



Allium schoenoprasum

Famiglia ALLIACEAE

ERBA CIPOLLINA, AGLIO UNGHERESE

ETIMOLOGIA - Il nome dal latino "Allium" ovvero aglio deriva dai termini usati dai celti e dai persiani per indicare i bulbi eduli, "all" in celtico significa caldo, bruciante, in riferimento all'odore e al sapore acre e pungente tipico dell'aglio. Il nome specifico, deriva dal greco "schoenos", giunco e "prasos", porro; le foglie ricordano infatti quelle dei giunchi ed il loro gusto, assomiglia a quello del porro.

AMBIENTE - Questa specie è originaria dell'Europa e del Continente Americano, si sviluppa maggiormente da 600 a 2600 m sul livello del mare; cresce spontanea in tutta l'Italia settentrionale oltre che in Toscana, Lazio e Abruzzo.

CARATTERI BOTANICI

FOGLIE - Le foglie sono solamente del tipo radicale a disposizione spiralata. La forma è allungata e molto stretta: sono dei sottili aghiformi e formano un cespo diritto. Le foglie sono cave (fistolose). Se vengono recise alla base si riformano velocemente formando una vegetazione a tappeto. Il diametro delle foglie varia dai 2 ai 4 mm e possono arrivare a una lunghezza di 20 - 40 cm.

FRIORI - I fiori sono numerosi, di solito rosa-violetti e in casi rari bianchi. Sono riuniti in un'infiorescenza quasi sferica ed intorno ai 3 cm di grandezza. Il periodo di fioritura va da giugno ad agosto.

FRUTTI - Il frutto è del tipo a capsula. La deiscenza avviene lungo le tre nervature principali del frutto (capsula loculicida). La forma è vagamente triangolare con tre logge in ognuna delle quali sono contenuti uno-due semi.

USI - L'erba cipollina viene frequentemente usata in cucina. Le foglie schiacciate con un mortaio e mescolate al burro formano un ottimo composto aromatico per insaporire grigliate di carne e pesce.

Sono ottime in minestre e insalate; contengono, oltre a proteine, grassi, carboidrati e fibre anche Minerali (calcio, fosforo, ferro, magnesio, sodio, potassio e zinco) e Vitamine (Vitamina A, Tiamina (B1), Riboflavina (B2), Niacina e Vitamina C). L'*Allium schoenoprasum* è usato in erboristeria contro lo scorbuto. È antisettico (proprietà di impedire o rallentare lo sviluppo dei microbi), ipoglicemizzante (diminuisce il glucosio nel sangue), cardiotonico (regola la frequenza cardiaca), cicatrizzante (accelera la guarigione di ferite) e vermifugo (elimina i vermi intestinali).

STORIA E LEGGENDE - Le antiche popolazioni celtiche attribuivano all'erba cipollina delle proprietà magiche. Secondo alcune credenze, l'erba combatteva gli incantesimi. Tracce di queste antiche credenze si trovano ancora oggi nella tradizione tedesca.