

Silene (Silene Vulgaris)



Nome popolare: Silene, Sciupet, Sciupetin, Schippetti, Strigolo.

Nome scientifico: *Silene vulgaris*

Descrizione: La Silene è abbondante negli incolti di ogni tipo. E' alta 50-70 cm ed è un po' legnosa alla base e presenta fusto eretto-ramificato, foglie lanceolate-lineari, poco evidenti. La fioritura va da aprile a giugno. I fiori della pianta sono voluminosi, larghi fino a 2,5 cm. La corolla è costituita da 5 petali roseo-violetti, sfumati fino al bianco verso la base. Il frutto si presenta come una capsula lunga fino a 17 mm.

Habitat Si trova nel bacino sud-occidentale del Mediterraneo. In Italia è comune in tutte le regioni. La Silene nodulosa è un tipico endemismo della Sardegna e della Corsica nonché dell' Elba, dove è possibile trovarla negli ambienti più freschi.

Utilizzo in cucina I germogli della Silene, con quelli del luppolo, sono i più ricercati per zuppe, minestrone, minestre, risotti e frittate d' erba, nonché per venire lessati e insaporiti in padella o lessati e conditi. Questi utilizzi esercitano nel contempo un' azione coleretica, depurativa e antianemica. Le foglie della pianta, se giovani, sono consumate crude come una qualunque insalata; si preferisce mescolare sempre ad altre erbe campestri poiché l' insalatina mista ha un sapore più gradevole. Se invece la pianta è "più stagionata", allora sarà bene lessare le sue foglie, con le quali si potrà ottenere anche un' ottima frittata.

Curiosità I calici fiorali sono rigonfi come vescichette o più poeticamente come il ventre del Dio Sileno, e comprimendoli, vengono fatti scoppiare per gioco sul dorso della mano o sulla fronte.