RUCOLA SELVATICA






NOME COMUNE	**Rucola selvatica, Ruchetta selvatica**
NOME SCIENTIFICO	*Diplotaxis tenuifolia (L.) DC.*
FAMIGLIA	Brassicaceae (Cruciferae)
ORIGINE	Specie originaria dell'Europa centro-meridionale e dell'area mediterranea
DESCRIZIONE BOTANICA	
• **portamento:**	Pianta erbacea perenne, generalmente alta 20–50 cm. Possiede una radice fittonante e fusti eretti, ramificati soprattutto nella parte superiore, generalmente glabri o poco pelosi. Forma cespi relativamente compatti.
• **foglie:**	Foglie basali lunghe circa 10–25 cm, di colore verde, con margine profondamente inciso e generalmente pennatopartite; presentano segmenti laterali e un segmento terminale più grande. Sono caratterizzate dal tipico aroma e sapore pungente della rucola.
• **fiori:**	Riuniti in racemi allungati. Sono formati da quattro petali gialli, spatolati, lunghi circa 8–15 mm, con quattro sepali e sei stami. I fiori sono generalmente portati su lunghi peduncoli.
ESPOSIZIONE	Predilige il pieno sole e gli ambienti luminosi. Si adatta bene a terreni aridi, poveri e sassosi e sopporta periodi di siccità.
SEMINA	Si può seminare direttamente a dimora in primavera oppure, in condizioni favorevoli, anche a fine estate o in autunno. I semi sono piccoli e vanno distribuiti superficialmente, ricoprendoli con un sottile strato di terreno. La pianta può anche propagarsi spontaneamente per seme.
FIORITURA	Generalmente da maggio a ottobre; nelle zone a clima mite può prolungarsi anche durante l'inverno.
FRUTTO	Il frutto è una siliqua stretta e allungata, generalmente lunga circa 4–5 cm, contenente numerosi piccoli semi disposti in due file. La disposizione dei semi è all'origine del nome del genere Diplotaxis, dal greco diplos (“doppio”) e taxis (“fila”).
RACCOLTA DEL SEME	La raccolta può essere effettuata generalmente tra giugno e settembre, quando le silique sono mature e iniziano a seccarsi. È opportuno raccogliere le infiorescenze prima della completa apertura delle silique per evitare la dispersione dei semi. I semi sono molto piccoli, ovoidali, di colore bruno-giallastro o bruno-rossastro, e sono disposti all'interno della siliqua in due file.

Fonti

Plants of the World Online – Royal Botanic Gardens, Kew

FLORA::uniud – Università degli Studi di Udine

Portale della Flora di Roma – Università degli Studi di Trieste

Gruppo Micologico Ancona – Scheda botanica

Pl@ntNet – Diplotaxis tenuifolia

Altro

È una delle principali rucola selvatiche commestibili. Le foglie giovani e tenere vengono consumate crude in insalata oppure utilizzate per insaporire primi piatti, verdure, frittate e altre preparazioni. Il sapore è più intenso, aromatico e pungente rispetto alla rucola coltivata (Eruca sativa). È inoltre interessante per orti e giardini naturali come pianta rustica e mellifera.

Crediti

https://bs.plantnet.org/image/o/cd537ad5d4833bdfad2c27364c048d8f5b08a351

https://bs.plantnet.org/image/o/f42ae6ba1a1cdffed7a39a3df8b2fcdd86c50541

https://bs.plantnet.org/image/o/7eab9abb02b85102301b1a2823c36591a73246c2

https://bs.plantnet.org/image/o/20f198ab36f9e0a99ad2ce4c344b290d52b86a45