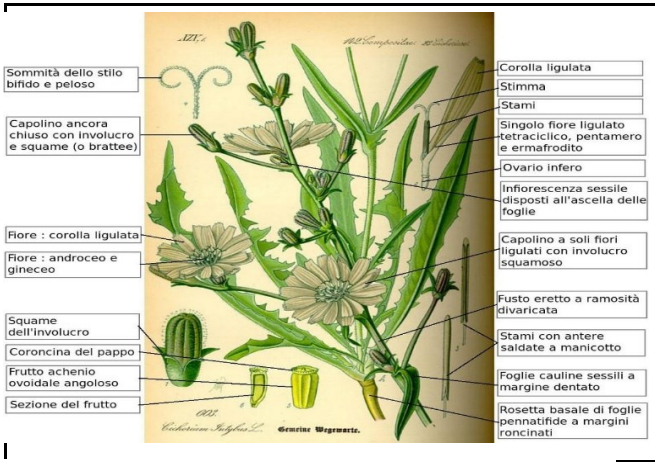
ORTO DI FARINATA - HORTUS CONCLUSUS

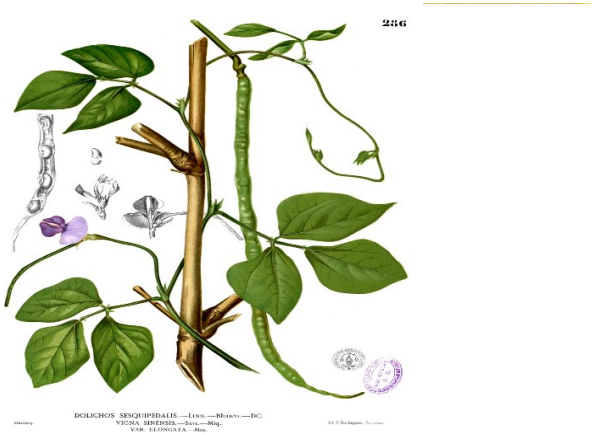
FOTO	NOME COMUNE	NOME SCIENTIFICO	CURIOSITA'
	Barbabietola	Beta Vulgaris	La *bieta* fa la sua comparsa già nel mondo greco. Teofrasto ne parla col nome di τεῦτλον (tèutlon). A Roma ne parlano Plinio il Vecchio e Columella. La *Beta* , infatti, veniva usata non solo come cibo, ma anche come medicinale. Già nel XV secolo era assai diffusa la sua coltivazione sopratutto nei monasteri. Inizialmente veniva coltivata per le sue foglie, in seguito si diffuse anche il consumo della radice nella variante rossa.
	Lattuga	Lactuca sativa	Il nome del genere (*Lactuca*) deriva dall'abbondanza di sacchi lattiginosi contenuti in queste piante (una linfa lattea nel gambo e nelle radici). L'epiteto specifico (*sativa*) significa "ciò che è seminato", indicando quindi che la pianta è coltivata. Nel linguaggio colloquiale italiano questa pianta viene spesso, ed erroneamente, chiamata insalata, essendo spesso parte o ingrediente principale dell'omonima pietanza. Il binomio scientifico della pianta è stato proposto da Carl Von Linnè (1707-1778)

	Cicoria	Cichorium Intybus	Per il nome generico (Cichorium) di questa pianta è difficile trovare un'etimologia. Probabilmente si tratta di un antico nome arabo che potrebbe suonare come Chikouryeh. Sembra che derivi da un nome egizio Kichorion, o forse anche dall'accostamento di due termini Kio (= io) e chorion (= campo);
	Indivia	Cichorium Endiva	Spesso confusa con la "cugina" cicoria (entrambe appartengono allo stesso genere Cichorium), l'indivia sviluppa una rosetta di foglie assai increspate le quali formano un cespo piuttosto lasso. L'imbianchimento delle foglie si ottiene legandole con un filo di rafia.
	Cavolo nero	Brossica Oleracea - Gruppo Acephala	La parte edule per il consumo umano è rappresentata principalmente dalle foglie private dello stelo, le quali sono utilizzate per numerose preparazioni che in Italia comprendono la tipica ribollita, il minestrone, la bruschetta e il risotto. Il periodo migliore è quello caratterizzato da temperature molto rigide, infatti secondo l'opinione comune, nei periodi successivi alle gelate invernali di gennaio e febbraio, le foglie risultano meno coriacee e più saporite. Viene usato soprattutto nella cucina toscana. In Spagna viene usato per la preparazione del cocido, spesso con patate e vari tagli di carne suina. In Portogallo e in Galizia è alla base della preparazione del caldo verde.

	Cavolo cappuccio		TECNICA COLTURALE - La semina viene eseguita in semenzaio e il trapianto in pieno campo viene effettuato dopo un paio di mesi. Per le varietà destinate alla produzione di crauti, si può eseguire la semina diretta nel terreno. Le varietà primaverili vengono seminate a settembre, le varietà estive e autunnali sono seminate tra marzo e maggio e le varietà invernali vengono seminate a maggio-giugno.
	Carota selvatica	Pastinaca Sativa	
	Sedano		Le fibre di cui il sedano è ricco, aiutano a ridurre trigliceridi e colesterolo; la sedanina, una sostanza aromatica stimolante e altre molecole (fenolo, mannite, inositolo) ne potenziano le capacità digestive e di assorbimento dei gas nell'apparato digerente.

	Prezzemolo	Petroselinum Crispum	Le foglie e i fusti, e più raramente la radice, sono le parti utilizzate, sia per il consumo fresco sia per la preparazione di salse, zuppe e pesce. Il prezzemolo ha proprietà diuretiche e sudorifere, dovute principalmente ad una sostanza flavonica: l'apioside. Nell'erboristeria cinese è utilizzato anche come rimedio per la pressione alta. Anticamente, soprattutto nel Medioevo, era utilizzato anche
	Aglio	Allium Sativum	Il suo utilizzo primo è quello di condimento, ma è ugualmente usato a scopo salutistico per le proprietà congiuntamente attribuitegli dalla scienza e dalle tradizioni popolari. A causa della sua coltivazione molto diffusa l'aglio viene considerato quasi ubiquitario, ma le sue origini sono asiatiche[4] (sono state rintracciate nella Siberia sud-occidentale), velocemente diffusosi nel bacino mediterraneo e già conosciuto nell'antico Egitto.
	Porro	Allium Ampeloprasum	Il porro è un ortaggio. La parte edule è rappresentata dalla parte basale delle foglie (la parte bianca), mentre viene comunemente scartata la parte apicale verde delle stesse. La varietà Allium ampeloprasum var. kurrat, chiamata comunemente kurrat, è coltivata in Egitto e Medio Oriente. Viene largamente utilizzata nella cucina araba e maghrebina, principalmente per le foglie.

	Scalogno	Allium Ascalonicum	Il nome scientifico "ascalonicum" e quello volgare, sembrano derivare da quello dell'antico porto mediterraneo di Ascalona, situato nella parte meridionale dell'odierno Israele poco a nord di Gaza. Plinio scrive che i greci avevano sei tipi di cipolle, tra cui appunto lo scalogno, mentre lo scrittore del I secolo Columella sostiene le virtù dello scalogno, affermando che questa cipolla è la migliore di tutte le varietà. Non è tuttavia certo, date le somiglianze fra alcune varietà di cipolle e gli scalogni, se gli Antichi si riferissero alle stesse varietà a noi note. Lo scalogno che coltiviamo attualmente arrivò in Europa tra il XII-XIII secolo per opera dei crociati che rientravano dalla Terra santa (si ricordi la battaglia di Ascalona durante la prima crociata); già nel Duecento in Francia, lo scalogno aveva un ruolo importante nella cucina tradizionale. In un codice manoscritto del secolo XIV conservato presso la Biblioteca universitaria di Bologna vengono citate torte a base di scalogno.
	Cipolle rosse	Allium Cepa	Sembra che i bulbi di cipolla e di altre piante della famiglia siano stati usati come cibo già nell'antichità. Negli insediamenti cananei dell'età del bronzo, accanto a semi di fico e noccioli di dattero risalenti al 5000 a.C., sono stati ritrovati resti di cipolle, ma non è chiaro se esse fossero effettivamente coltivate a quell'epoca. Le testimonianze archeologiche e letterarie suggeriscono che la coltivazione potrebbe aver avuto inizio circa duemila anni dopo, in Egitto, insieme all'aglio e al porro. Sembra che le cipolle e i ravanelli facessero parte della dieta degli operai che costruirono le piramidi. Nel medioevo le cipolle avevano grande importanza come cibo, tanto che erano usate per pagare l'affitto e come doni.



Fagioli con l'occhio	Vigna Unguiculata	Nell'antichità il fagiolo dall'occhio, originario dell'Africa, era diffusamente coltivato da Greci e Romani. Durante il Medioevo i fagioli costituivano una delle principali fonti di proteine delle classi povere e la specie rientra tra quelle raccomandate da Carlo Magno nel Capitulare de villis. Dopo la scoperta del Nuovo Mondo, con l'arrivo in Europa del fagiolo comune, la coltivazione dei fagioli dall'occhio ha perso d'importanza; ai giorni nostri in Italia sopravvive solo in alcune zone di Puglia, Toscana e Veneto.
fave	Vicia Faba	Il frutto è un legume allungato, cilindrico o appiattito, terminante a punta, eretto o pendulo, glabro o pubescente che contiene da 2 a 10 semi con ilo evidente, inizialmente verdi e di colore più scuro (dal nocciola al bruno) a maturità.

	Ceci	Cicer Arietinum	Il nome deriva dal latino cicer. È noto che il cognome di Cicerone discendeva da un suo antenato che aveva una caratteristica verruca a forma di cece sul naso. L'epiteto specifico arietinum si riferisce invece alla somiglianza che hanno i semi con il profilo della testa di un ariete. È stata una delle prime colture domesticate; il cece coltivato deriva da forme selvatiche del genere Cicer, probabilmente da Cicer reticulatum. Le specie selvatiche si sono originate probabilmente in Turchia, mentre le prime testimonianze archeologiche della coltivazione del cece risalgono all'età del bronzo e sono state rinvenute in Iraq; i ceci si diffusero in tutto il mondo antico: antico Egitto, Grecia antica, Impero romano.
	Piselli	Pisum Sativum	Il pisello è coltivato dall'era neolitica e ha accompagnato i cereali nelle origini dell'agricoltura nel Vicino Oriente. Nell'Antichità e nel Medioevo è stato un alimento base in Europa e nel bacino del Mediterraneo. Ai nostri giorni, la sua coltura è praticata nei cinque continenti, particolarmente nelle regioni a clima temperato dell'Eurasia e dell'America del Nord. Assieme ad alcuni cereali (farro, frumento, orzo) e ad altre leguminose (vecce, lenticchie e ceci), il pisello fu una delle prime specie domesticate dall'uomo quando, circa 8000 anni fa, nella regione della Mezzaluna Fertile, nacque l'agricoltura. Resti sia di piante selvatiche, sia di piante coltivate, sono stati trovati in numerosi siti archeologici del Neolitico. In seguito, la coltura si è diffusa verso ovest in Europa e verso est sino all'India.

	Cicerchie	Lathirus Sativus	La cicerchia (Lathyrus sativus L., 1753), o pisello d'India, è un legume appartenente alla famiglia delle Fabaceae, diffusamente coltivato per il consumo umano in Asia, Africa orientale e limitatamente anche in Europa e in altre zone. È una coltura particolarmente importante in aree tendenti alla siccità e alla carestia, detta coltura di assicurazione poiché fornisce un buon raccolto quando le altre colture falliscono. È anche nota con i nomi di pisello d'erba, veccia indiana, pisello indiano, veccia bianca (Italia). Il consumo in Italia è limitato ad alcune aree del centro-sud ed è in costante declino.
	Cetrioli	Cucumis Sativus	Già nel Cinquecento, il medico e umanista italiano Pietro Andrea Mattioli raccomandava i semi e il succo del cetriolo per "far bella la pelle". È indicato per ammorbidire e idratare la pelle che tende ad assumere una maggiore elasticità, il suo succo è consigliato dopo un'esposizione al sole, mentre la polpa è efficace per le pelli secche. Oltre a questo uso esterno, non bisogna dimenticare che il cetriolo è ricco di sali minerali, vitamina C e amminoacidi.
	Borragine	Borrago Officinalis	Il nome deriva dal latino borra (tessuto di lana ruvida), per la peluria che ricopre le foglie. Altri lo fanno derivare dall'arabo abu araq (= padre del sudore), attraverso il latino medievale borrago, forse per le proprietà sudorifere della pianta. Tradizionalmente le foglie si usano cotte in molti piatti regionali: minestroni, torte e frittate, o come ripieni per ravioli e pansoti in Liguria. Tipico è il consumo in frittelle dei fiori e delle foglie (passate in pastella e poi fritte). La cottura elimina la peluria che copre le foglie.

	Melone retato (Popone)	Cucumis Melo	Nel V secolo a.C. il popolo egizio iniziò ad esportarlo nel bacino del Mediterraneo e arrivò in Italia nella prima età imperiale come raccontato da Plinio (I secolo d.C.) nel suo libro Naturalis Historia che lo uniformò al cetriolo a forma di mela cotogna, melopepaes. Le attuali conoscenze sulla sua diffusione nel bacino del Mediterraneo però sono state messe in discussione dalle recenti scoperte archeologiche fatte in Sardegna dove semi di melone riferibili all'età del Bronzo (tra il 1310-1120 a.C., in piena epoca nuragica), quindi in epoca ben antecedente, sono stati rinvenuti nel sito archeologico di Sa Osa a Cabras, in provincia di Oristano, poco distante dal luogo nel quale sono state trovate le statue dei Giganti di Monte Prama. Il melone venne anticamente considerato simbolo di fecondità, forse in ragione dei numerosissimi semi, ed altresì associato al concetto di sciocco e goffo (uno stolto veniva chiamato mellone e una scemenza mellonaggine). Secondo Angelo De Gubernatis, la ragione di tale associazione è da ricercare nell'estrema fecondità di questi frutti, alla loro capacità generatrice, incontrollata, opposta alla ragione dell'intelligenza.
	Zucca dei pellegrini	Lagenaria Siceraria	Nei paesi in cui tale specie è coltivata, si utilizzano i gusci come vasi e contenitori di vario genere, quali recipienti e contenitori (fiaschi, borracce, ecc.) in cui conservare, per breve periodo, acqua, vino o altri liquidi. Le lagenarie vengono inoltre utilizzate per fabbricare strumenti musicali e astucci penici.