



Silene

Famiglia: Caryophyllaceae

Altri nomi: strigoli, stridoli, carletti, sonaglini e cavoli della comare.

Habitat: incolti, prati, ghiaie, ama i terreni calcarei e ricchi di azoto; da 0 a 2800 m.

Caratteristiche: La Silene rigonfia (*Silene vulgaris*) è una piccola pianta (alta fino a 60–70 cm; massimo 100 cm) perenne e glabra, dai caratteristici fiori chiamati “bubbolini”. Le foglie sono ovate di forma lanceolata di colore verde. Foglie basali formano una piccola rosetta, nella parte aerea le foglie sono sessili a disposizione opposta. L'infiorescenza è di tipo lasso a pannocchia con fiori penduli su peduncoli flessuosi lunghi 5 – 15 mm. In particolare l'infiorescenza viene definita come bipara ossia i fiori crescono da ambo i lati rispetto al fiore apicale con 3 – 9 fiori totali di colore bianco.



Etimologia

Pianta conosciuta fin dall'antichità per le sue proprietà mangerecce. Si può comprendere quindi l'abbondanza di nomi popolari: oltre a quelli citati “sonaglini” e “cavoli della comare”. Il nome del genere (*Silene*) si riferisce alla forma del palloncino del fiore. Si racconta che Bacco avesse un compagno di nome Sileno con una gran pancia rotonda. Ma probabilmente questo nome è anche connesso con la parola greca “sialon” (= saliva); un riferimento alla sostanza bianca attaccaticcia secreta dal fusto di molte specie del genere. I calici rigonfi sono persistenti e mantengono la forma a palloncino che anzi nel tempo si irrigidisce per cui alla fine dell'estate si possono far scoppiare battendoli con la mano da qui un altro nome popolare: “schioppetini”.

Cucina

Molto ricercata in gastronomia (con il nome di strigoli, stridoli o carletti), fra le migliori erbe commestibili, ma solo prima della fioritura poi le foglie basali diventano troppo coriacee. Si mangiano sia crude, sia cotte (come gli spinaci), in risotti, minestre, ripieni e frittate: hanno un sapore dolce e delicato. Viene ancora usata come ripieno per farcire ravioli e nella zona del Chianti per preparare un caratteristico strudel che si consuma il giorno dell'Ascensione.

Salute

Nella medicina popolare era usata nei trattamenti di anemia, come emolliente in unguenti, creme e lozioni per pelli secche. Il succo della pianta è usato nei trattamenti oftalmici. Le foglie e le radici contengono saponine, mentre la radice contiene anche alcaloidi e tannini.