Finocchietto Selvatico Siciliano, l’autentico profumo della natura

Autore: Redazione

Data: 04 Novembre 2020

Cosa rende speciale il Finocchietto Selvatico Siciliano?

- Questa pianta spontanea caratterizza l’area mediterranea e, in particolare, la **Sicilia**.
- La sua storia è molto antica e se ne parla già in alcuni testi egizi.
- Fu con i Romani, però, che si diffuse in ogni parte d’Europa.

Dal punto di vista della flora, la **Sicilia** non smette mai di **stupirci**. Ci sono alcune piante che, più delle altre, fanno subito pensare all’isola. È una questione di aspetto, ma anche di odori e aromi. Il **finocchietto selvatico siciliano** è molto apprezzato per diversi motivi. Il *Foeniculum vulgare* appartenente alle Umbelliferae e cresce in modo spontaneo. Originario dell’area mediterranea, il finocchio selvatico, meglio noto col nomignolo di *finocchietto*, è diffusissimo in particolare nelle aree costiere del sud dell’Italia. La sua storia è molto antica. Viene già menzionato in alcuni antichi testi egizi, ed era ben noto anche ai Greci. Fu soltanto con i Romani, però, che specie si diffuse in **ogni parte d’Europa**.

Per quanto riguarda le sue **caratteristiche**, può raggiungere i 2 metri di altezza e un diametro di oltre mezzo metro. Molto particolari sono le **foglie**, aromatiche e di colore verde. La fioritura avviene nel periodo estivo, e i suoi piccoli fiori sono di colore giallo. I **frutti**, spesso erroneamente chiamati "**semi**", sono di colore grigio o marrone e anch'essi aromatici. Di norma, preferisce zone soleggiate ma, essendo una specie completamente rustica, è in grado di resistere a temperature molto rigide, anche al di sotto dello zero.

Sono numerosi i motivi che rendono famoso il **finocchietto selvatico siciliano** – e molti sono legati alla cucina. Si pensa immediatamente alla pasta con le sarde, ma si utilizza anche per altre deliziose ricette. Si sposa bene con i legumi, le insalate di pesce e i pomodorini. È molto famoso l'utilizzo nel il macco di fave, così come nella **salsiccia**, cui conferisce un aroma davvero caratteristico. In realtà, l'utilizzo in campo gastronomico risale già al periodo dell'antica Roma, ma con fini diversi. I Romani, infatti, lo aggiungevano ad alimenti non freschissimi o di scarsa qualità. In particolare, riduceva il cattivo odore e sapore del vino andato a male. Da qui si pensa possa derivare il detto "non farsi infinocchiare".

Proprietà del finocchietto selvatico

Il finocchietto selvatico ha **proprietà depurative** ed antispasmodiche hanno un **effetto digestivo** e carminativo: aiuta l'espulsione dei gas intestinali, quindi è utile per alleviare coliche e dolori addominali, che affliggono spesso i bambini molto piccoli d'età e in particolare i neonati ai primi mesi di vita. Favorisce, inoltre, una corretta funzionalità epatica e riduce nausea e vomito.

Riferimento articolo: https://www.siciliafan.it/finocchietto-selvatico-siciliano/

Generato il 17/11/2026