

LE PIANTE ALIMENTARI



**QUANTE SONO LE PIANTE UTILIZZATE
PER L'ALIMENTAZIONE UMANA ?**





SI STIMA CHE AMMONTINO A 48 LE SPECIE DI LEGUMI UTILIZZATE DALL'UOMO A SCOPO ALIMENTARE



64 SPECIE DI FRUTTI SECCHI E DI SEMI

A vibrant collage of various fruits. In the top left, there's a whole cantaloupe melon and a bunch of green grapes. To the right are several bright orange oranges and a few red and yellow apples. The bottom left features a large slice of cantaloupe melon with its seeds, next to a bunch of small, round, reddish-orange fruits. The bottom right shows a whole pineapple, several green bananas, and a cluster of red strawberries. The background is a mix of these fruits, creating a colorful and appetizing scene.

86 specie di frutti di climi freddi
140 specie di frutti di climi caldi e
tropicali

A top-down view of a variety of fresh vegetables. In the upper left, a wicker basket contains several bright orange carrots with green tops and some leafy greens. Below the basket, a wooden cutting board holds a yellow squash, a head of white cauliflower, a whole head of purple cabbage, two red tomatoes, a long green pepper, and two cucumbers. To the right of the cutting board are two large orange carrots, a head of green broccoli, a head of red bell pepper, and several yellow beans. The background is filled with more green leafy vegetables, including parsley and basil. The overall scene is bright and colorful, showcasing a wide range of fresh produce.

70 SPECIE DI ORTAGGI USATI PER I FRUTTI FRESCHI MATURI O NON MATURI



70 SPECIE DI PIANTE AROMATICHE

22 SPECIE DI SPEZIE DERIVANTI DA FRUTTI O SEMI

PIANTE AROMATICHE DI USO CULINARIO



Molte sono le specie vegetali selvatiche che in passato e talora fino ai nostri giorni, hanno avuto una certa importanza nell'alimentazione umana



La **tifa** o **stiancia** (*Typha latifolia*), specie che vegeta in ambienti acquitrinosi, in epoca preistorica è stata utilizzata come alimento dalle popolazioni europee. I rizomi di *Typha orientalis* fino a tempi recenti sono stati consumati in Australia.





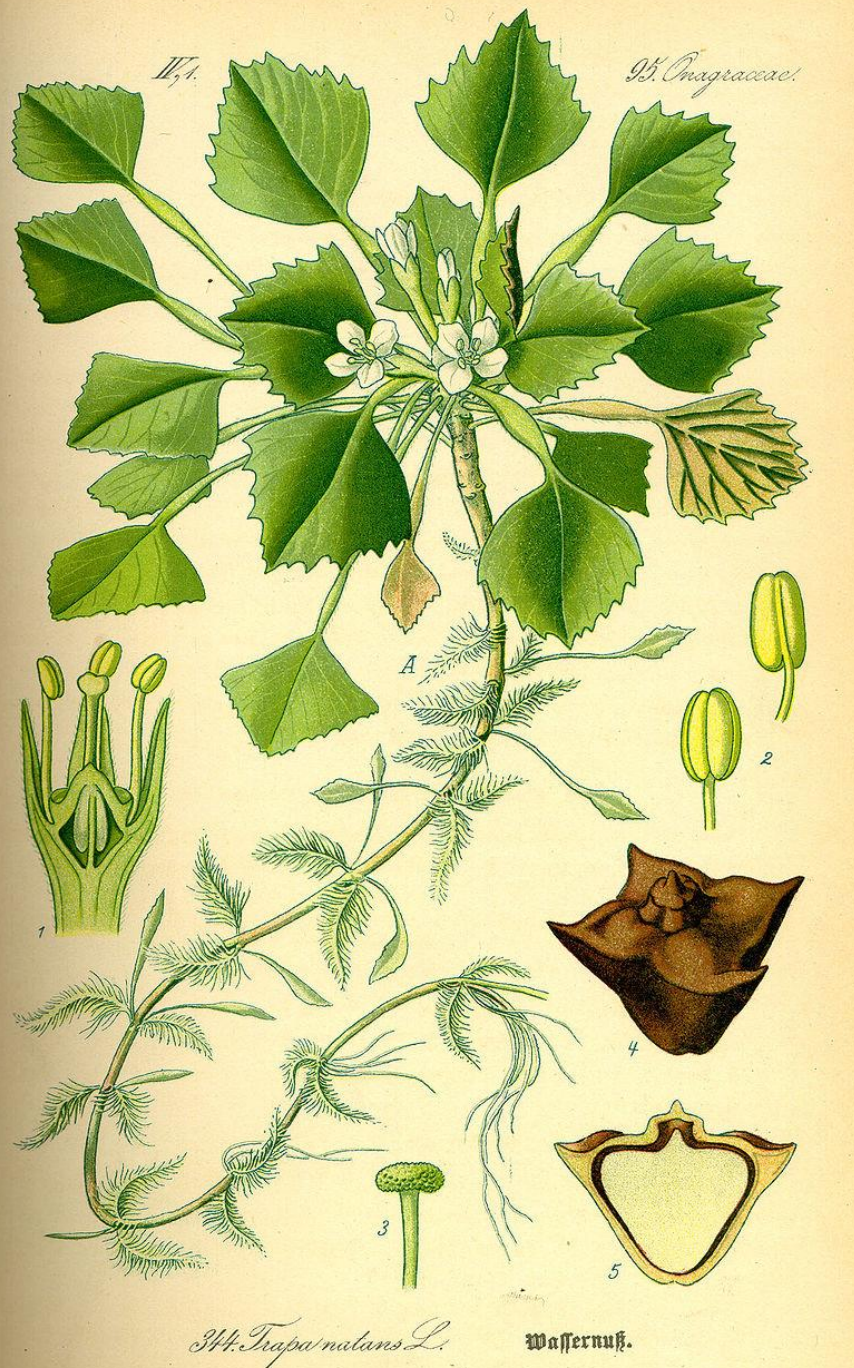
Per l'alimentazione umana sono state utilizzate diverse parti della tifa, che possono essere oggetto di diverse preparazioni. Tra le porzioni più utilizzate vi sono i germogli laterali del rizoma, che con la bollitura diventano molto teneri. Venivano consumati anche il germoglio florale ed il polline della tifa, ricco di proteine, che viene raccolto scuotendo le infiorescenze e può essere mescolato a delle farine vegetali per produrre dolci.

Castagna d'acqua (Trapa natans)



La **castagna d'acqua** è una specie acquatica, galleggiante, diffusa soprattutto in Asia , Europa ed Africa. Di questa pianta viene consumata dall'uomo la parte interna dei frutti , ricca di amido, che ricorda molto nel sapore, nell'odore e nell'aspetto le castagne. Con molta probabilità la specie è stata diffusa artificialmente dall'uomo in età preistorica in molti bacini lacustri e fluviali.





CASTAGNA D'ACQUA (Trapa natans)

