



Chicory
Asteraceae family

Cichorium intybus var. Catalogna

Famiglia Asteraceae

CICORIA SELVATICA, CICORIA CATALOGNA, CICORIE (friulano), CICORIA (bisiaco)

ETIMOLOGIA – Questa pianta è conosciuta fin dall'antichità. Viene citata nel papiro di Ebers, da Plinio che nei suoi scritti diceva che era persino gli antichi Egizi la conoscessero. È stata trovata anche negli scritti del medico Galeno. Il nome potrebbe derivare quindi dagli Egizi oppure dai Greci, anche se la cosa più plausibile è l'antico nome arabo Chikouryeh (probabilmente copiato ai greci)

AMBIENTE - Cresce nei campi e luoghi erbosi dell'Europa, Asia temperata e Africa boreale. È pianta rustica che richiede terreni non umidi, di preferenza sabbiosi. La possiamo trovare fino a 1200m s.l.m

CARATTERI BOTANICI

FUSTO - dritto, rigido, ricoperto da peli ed angoloso, può raggiungere l'altezza di un metro ed è molto ramificato

FOGLIE – Le foglie basali sono profondamente incise a denti acuti, quelle superiori sono piccole, a forma di lancia, frastagliate, prive di stelo e semiabbraccianti il fusto. Il colore delle foglie è verde scuro, sulle nervature possono essere soffuse di rosso. Le loro dimensioni sono: larghezza 3 –5 cm; lunghezza 10 – 25cm

FIORI - I fiori di cicoria sono riuniti in gruppi di 2-3 capolini, terminali o ascellari. Ogni capolino è composto da 20-25 fiori i quali, si schiudono all'alba e si richiudono, decolorandosi, verso il tramonto. La fioritura avviene in luglio-settembre

FRUTTI - I frutti sono acheni (impropriamente detti semi) di forma obovata-piramidale.

USI - È coltivata, per le foglie, che si mangiano sia crude sia cotte, e per le radici, che se tostate, o essiccate, danno un surrogato del caffè (veniva usate durante i periodi di guerra dato che i trasporti di caffè, dall'America latina e centrale oppure dall'Asia, subivano molti rallentamenti); Le radici e le foglie, fresche o in infuso o decotto, si usano come tonico depurativo e lassativo. Dai fiori si possono estrarre dei liquidi utili per curare alcuni tipi di oftalmie. La polpa della radice può essere utile per alcune infiammazioni. In ambito medico, in genere, si usano dei decotti oppure si formano degli sciroppi e, dalle foglie macerate, si può ottenere una crema rinfrescante per il viso.

STORIA E LEGGENDE - Un'antica leggenda rumena racconta che un giorno il sole chiese a donna Floridor di sposarlo. La fanciulla rifiutò allora il sole, irato, la trasformò nel fiore della cicoria condannandola a guardarlo (il sole) ogni momento della sua giornata da quando appariva in cielo a quando scompariva la sera. Questo per spiegare che i fiori della cicoria sono eliotropi.