

## Distribuzione

È pianta originaria del bacino mediterraneo occidentale e cresce dal piano fino alla bassa montagna, nei prati erbosi incolti, ma anche ai margini di strade sterrate e fossi, su terreni per lo più argillosi sino a 1.200 m.

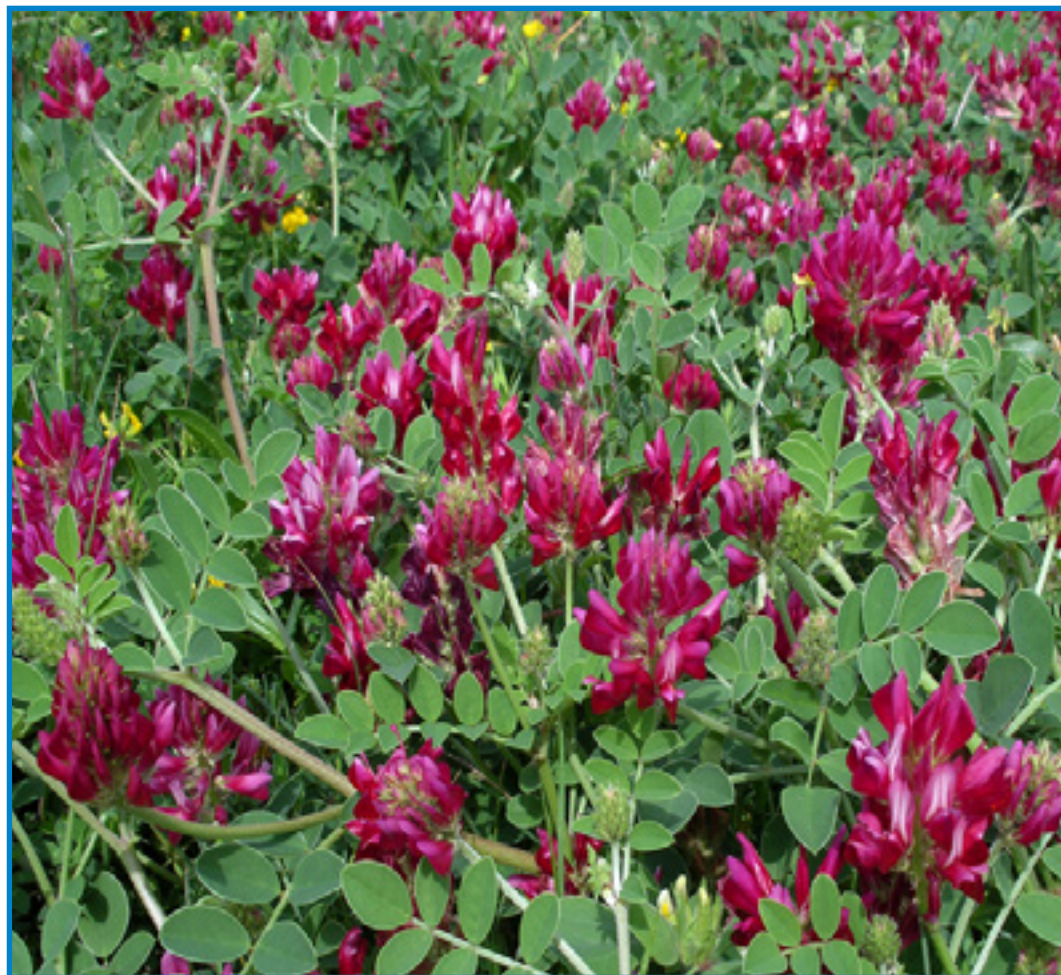
La sua domesticazione è molto recente: le prime notizie storiche risalgono al 1700 circa, i botanici sostengono che sia scappata alla coltivazione e spontaneizzata in Sicilia. Tuttavia risulta segnalata per la prima volta all'inizio del XVII secolo come pianta ornamentale, proveniente dalla Spagna.

L'Italia è l'unico Paese mediterraneo e della UE, dove la sulla viene coltivata su superfici significative e viene inserita negli avvicendamenti colturali. È infatti una leguminosa molto apprezzata sia dal punto di vista agricolo (come migliorante del terreno e della fertilizzazione dello stesso) sia botanico in quanto è capace di colonizzare terreni argillosi tipici delle colline centro meridionali adriatiche, grazie al fittone di cui dispone. Aree di nuova diffusione della coltura sono la Tunisia, la Spagna, il Portogallo, la parte occidentale del Nord America, l'Australia e la Nuova Zelanda, dove la specie viene utilizzata per la produzione di insilato, come coltura di copertura per la preservazione del suolo e per la produzione di miele. In Italia la sulla è presente principalmente dalla Toscana in giù ma si riviene anche in Liguria, Emilia-Romagna, Toscana, Umbria, Marche, Lazio, Abruzzo, Molise, Campania, Puglia, Basilicata, Calabria, Sicilia, Sardegna.



## Descrizione

La **Sulla** è una pianta erbacea perenne, alta 80–120 cm, emicriptofita cioè perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse florale allungato, spesso privo di foglie. La **radice** a fittone permette a questa leguminosa di penetrare e crescere anche nei terreni argillosi. Il **fusto** è quadrangolare, con steli eretti, alti da 0,80 a 150



Nome comune	<b>Sulla comune</b>
Nome scientifico	<i>Hedysarum coronarium</i> (Linneo, 1753)
Famiglia	Fabaceae
Ordine	Fabales
Classe	Magnoliopsida

cm, piuttosto grossolani e dalla caratteristica di lignificarsi più o meno leggermente dopo la fioritura così da rendere difficile la fienagione. Si presenta molto ramificato, cavo e fistoloso, di posizione che varia dal quasi prostrato all'eretto. Le **foglie**, leggermente ovaliformi o ellittiche, sono imparipennate, pubescenti al margine e nella pagina inferiore e composte da 4-6 paia di foglioline.

Il **fiore**, tipico delle leguminose, è costituito da un'infiorescenza a racemo ascellare allungato spiciforme, denso e di forma conico-globosa, formata da un asse non ramificato sul quale sono inseriti, con brevi peduncoli 20-40 fiori. La sulla presenta una corolla vistosa rosso porpora, raramente bianca, foglioline più o meno grandi e larghe 5–35 mm. Fiorisce verso la fine della primavera da aprile a giugno.

La **fecondazione**, incrociata, assicurata dalle api e da altri insetti.

Il **frutto** è un legume definito lomento che a maturità si disarticola in tanti segmenti quanti sono i semi (discoidali, sub-reniformi, di colore giallo e solitamente in numero di 3-5), permettendo così la disseminazione. Il frutto si presenta vestito in un discoide irto di aculei, contenente un seme di forma lenticolare, lucente, di colore giallognolo. La pianta di sulla è molto acquosa, ricca di zuccheri solubili e abbondantemente nettarifera, per cui è **molto ricercata dalle api**.

## Ecologia e usi

La **sulla** è una pianta foraggiera ottima fissatrice di azoto, utilizzata per questo scopo da diversi secoli. È particolarmente **resistente alla siccità**, ma non al freddo, infatti muore a temperature di 6-8 °C sotto lo zero. La pianta è considerata anche **ottima mellifera**, così che il **miele di sulla** è fra i più apprezzati e conosciuti, anche se le aree di produzione si stanno riducendo ad aree meridionali. La sulla è una pianta edule ed è usata anche in erboristeria per le note **proprietà astringenti**, vitaminizzanti e contro il colesterolo.

Per l'**alto valore proteico** e il contenuto di tannini viene utilizzata per ridurre le infezioni gastro-intestinali degli animali al pascolo come i bovini o il pollame. In erboristeria è usata in preparati astringenti e come **ipocolesterolemizzante** per via interna. In cucina vengono usate foglie e fiori per **insalate crude miste**, che hanno proprietà nutrienti, per preparare flan, frittate e zuppe varie.

