione tattile La Lavanda si presenta vellutata, morbida e setosa, per via della natura tomentosa che caratterizza le foglie e i rami giovani .

Descrizione olfattiva La Lavanda è inconfondibile per via del suo intenso aroma, caratteristico.

Usi La Lavanda, come suggerisce il nome, veniva in passato usata come erba aromatica per profumare i capi d'abbigliamento dopo il lavaggio. La lavanda selvatica produce un olio essenziale contenente linalolo, Come altre specie appartenenti alla famiglia, ha proprietà antisettiche (infuso di foglie o di fiori), blandamente espettoranti e antispasmodiche (suffumigi). La Lavanda secca costituisce un'ottima esca per il fuoco, soprattutto grazie agli oli essenziali contenuti. Può essere usata per coprire le proprie tracce o per nascondere scorte di cibo dalle attenzioni degli animali selvatici.



Divisione: Angiospermae	Famiglia: Lamiaceae
Nomi italiani: Rosmarino, Ramerino	Nomi sardi : Ispìcu, Romasinu, Zippiri
Habitat: boscaglie, siepi, bordi delle strade, fino a 1.400m s.l.m.	Fioritura: III —VI (zone montane); X—II (zone costiere)

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto cespuglioso sempreverde, talvolta strisciante, alto fino a 2 m. *Fusto:* molto ramificato, legnoso, corteccia screpolata e fessurata fin dalla base, nodosa. *Foglie:* sono strettamente lineari, con margine revoluti sulla pagina inferiore. La pagina superiore è verde e lucida, quella inferiore biancastra e tomentosa. *Infiorescenze:* di colore variabile, principalmente azzurro, violetto o lilla, raramente bianco. Crescono sui rami giovani, in brevi racemi all'ascella delle foglie. *Frutti:* sono tetracheni, contenenti i semi.

Descrizione tattile Il Rosmarino ha dei fusti caratteristicamente rugosi e irregolari al tatto.

Descrizione olfattiva Il Rosmarino emette il suo caratteristico odore tutto l'anno, ed è sufficiente sfiorare le foglie o le infiorescenze per riconoscerlo.

Usi Il Rosmarino è una pianta aromatica ed officinale diffusa e spontanea in tutta l'area del Mediterraneo. L'uso più frequente del Rosmarino è nella cucina tradizionale, per insaporire le pietanze. In sopravvivenza diversi sono gli usi che se ne possono fare. Il primo è certamente come combustibile. Il Rosmarino secco è un'ottima esca, grazie agli olii in esso contenuti, ed è adatto a sviluppare fiamme per la segnalazione della propria posizione. Può essere utilizzato per tenere lontani gli insetti bruciando i rami sul fuoco. Dall'infuso delle foglie e dei fiori (sono sufficienti 20 g in acqua calda) è possibile ricavare una tisana tonificante.



Divisione: Angiospermae		Famiglia: Lamiaceae	
Nomi italiani: Betonica fetida, Stachide spinosa, Stregona spinosa		Nomi sardi : Allue fogu, Murgueu, Bronzeddu, Lucrèxiu, Locasu	
Habitat: luoghi aridi, terreni degradati, aree assolate. Endemica di Sardegna, Corsica e Isola di Capraia, fino a 1.000m s.l.m.		Fioritura: V-VII	

Descrizione visiva *Portamento:* suffrutice perenne, alto 50—100cm. *Fusto:* legnoso, ramificato, piuttosto fragile, dotato di corteccia chiara (quasi biancastra), ruvida e screpolata longitudinalmente nella parte basale. I rami degli anni precedenti sono persistenti e spinosi. *Foglie:* sono lineari, spatolate, dotate di ghiandole odorose, che secernono una sostanza oleosa. *Infiorescenze:* sono fiori ascellari isolati, al più raccolti in coppie. Hanno calice dotato di denti di forma lanceolata, acuti e lunghi fino a 5mm. La corolla è trilobata, di colore è tipicamente bianco, con screziature longitudinali rosa o viola; si sviluppa per 10-20mm. *Frutti:* sono tetracheni contenenti i semi, inseriti nel calice.

Descrizione tattile Le foglie ricordano al tatto il *Cistus monspeliensis*, ma sono più sottili. I rami persistenti sono pungenti. Calice e corolla del fiore sono pubescenti.

Descrizione olfattiva Come suggerisce il nome italiano, le foglie di questa specie diffondono un odore pungente, intenso e persistente, specie se stropicciate.

Usi Come suggerisce il nome sardo, si tratta di una specie formidabile per l'accensione di fuochi come esca secondaria. L'olio secreto dalle ghiandole conferisce alla pianta un'alta infiammabilità. Trattandosi di un endemismo, sarebbe opportuno limitare l'utilizzo alle sole parti secche.



62B4

Teucrium flavum L. subsp. **glaucum** (Jord. & Fourr.) Ronniger**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Lamiaceae**Nomi italiani:** Camedrio giallo, Camedrio doppio**Nomi sardi :** Crammèdiu, Erba Bonnànaru**Habitat:** zone calcaree, rupi, garighe, arbusteti, fino a 1000m s.l.m.**Fioritura:** V—VII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta perenne sempreverde, a carattere erbaceo o cespuglioso. Raggiunge i 30-60cm di altezza. *Fusto:* legnoso alla base, eretto, ramificato, rosso purpureo verso la sommità; è coperto da peluria. *Foglie:* sono opposte, grandi 15 x 20mm, con picciolo lungo 5-10mm. Hanno lamina triangolare e margine ricurvo verso il basso. Lungo il margine sono presenti da 5 a 8 denti arrotondati per lato. La pagina superiore è lucida, di colore verde cupo. *Infiorescenze:* i fiori sono ermafroditi e zigomorfi, sorretti da peduncoli di 1cm. Si sviluppano da densi verticillastri, all'ascella di minute brattee simili alle foglie, rivolti su un unico lato. Il calice, attinomorfo e lungo 8mm, è persistente e di forma campanulata, data da 5 sepali concresciuti. Sono presenti 5 denti allungati fino alla metà della corolla, con nervature evidenti. La corolla è gamopetala lunga 15-20mm, data da 5 petali concresciuti. Due di questi costituiscono il labbro superiore, ridotto a due lacinie verdi e striate. Gli altri tre petali costituiscono il labbro inferiore, lungo fino a 7mm, di colore giallo o bianco. Dello stesso colore è il tubo del fiore. Sono presenti 4 stami paralleli con antere biloculari e sporgenti. L'ovario è costituito da quattro parti, con stilo inserito alla base, poco più lungo degli stami. *Frutti:* schizocarpi costituiti da quattro nucule di forma globosa, reticolate e di colore bruno.

Descrizione tattile Si presenta vischiosa al tatto. Le foglie sono talvolta carnosette.

Descrizione olfattiva La pianta diffonde un caratteristico odore acre.

Usi Questa specie veniva in passato utilizzata per lenire i dolori articolari, attraverso il decotto delle sue parti e l'applicazione delle foglie per via topica. Farmacologicamente, la pianta ha effettivamente blande proprietà cicatrizzanti e analgesiche (queste ultime non sfruttabili se non attraverso l'estrazione metanolica). Trattasi di una pianta mellifera ricercata.



62B5

Thymus capitatus L.**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Lamiaceae**Nomi italiani:** Timo arbustivo**Nomi sardi :** Tumbu, Armidda**Habitat:** zone rocciose collinari e montane, soprattutto calcaree, gariga e macchia, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** V—VI

Descrizione visiva *Portamento:* piccolo arbusto dall'aspetto cespuglioso, alto fino a 50 cm. *Fusto:* legnoso, con corteccia grigio—biancastra. *Foglie:* sono piccole e aghiformi, di forma lineare, acute e cosparse di ghiandole puntiformi. *Infiorescenze:* i fiori sono raccolti in capolini terminali emisferici, e sono tipicamente rosso purpurei, talvolta bianchi. *Frutti:* sono piccoli tetracheni.

Descrizione tattile Il Timo è una pianta vischiosa al tatto.

Descrizione olfattiva Il Timo diffonde un'inconfondibile e intenso odore acre, che impregna gli indumenti al passaggio.

Usi Il Timo si rivela utile in sopravvivenza per tre motivi. Il primo è l'infiammabilità. Gli oli essenziali ne fanno un'ottima esca per il fuoco, specie se secco. Il secondo utilizzo è legato all'intenso aroma che diffonde: può essere utilizzato per nascondere il cibo dalle attenzioni degli animali selvatici. Infine, è possibile ricavare blandi effetti antisettici e disinfettanti dal decotto di fiori e foglie.



68B1

Malva olbia (L.) Alef.

Divisione: Angiospermae	Famiglia: Malvaceae
Nomi italiani: Malva gigante, Malvone perenne	Nomi sardi: Malv'àrburi, Màrmara vòina, Marmariscu, Narbone, Parmariscu
Habitat: ruderi, incolti, bordi stradali, fino a 400m s.l.m.	Fioritura: II - VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto perenne alto in media 1,5 m, ma che può raggiungere i 3 m. *Fusto:* legnoso, ramificato, ispido specie sui rami giovani. La corteccia è di colore biancastro o grigio. *Foglie:* quelle inferiori hanno lamina arrotondata, suddivisa in 3—5 lobi. Le foglie della parte superiori sono generalmente trilobe oppure ovate. Tutte le foglie sono carnose e tomentose. *Infiorescenze:* i fiori crescono solitari, in posizione ascellare. Sono dotati di 5—6 petali obovati, a spatola, con margine esterno quasi tagliato di netto e irregolare, lunghi fino a 3 cm. Sono di colore rosa, talvolta fucsia o violetto, con evidenti nervature longitudinali di colore più scuro. *Frutto:* è un camario costituito da un numero di mericarpi variabile da 15 a 20, pubescenti.

Descrizione tattile Le foglie sono carnose ed ispide, come anche i rami giovani e i frutti.

Descrizione olfattiva La Malva gigante ha un odore simile a quello dell'incenso, specie se si stropicciano le foglie. Il fiore diffonde un profumo blando e dolciastro.

Usi La Malva Olbia, come diverse altre specie del genere *Malva*, è commestibile. In particolare, le foglie possono essere consumate sia fresche che cotte. Ha un alto contenuto in pectine, ricavabili dalla cottura di foglie e radici, proprietà che un tempo la rendeva utile nella preparazione di conserve di frutta. Ha proprietà diuretiche ed apporta flavonoidi, zuccheri vitamine B ed A. Ha un blando effetto antisettico, dovuto alla presenza di tannini. Si tratta di un integratore di sali minerali sali minerali ed ha un rilevante contenuto di fenoli (*acido caffeico* e *acido clorogenico*). La foglia ha proprietà emollienti. La frizione delle foglie sui denti contribuisce all'igiene orale, attraverso la rimozione del tartaro. I camari sono commestibili, seppure mucillaginosi, ed hanno un sapore simile a quello dell'impasto crudo del pane.



71B1

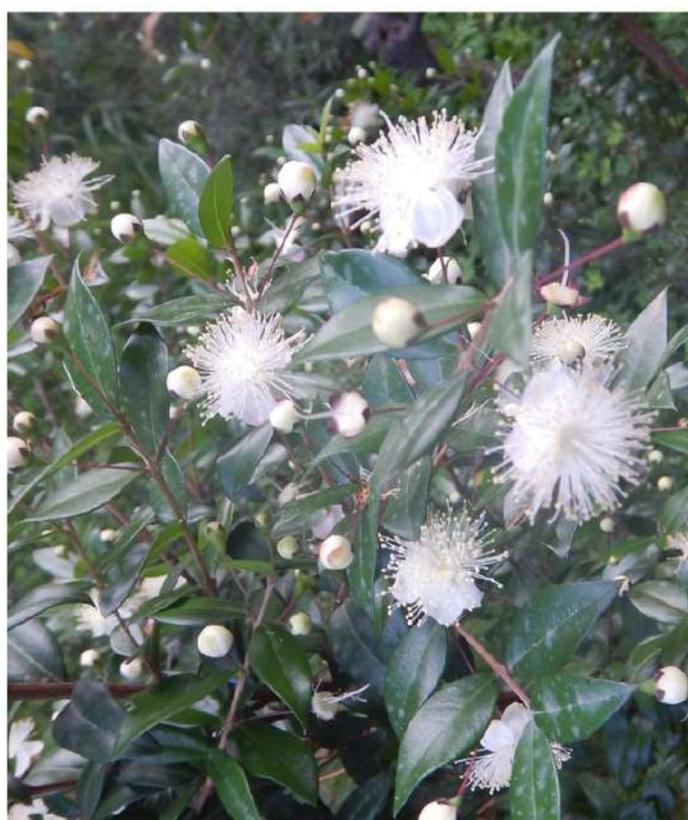
Myrtus communis L. subsp. communis**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Myrtaceae**Nomi italiani:** Mirto**Nomi sardi:** Murta, Murta durci, Murtaucci, Murtaurci**Habitat:** boschi non troppo fitti, macchie e garighe, su terreni silicei, con clima caldo arido, fino a 1.200m s.l.m.**Fioritura:** V—VII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto sempreverde, alto fino a 5 m. *Fusto:* numerosi fusti eretti, legnosi, caratterizzati da una corteccia di colore tra il grigio, il bruno e il rossastro, con screpolature e placche. *Foglie:* sessili, con lamina ovata, dotata di apice appuntito. La pagina superiore è classicamente color verde scuro, ma a seconda del substrato vira verso il verde-giallo. Sulla pagina inferiore, più chiara, è possibile distinguere la nervatura mediana. *Infiorescenze:* sono fiori solitari, numerosi, che spuntano all'ascella delle foglie. Sono bianchi, formati da 5 petali, con numerosi stami gialli al centro. *Frutti:* sono piccole bacche aromatiche, di forma ellissoidale, blu-nerastre a maturità, talvolta bianco-verdi.

Descrizione tattile Pochi elementi sono utili per riconoscere il Mirto al tatto, tranne la corteccia liscia e le placche che talvolta la coprono. Le foglie sono coriacee.

Descrizione olfattiva Il Mirto diffonde il profumo caratteristico, facilmente riconoscibile stropicciando foglie e bacche. I fiori hanno un caratteristico odore dolciastro.

Usi Il Mirto è una pianta facile da incontrare nell'area del Mediterraneo. Ha un importante contenuto di oli essenziali (mirtolo e geraniolo), nonché resine. Ciò conferisce alla pianta proprietà aromatiche ed officinali. In sopravvivenza, il Mirto può fornire (sotto forma di decotto o suffumigio), effetti balsamici, antinfiammatori ed astringenti. Grazie alla presenza di tannino, il Mirto ha proprietà antisettiche. Specie in Sardegna, le bacche sono utilizzate per la preparazione del liquore di mirto, ricavato dall'infusione alcolica attraverso la macerazione. L'infusione in acqua e alcool dei giovani germogli serve per la produzione del mirto bianco.



98B1

Prunus spinosa L. subsp. spinosa**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Rosaceae**Nomi italiani:** Prugnolo, Pruno selvatico, Pruno spinoso**Nomi sardi :** Annàgiu, Pronitza, Pruna aresti, Prunitza, Prunixedda**Habitat:** cespuglieti, macchia, aree boschive, fino a 1.600m s.l.m.**Fioritura:** II—V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto caducifoglio alto fino a 4m, legnoso, a carattere cespuglioso. *Fusto:* molto ramificato, intricato. I rami laterali sono brevi, con spina apicale. La corteccia è di colore bruno-rossastro. *Foglie:* sono brevemente picciolate, con lamina ellittica, talvolta rombica, margine finemente denticolato ed apice acuto. *Infiorescenze:* i fiori si sviluppano isolati o in corimbi di 2-3 elementi, dotati di breve peduncolo. Sono bianchi, simili a quelli dell'*Azzeruolo*, con un diametro di 1 cm. *Frutti:* sono drupe di 10-20mm, di forma subsferica oppure ovoidale. Sono di colore azzurro scuro, talvolta nero violaceo, con superficie pruinosa. L'endocarpo è legnoso, carenato, dalla superficie liscia oppure rugosa. Il frutto spesso permane sui rami anche dopo la caduta delle foglie.

Descrizione tattile La corteccia è liscia, i rami rigidi e pungenti. La superficie dei frutti è pruinosa.

Descrizione olfattiva Il fiore ha un delicato odore dolciastro. Il frutto maturo ha l'odore della prugna secca, ma rimane più acidulo. La polpa del frutto conferisce la stessa sensazione.

Usi Specie officinale commestibile. I frutti sono commestibili sia crudi che cotti, ed apportano principalmente vitamina C, ma contengono anche tannini ed acidi grassi. I fiori, anch'essi commestibili, hanno tra i principi attivi *cumarine*, *flavone* e *glucosidi dell'acido cianidrico*. I frutti del prugnolo hanno principalmente funzione diuretica e purgante. In passato, la corteccia veniva utilizzata per colorare di rosso la lana. Il legno è particolarmente duro e resistente, e può essere teoricamente utilizzato per costruire pioli per l'accensione del fuoco con l'archetto. La difficoltà principale consiste nel trovare rami sufficientemente grossi.

Note La fioritura abbondante del Prugnolo spesso porta a confonderlo con l'*Azzeruolo* (*Crataegus azarolus*), rispetto alla quale è molto simile. In quest'ultimo, tuttavia, la fioritura avviene sempre dopo la fogliazione, sul Prugnolo la anticipa.



98B2**Rubus ulmifolius Shott.****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Rosaceae**Nomi italiani:** Rovo da more, Rovo comune**Nomi sardi :** Orrù, Rubu, Arrù, Arruàxiu, Mura**Habitat:** boscaglie, siepi, incolti, macchie, su tutti i substrati, fino a 1.200m s.l.m.**Fioritura:** V—VII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta a portamento suffruticoso, sempreverde, spesso strisciante. *Fusto:* molto ramificato, intricato. I rami raggiungono anche i 4 o 5 metri di lunghezza, e sono spinosi. Il colore della corteccia varia dal bruno-chiaro al bruno-viola. *Foglie:* sono composte da gruppi di 3 o 5 foglioline, ellittiche e con margine seghettato, con spina apicale. La pagina superiore è di colore verde scuro, mentre quella inferiore è più chiara, talvolta biancastra, tomentosa. *Infiorescenze:* di colore variabile dal bianco al rosa. I fiori sono disposti in piccole infiorescenze piramidali, e ricordano il fiore della Rosa canina in miniatura. *Frutti:* si tratta di un agglomerato di minuscole drupe (drupario, ossia la mora), il cui colore varia dal verde (more acerbe) al rosso e infine al nero (maturità). Sono frutti commestibili, disponibili tra agosto e settembre.

Descrizione tattile Il Rovo comune è facilmente riconoscibile per il portamento spinoso di tutte le sue parti. La foglia oppone resistenza allo sfregamento, grazie alle numerosissime e piccole spine che popolano il picciolo e le nervature.

Descrizione olfattiva Il Rovo comune diffonde un blando profumo di frutti di bosco, soprattutto nel periodo della fioritura, oppure quanto vengono stropicciate le sue foglie.

Usi Il Rovo comune costituisce un notevole impedimento nel passaggio attraverso i boschi, specie quando lo si trova in agglomerati (spesso vicino alle sponde dei fiumi), ma costituisce un'importante risorsa alimentare in sopravvivenza. Le more del Rovo comune sono la risorsa più nota, trattandosi di un frutto commestibile e saporito, in grado di fornire 43 kcal / 100g. Il Rovo comune fornisce vitamine A C E, assimilabili anche attraverso la tisana a base di foglie. Una curiosità: in Sardegna sono presenti altre quattro specie endemiche appartenenti al genere *Rubus*: *Rubus arrigonii* (presente sul Goceano), *Rubus laconensis* e *Rubus pignattii* (presenti nella zona di Laconi) e *Rubus limbarae* (presente su Limbara). Queste specie (tranne l'arrigonii) si distinguono dall'*ulmifolius* principalmente per via del frutto, che appare più modesto, costituito al più da due o tre drupe. Tutte le specie sono commestibili, ma trattandosi di endemismi è bene evitarne rispettosamente il consumo.



Divisione: Angiospermae	Famiglia: Rosaceae
Nomi italiani: Rosa canina	Nomi sardi : Arrolàriu, Arroli, Arrosa burda, Pibilloddi, Rosa de margiani
Habitat: boscaglie, siepi, bordi delle strade, da 500 a 1.400m s.l.m.	Fioritura: V—VII

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto, alto fino a 2 o 3 m. *Fusto:* molto ramificato, legnoso, glabro e provvisto di spine, caratteristicamente robuste ed arcuate, dal colore rosso—bruno. *Foglie:* sono composte da un numero variabile da 5 a 7 foglioline ovali, con margine seghettato, con nervature evidenti. *Infiorescenze:* i fiori sono bianchi, rosati sui lobi, composti da 5 petali. *Frutti:* sono acheni contenuti nei ricettacoli fruttiferi, riconoscibili per il colore arancione o rosso intenso. Questi ultimi sono falsi frutti (*cinòrrodi*) a forma di pera, presenti sulla pianta da Ottobre a Febbraio.

Descrizione tattile La Rosa canina si distingue al tatto per la presenza di spine su foglie e fusto.

Descrizione olfattiva La Rosa canina emette il caratteristico profumo durante la fioritura, ma è inodore durante il resto dell'anno.

Usi La Rosa canina ha un notevole impiego in sopravvivenza, specie nell'area del Mediterraneo, essendo un integratore di vitamina C molto importante. Per ogni 100 g dei suoi cinòrrodi sono infatti presenti ben 2.250 mg di principio. Tra gli altri principi ricavabili dalla pianta vi sono i *carotenoidi*, il tannino (che conferisce blande proprietà antisettiche), polifenoli e bioflavonoidi. Il falso frutto può essere consumato sia fresco che secco. Nell'ultimo caso si rivela utile per i decotti, con proprietà astringenti e antinfiammatorie dell'intestino. Anche i petali dei fiori sono commestibili.



98B4**Rosa serafinii Viv.****Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Rosaceae**Nomi italiani:** Rosa di Serafini**Nomi sardi :** Arrosa**Habitat:** garighe montane, siepi, da 600 a 1.600m s.l.m.**Fioritura:** V—VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto caducifoglio, alto 40-100cm. *Fusto:* ramificato, rigido e legnoso, di colore rosso. Numerose spine lo ricoprono quasi interamente. Di colore rossastro, le spine hanno forma arcuata e base allargata. *Foglie:* sono composte da un numero variabile da 5 a 7 foglioline ovali, dotate di margine seghettato e nervature evidenti. Sono di colore verde scuro, con pagina superiore glabra e lucida, pagina inferiore più chiara e vischiosa. Anche il picciolo e le nervature sono provvisti di ghiandole vischiose, in misura maggiore. *Infiorescenze:* i fiori sono sorretti da un peduncolo glabro lungo fino a 2cm. Il calice presenta sepali patenti, talvolta dotati di lacinie laterali. Dopo la fioritura tendono a retroflettere. I petali sono orbicolari, lunghi fino a 1,5cm. Il colore varia dal rosa intenso al rosso vivo. Gli stami sono provvisti di numerose antere gialle. *Frutti:* sono acheni contenuti nei ricettacoli fruttiferi, riconoscibili per il colore arancione o rosso intenso. Questi ultimi sono falsi frutti (*cinòrrodi*) a forma di pera, presenti sulla pianta a partire da Agosto. Raggiungono i 15mm di diametro e contengono all'interno semi di forma irregolare.

Descrizione tattile Si distingue al tatto per la presenza di spine su foglie e fusto. Le foglie sono vischiose per la presenza di ghiandole sul picciolo e sulle nervature.

Descrizione olfattiva La Rosa di Serafini diffonde un blando profumo durante la fioritura, ma è inodore durante il resto dell'anno.

Usi La Rosa di Serafini ha un notevole impiego in sopravvivenza, specie nell'area montana e subalpina, essendo facilmente riconoscibile per le sue caratteristiche. Costituisce un integratore di vitamina C molto importante. Per ogni 100 g dei suoi cinòrrodi sono infatti presenti ben 2.250 mg di principio. Tra gli altri principi ricavabili dalla pianta vi sono i *carotenoidi*, il tannino (che conferisce blande proprietà antisettiche), polifenoli e bioflavonoidi. Il falso frutto può essere consumato sia fresco che secco. Nell'ultimo caso si rivela utile per i decotti, con proprietà astringenti e antinfiammatorie dell'intestino. Anche i petali dei fiori sono commestibili.



98B5

Sarcopoterium spinosum (L.) Spach**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Rosaceae**Nomi italiani:** Poterio spinoso, Spina-porci**Nomi sardi :** Spinetopis**Habitat:** zone calcaree litoranee calde (solo zona di Cagliari).**Fioritura:** II—V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto cespuglioso, estremamente intricato, che forma pulvini di 30-100cm. I rami laterali sono caratteristicamente privi di foglie, e si suddividono progressivamente in spine sottili ed acute. I getti giovani sono tomentosi. *Foglie:* sono imparipennate, lunghe 4-8cm. Presentano da 9 a 15 segmenti romboidali dal margine dentato, quasi saldati l'un l'altro, con pagina inferiore tomentosa più chiara. *Infiorescenze:* sono racemi spiciformi. I fiori femminili si sviluppano all'apice; presentano un calice formato da 4 sepali verdi (più chiari delle foglie) e stami di colore rosso-viola con la sommità a pennello. I fiori maschili si sviluppano nella parte inferiore della spiga, presentano numerosi stami pendenti che permangono anche dopo la fioritura. *Frutti:* sono pometi di 5mm a forma di bacca, globosi, di colore rosso a maturità. Contengono un solo seme.

Descrizione tattile Si distingue per la presenza di spine acute e la ramificazione fittissima.

Descrizione olfattiva Non riconoscibile per via olfattiva.

Usi Specie classificata come ENDANGERED (minacciata) IUCN (*International Union for Conservation of Nature*). In passato si usava masticare le foglie per lenire i dolori nevralgici.

Note Benché inutilizzabile a scopi pratici in sopravvivenza, questa specie è d'interesse medico nella ricerca di cure per il diabete mellito.



100B1**Ruta lamarmorae** Bacch., Brullo & Giusso**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Rutaceae**Nomi italiani:** Ruta di La Marmora**Nomi sardi :** -**Habitat:** aree montane rocciose del Gennargentu, sopra i 1.400m s.l.m.**Fioritura:** VI—VIII

Descrizione visiva *Portamento:* pianta suffruticosa perenne, alta fino a 50cm. *Fusto:* rami subspinescenti, legnosi alla base, punteggiati di ghiandole. *Foglie:* sono bipennatosette, con i lobi carnosi, di forma ovale e margini crenulati. Le foglie inferiori sono lungamente picciolate, quelle superiori sono talvolta subsessili. Hanno aspetto glaucescente. *Infiorescenze:* i fiori sono sorretti da larghe ombrelle e sono lungamente pedunculati. Il calice del singolo fiore mostra 4-5 sepali di forma ovata o triangolare. La corolla raggiunge i 15mm di diametro ed è composta di 4-5 petali bianchi, con screziature giallastre, e sono disposti a croce. Ogni petalo ha margine ondulato, ripiegato verso l'interno, con base ristretta. Sono evidenti le antere di colore verde pallido, sorrette da filamenti glabri ingrossati alla base. *Frutti:* sono carpelli verdi ghiandolosi, aventi apice ottuso.

Descrizione tattile Le parti della pianta hanno consistenza carnosa.

Descrizione olfattiva La Ruta di La Marmora ha un odore fetido caratteristico, dovuto alle numerose ghiandole presenti sui fusti e le foglie.

Usi Endemismo piuttosto raro. Nessun utilizzo noto.



Divisione: Angiospermae**Famiglia:** Santalaceae**Nomi italiani:** Ginestrella comune, Osiride**Nomi sardi :** Binistra màsciu, Scova de boi, Zaccapingiadas**Habitat:** gariga, macchia con Leccio, Roverella e Asparago pungente, terreni sciolti o sabbiosi, fino a 1.000m s.l.m.**Fioritura:** III—VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto a carattere cespuglioso, simile alla Ginestra, sempreverde e dioico, alto da 30 a 150cm. *Fusti:* multipli, a carattere strisciante o ascendente, legnosi e striati longitudinalmente. *Foglie:* sono piccole, con nervatura centrale evidente, lineari-lanceolate, con margine intero ed acuminate (talvolta mucronate). Sono di colore verde glauco e si sviluppano solo durante l'inverno, per poi scomparire d'estate (in ciò ricorda l'*Euphorbia arborescens*). *Infiorescenze:* i fiori sono molto piccoli e poco appariscenti. Sono di colore verde-giallo, con piccole brattee e tre tepali triangolari. Quelli femminili sono sessili e solitari, quelli maschili sono più numerosi e pedicellati, raccolti in piccoli racemi. Il ricettacolo è obconico, più sviluppato nei fiori femminili. *Frutti:* sono drupe sferiche verdi se acerbe, poi arancioni e infine rosse. Hanno un diametro di 5-6mm, con aspetto lucente, carnose. Sono dotate di un singolo nocciolo coriaceo.

Descrizione tattile Le foglie della Ginestrella sono coriacee, i fusti lisci e glabri.

Descrizione olfattiva I fiori della Ginestrella sono profumati, ricordano il miele.

Usi La Ginestrella comune ha fusti molto flessibili e robusti, per cui può essere usata per improvvisare nasse o costruire canestri. Le drupe, hanno un sapore sgradevole e se ne sconsiglia il consumo.

Note La Ginestrella comune è una pianta xerofila semiparassita che cresce sulle radici di alberi e arbusti della macchia (specie il Leccio). Assorbe da queste acqua e sali minerali.



105B1

Myoporum insulare R. Br

Divisione: Angiospermae

Famiglia: Scrophulariaceae

Nomi italiani: Miòporo delle isole

Nomi sardi : Miòpuru

Habitat: siepi, margini stradali, fino a 800m s.l.m.

Fioritura: III—V

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto a carattere cespuglioso, alto fino a 5-8m. *Tronco:* tende a ramificare dalla base, con rami eretti ed ascendenti. La corteccia è di colore grigio bruno. Col tempo sviluppa vistose screpolature, che ricordano quelle della Sughera. *Chioma:* espansa, di colore verde scuro, tendente d'estate al giallo. *Foglie:* sono carnosette, grandi in media 2 x 3-5cm. Sono lanceolate, con margine grossolanamente seghettato e apice acuminato, ed una evidente nervatura centrale. Sono cosparse di minuscole ghiandole, visibili controluce (come l'*Hypericum perforatum*). Crescono sulla parte superiore dei nuovi rami. *Infiorescenze:* i fiori sono piccole campanule bianche dotate di cinque lobi cordati, saldati alla base, che si sviluppano in piccoli corimbi ascellari. Sono presenti screziature violacee vicino alla fauce. *Frutti:* sono drupe sferiche e carnose, verdi se acerbe, poi violacee. Hanno un diametro di 5-6mm, aspetto lucente. Sono dotate di un singolo nocciolo coriaceo.

Descrizione tattile Le foglie sono carnosette. La corteccia è ruvida, simile al sughero, fibrosa.

Descrizione olfattiva Tutte le parti della pianta emettono un odore pungente.

Usi Il legno può essere utilizzato per improvvisare sostegni nei rifugi, essendo i polloni basali spesso molto lineari (arrivano anche a 2-3m). Il legno tende a deteriorarsi molto facilmente; è mediamente elastico e tende a spezzarsi anche da fresco.

Note Originario dell'Australia, è diffuso in Sardegna e nel Meridione d'Italia per via della sua rusticità. Tollera molto bene la siccità e cresce rapidamente, sviluppando una chioma densa.



108B1

Lycium ferocissimum Miers**Divisione:** Angiospermae**Famiglia:** Solanaceae**Nomi italiani:** Spina santa**Nomi sardi :** Spina santa**Habitat:** siepi, luoghi aridi, ruderi, fino a 400m s.l.m.**Fioritura:** VIII—IX

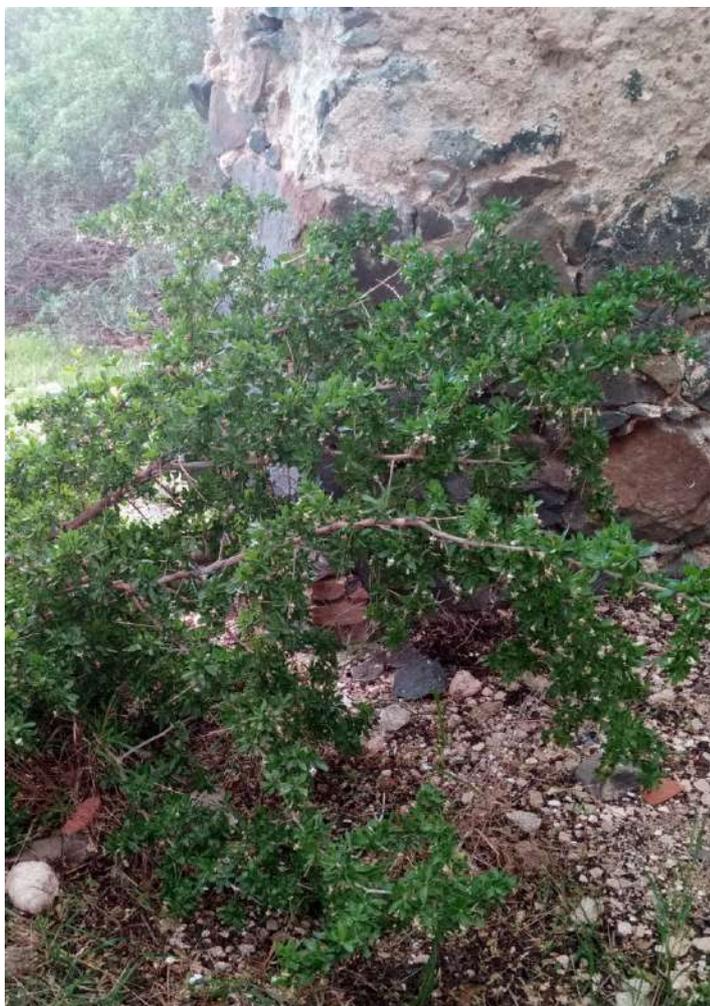
Descrizione visiva *Portamento:* arbusto legnoso mediamente ramificato, alto fino a 2m. *Fusto:* legnoso, di colore grigio-bruno. La corteccia è rugosa sui rami più vecchi, liscia e glabra su quelli giovani. Questi ultimi terminano con una vistosa spina, e presentano numerose gemme bitorzolute. *Foglie:* sono piccole (1 x 2cm), obovate o lievemente oblunghe, con apice arrotondato. Hanno una nervatura centrale sottile, più chiara del resto della foglia, di colore verde acceso. Sono sub-amplessicauli. *Infiorescenze:* i fiori crescono solitari sulla parte apicale dei rami, dove si sviluppano le foglie. Sono sorretti da un pedicello di 1-2cm, sul quale si sviluppa il calice a campanula, dotato di brevi lobi dentati. La corolla presenta cinque petali dalla punta arrotondata, sovrapposti alla base, di colore bianco, con una lingua viola vicino alla fauce (evidenzia le venature), che invece assume colore giallo. Dalla fauce si dipartono 6 stami bianchi sormontati da antere gialle reniformi. *Frutti:* sono bacche ovoidi o sferiche del diametro di 5mm. Sono verdi se acerbe, rosse a maturità. Sono per metà avvolte da una brattea verde e contengono semi reniformi brunastri di 2x3mm.

Descrizione tattile Le rughe sulla corteccia sono l'unico aspetto rilevante, che aiuta a non confondere la pianta, ad esempio, con le specie del genere *Buxus*.

Descrizione olfattiva I fiori diffondono un blando odore dolciastro.

Usi Nessun utilizzo noto.

Note Neofita naturalizzata originaria della Regione del Capo, diffusa in Marocco, Spagna e Tunisia.



108B2**Solanum linnaeanum** Hepper & P.- M.L. Jaeger

Divisione: Angiospermae	Famiglia: Solanaceae
Nomi italiani: Morella di Sodoma, Pomo di Sodom, Pomodoro selvatico	Nomi sardi : Pilardedda. Tamata aresti, Tamata burda
Habitat: siepi, luoghi aridi, ruderi, incolti fino a 500m s.l.m.	Fioritura: IV—IX

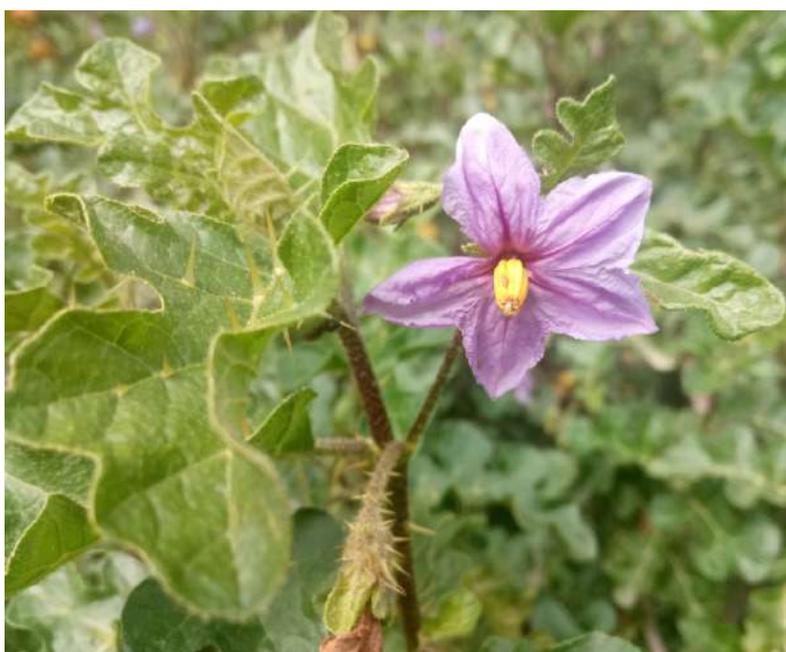
Descrizione visiva *Portamento:* arbusto ramificato e vistoso, alto fino a 2m. *Fusto:* legnoso, di colore grigio-bruno e spinoso. *Foglie:* sono irregolari, profondamente plurilobate, lunghe 5-12cm e larghe in media la metà. Sono di colore verde brillante, in contrasto col giallo pallido delle venature in risalto, provviste di spine. *Infiorescenze:* i fiori sono di colore violaceo, blu o celeste, e si sviluppano raccolti in corimbi lungamente pedunculati di 3-4 elementi. Ogni fiore presenta 5 petali uniti alla base, con la parte apicale sfrangiata e la superficie stropicciata. Al centro sono presenti 5 antere gialle, vistose e prominenti, con un pistillo centrale sporgente. *Frutti:* sono bacche globose del diametro di 2-3cm. Quando sono acerbe sono simili ad un piccolo cocomero verde screziato; con la maturazione virano verso il bianco ed infine il giallo. Sono avvolte alla base da un calice accrescente irsuto di 1-2cm. I semi sono obovoidi bruni o nerastri, globosi o compressi, di circa 2-3mm.

Descrizione tattile Sulle venature delle foglie, in rilievo, sono presenti numerose spine acuminata e pungenti. La superficie è cosparsa di piccole spine. Il frutto è liscio e glabro.

Descrizione olfattiva Bacca inodore.

Usi Specie tossica, contenente l'alcaloide glicosidico tossico *solanina*, lo stesso presente nella buccia delle patate verdi. L'assunzione accidentale del frutto, per via dell'alcaloide presente, provoca disordini gastrointestinali (nausea, diarrea, vomito, bruciore alla gola ed allo stomaco) e neurologici (emicrania e vertigini), che insorgono tra le 3 e le 12 ore. Da segnalare la possibilità di emorragia retinica. La dose mortale nell'uomo avviene con 5mg per kg di peso del soggetto. Una singola bacca può contenere fino a 100mg per ogni 100g di peso della stessa, dunque sono sufficienti, in casi estremi, 7-8 bacche per portare alla morte un uomo adulto.

Note Neofita naturalizzata originaria del Sudafrica.



109B1

Tamarix africana L.

Divisione: Angiospermae	Famiglia: Tamaricaceae
Nomi italiani: Tamarice africana, Tamarisco	Nomi sardi : Tramazzu , Tamarighe, Tamarittu, Tamariscu, Tamariziu
Habitat: zone costiere, aree salmastre e dune sabbiose, fino a 1.000m s.l.m.	Fioritura: V—VI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto o piccolo albero, sempreverde, alto fino a 5 m. *Chioma:* piuttosto irregolare, espansa. *Fusto:* spesso ramificato dal basso, rami lunghi e flessibili. La corteccia varia dal grigio al bruno scuro. *Foglie:* sono lunghe fino a 5 cm, squamiformi, con margine irregolare, di colore verde, variabile dal chiaro allo scuro a seconda della stagione. *Infiorescenze:* i fiori sono raccolti in racemi cilindrici, lunghi in media 5 cm. Crescono solo sui rami dell'annata precedente. Sono minuti, numerosissimi, caratterizzati da piccoli petali bianchi (o color giallo pallido), lunghi 2 mm. *Frutti:* sono minuscole capsule piramidali, contenenti i semi.

Descrizione tattile Il Tamarice è riconoscibile al tatto per la sua corteccia lievemente rugosa, e per la morbidezza delle foglie squamiformi (rispetto al Ginepro fenicio o ai cipressi).

Descrizione olfattiva Il Tamarice è pressoché inodore (tranne che nel periodo della fioritura). Ad esso è spesso associato l'aroma della salsedine dei luoghi in cui vegeta.

Usi Il Tamarice è spesso utilizzato per il consolidamento di pendii franosi. In sopravvivenza, soprattutto in ambiente marino, ha il vantaggio di essere un efficace dissalatore naturale. Ha infatti una discreta capacità di traspirazione, e tollera l'acqua salmastra. Avvolgendo le sue frasche in una busta di plastica, durante una giornata soleggiata, è possibile raccogliere l'acqua che trasuda dalle foglie.



Divisione: Angiospermae**Famiglia:** Thymelaeaceae**Nomi italiani:** Dafne gnidio, Erba corsa**Nomi sardi:** Iscola padeddas, Trobiscu, Durche, Eremeri**Habitat:** macchia, radura, fino a 1.200m s.l.m.**Fioritura:** VII—XI

Descrizione visiva *Portamento:* arbusto cespuglioso, sempreverde, alto fino a 150 cm. *Fusto:* eretto, modestamente ramificato, caratterizzato da una corteccia color bruno scuro. *Foglie:* lineari, lanceolate, sessili, con una breve punta sull'apice (mucrone), di colore verde o verde giallo. *Infiorescenze:* sono piccole campanule bianche, che crescono riunite in brevi pannocchie apicali, caratterizzate dalla presenza di 4 lobi. *Frutti:* sono piccole drupe sferiche di 5—7 mm di diametro, verdi se acerbe, poi rosse a maturità.

Descrizione tattile Si tratta di una pianta carnosa al tatto, con la quale dovrebbe essere evitato il contatto.

Descrizione olfattiva Il Daphne non è una pianta riconoscibile per l'odore.

Usi In sopravvivenza è bene saperla distinguere poiché si tratta di una specie tossica, benché in passato se ne facesse uso per via delle proprietà tintorie. I rami scorticati venivano utilizzati nella costruzione dei cestini. Veniva impiegata anche nella lavorazione dell'orbace, per via delle proprietà antisettiche, che azzeravano la presenza di batteri e agenti patogeni. L'ingestione delle bacche determina avvelenamenti potenzialmente letali.



112A2

Thymelaea hirsuta (L.) Endl.

Divisione: Angiospermae	Famiglia: Thymelaeaceae
Nomi italiani: Spazzaforno, Timelea barbosa, Passerina	Nomi sardi : Scova de forru, Iscobile, Nerbiazza
Habitat: macchia, gariga, zone litoranee, incolti, fino a 500m s.l.m.	Fioritura: IX—IV

Descrizione visiva *Portamento:* piccolo suffrutice sempreverde, con portamento cespuglioso, alto fino a 1m. *Fusto:* legnoso, con corteccia grigia o giallastra. I rami giovani sono di colore bianco grigio, tomentosi. *Foglie:* sono piccole, tomentose sulla pagina superiore, glabre su quella inferiore, grandi in media 5 mm. Sono carnose, di forma ovale, con l'apice acuto. Sono embriciate ed avvolte attorno al fusto. *Infiorescenze:* i fiori sono piccoli e di colore giallo, risaltano tra le foglie per il colore, dalle quali spuntano per il resto quasi indistintamente, con i loro 4 lobi arrotondati. Dotati di un perianzio di 2 o 3 mm, crescono solitari o raccolti in glomeruli. *Frutti:* sono piccole drupe glabre, con diametro non superiore al millimetro.

Descrizione tattile La Timelea si riconosce al tatto per la disposizione delle foglie, squamose, embriciate e tomentose, che si sviluppano brevemente l'una sull'altra.

Descrizione olfattiva La Timelea è pressoché inodore.

Usi Una volta, come suggerisce il nome, veniva utilizzata per la pulizia dei forni a legna, grazie alla natura squamosa dei suoi fusti, che intrappolano efficacemente la cenere. Da fresca veniva utilizzata, raccogliendo le sue frasche, per improvvisare scope. La durata era limitata nel tempo, poiché le foglie della Timelea tendono a staccarsi dal fusto nel giro di una o due settimane. Attualmente, si tratta di una pianta protetta secondo i regolamenti regionali.



118A2

Vitis vinifera (L.) subsp. sylvestris

Divisione: Angiospermae	Famiglia: Vitaceae
Nomi italiani: Vite selvatica	Nomi sardi : Sramentu burdu, Axina, Sarmentu, Spurra
Habitat: argini dei fiumi, torrenti, fino a 1.000m s.l.m.	Fioritura: IV-VI

Descrizione visiva *Portamento:* specie caducifolia e dioica lianiforme, rampicante. Tende a rivestire completamente le piante che la sorreggono. *Fusti:* legnosi, ramificati, con corteccia bruno-giallastra, glabra, estesi da 5 a 20m. Col tempo, la parte vecchia del fusto tende a fessurarsi e dividersi; la corteccia tende a desquamarsi. Dal fusto si dipartono viticci avventizi, che tendono a lignificare col tempo. *Foglie:* dette pampini, sono palmate, con lembo spesso intero, altre volte suddiviso in 3 o 5 lobi più o meno profondi. Sono dotate di lungo picciolo, talvolta rossastro, ancorato quasi al centro della foglia. Sono glabre, tomentose quando sono giovani. Il margine è irregolarmente seghettato. Sono di colore verde lucente durante la stagione estiva, virano verso il giallo—rosso in autunno. *Infiorescenze:* sono pannocchie dapprima erette, successivamente pendule, che tendono ad allargarsi con la fruttificazione. Il nerbo centrale, detto *rachide*, si dirama negli assi laterali, fino al IV ordine. I rami di ordine superiore, detti *pedicelli*, sorreggono il fiore. Questi sono in origine bisessuali, ma divengono maschili o femminili per aborto dei rispettivi organi sessuali. Il singolo fiore, verdastro e poco appariscente, ha calice gamosepalo a 5 sepali (poco sviluppati) e corolla a 5 petali. *Frutti:* sono piccole drupe glabre, dal sapore acidulo, di colore viola a maturità, contenenti due o tre semi sferici.

Descrizione tattile Le foglie sono lisce (le giovani sono tomentose); i fusti sono lisci e glabri.

Descrizione olfattiva L'odore della vite, specie delle foglie, è fortemente tannico.

Usi I fusti possono essere utilizzati per ricavare robusto cordame improvvisato, attraverso la tecnica dell'intreccio. I frutti, malgrado la somiglianza con l'uva coltivata, sono poco gradevoli al gusto. Con le foglie e il frutto è possibile preparare infusi in grado di apportare all'organismo vitamina A B e C. Il gusto è fortemente tannico, ed ha un blando effetto antisettico. Si tratta di una specie portainnesto per le varietà coltivate, piuttosto rustica.

