



Helleborus foetidus (elleboro fetido)



Helleborus bocconei (elleboro di Boccone)

L'Elleboro

L'**elleboro**, è un genere di piante appartenente alla famiglia delle *Ranunculaceae*, diffuso prevalentemente nel bacino del Mediterraneo.

Il genere, che dà il nome a una delle famiglie delle *Ranunculaceae*, quella delle *Helleboreae*, comprende circa 30 specie erbacee perenni (di cui una decina crescono spontanee in Italia) alcune con radici rizomatose, con fioritura invernale o ai primi tepori primaverili, con fiori di vari colori.

All'interno del genere *Helleborus* è inclusa la sottospecie ***Helleborus bocconei*** (**elleboro di Boccone**), una pianta erbacea perenne che può raggiungere 50 cm di altezza, frequentemente presente fino alla quota di m 1600-1800 s.l.m. che fiorisce da gennaio ad aprile.

I fiori sono di colore verde chiaro, sono rivolti verso il basso, retti da un peduncolo di 0,7- 1,0 cm. Le foglie basali, sono rette da un picciolo lungo 30 - 40 cm, sono costituite da 5-7 segmenti lineari-lanceolati, divisi interamente o almeno fino alla metà e grossolanamente dentati; di colore verde chiaro, presentano delle evidenti nervature lievemente pubescenti nella pagina inferiore; talvolta queste foglie sono svernanti. Le foglie bratteali sono divise in circa 3 segmenti, con il centrale quasi

sempre, a sua volta, triforcato. I fusti fiorali nascono prima delle foglie. I frutti sono formati da 2-5 follicoli che presentano un'appendice lunga circa la metà del follicolo stesso; quando raggiungono la maturazione si aprono lasciando cadere piccoli semi di colore brunastro. L'apparato radicale è rizomatoso e di colore bruno.

Da non confondere con l'**elleboro fetido** (*Helleborus foetidus*) anch'esso appartenente alle ranunculacee. Diffuso in luoghi sassosi e cespugliosi; dal fusto ramoso alto oltre 50 cm, con foglie lungamente picciolate, con una decina di segmenti lanceolati dal margine seghettato, le brattee sono ovali e di colore verde pallido. I fiori campanulati, pendenti, sono di colore verdastro marginati di rosso-brunastro, la pianta emana un odore nauseabondo. È il più utilizzato per la coltivazione in vaso e nei luoghi molto ombrosi.

Tutti gli ellebori sono velenosi perché contengono dei glicosidi, tra i quali citiamo l'elleborina, la cui azione danneggia gravemente il muscolo cardiaco (similmente alle digitali).

Nell'elleboro verde sono presenti anche degli alcaloidi.

Altra sostanza tossica presente negli ellebori è lo steroide saponigenina.

Sono noti casi di avvelenamento di bambini per ingestione di semi di elleboro.

Vale la pena ricordare che il termine generico *Helleborus* deriva dal greco e significa 'cibo mortale', a rammentare la pericolosità di queste piante.

L'essiccazione non riduce la tossicità della pianta per cui il fieno contenente gli ellebori è velenoso.

Sapore ed odore degli ellebori dovrebbero dissuadere chiunque dalla appetibilità delle piante di questo genere, tuttavia, soprattutto con i bambini è bene non abbassare mai la guardia.