

# CARDI SELVATICI SOTT'OLIO

---

P A T

Prodotto Agroalimentare Tradizionale  
della Sardegna



*Foto: Laore Sardegna – Viviana Onnis*

**Sinonimi:** Gureu aresti cunfittau, cardu gureu, cardu freu.

Il cardo selvatico (nome scientifico: *Cynara cardunculus*), è una pianta poliennale, a sviluppo cespuglioso, con foglie disposte a rosetta intorno all'apice vegetativo, di altezza variabile a seconda del terreno e dell'umidità disponibile.

La parte edule, piuttosto amara, è costituita dalle coste delle foglie (nervatura principale), dall'apice vegetativo e dalle brattee fiorali, racchiuse a formare un capolino, che compaiono sulla pianta ad inizio primavera, e con cui si possono preparare i carciofini selvatici sott'olio (Cugutzula o Pubuntzula).



## Lavorazione e conservazione

Per la preparazione dei cardi selvatici sott'olio si utilizzano i carducci ancora teneri che crescono spontanei nelle campagne. Una volta individuati i ceppi, l'ideale sarebbe lasciarli in loco per due giorni dopo averli rinalzati con il terreno fino alla cima per consentire l'imbiancamento e intenerire le foglie; se questo non è possibile si avrà cura di raccogliere i carducci giovani e teneri.



Una volta raccolti si dovrà immediatamente procedere all'asportazione delle parti più coriacee, le spine, le foglie più esterne e le parti di lembo; quindi si effettua il lavaggio accurato in acqua resa acidula dal limone e da una spruzzata di aceto e si porzionano le parti in tocchetti regolari della lunghezza di circa 5-6 cm., asportando la pellicola esterna.

I tocchetti di cardi vanno fatti bollire in acqua salata, a con aggiunta di un bicchiere di aceto forte ed una manciata di crusca di grano, per circa venti minuti. Una volta cotti si scolano e si lasciano raffreddare disposti

su un canovaccio, quindi si dispongono all'interno dei contenitori di vetro immersi in olio extra vergine d'oliva, per insaporire ulteriormente, si può aggiungere all'olio un trito di aglio e prezzemolo. I vasetti sigillati vanno sottoposti, per la conservazione, ad un processo di pastorizzazione. Il prodotto adeguatamente pastorizzato ha una scadenza di un anno.

### **Storia e tradizione**

Il cardo selvatico è una pianta spontanea della Sardegna conosciuta ed utilizzata nella tradizione agroalimentare, sicuramente almeno dal secolo scorso, come condimento e per la preparazione di contorni, come da testimonianze storiche verbali e scritte.

---

## Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT)

Sono prodotti le cui metodiche di lavorazione, conservazione e stagionatura risultano consolidate nel tempo, omogenee per tutto il territorio interessato, secondo regole tradizionali, per un periodo non inferiore ai venticinque anni.

I PAT sono inseriti in un elenco predisposto dal Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali su indicazione delle regioni. Regolamentati dal decreto del 18 luglio 2000, si collocano al di fuori della normativa sulle attestazioni DOP, IGP e STG.

[Approfondimenti sul sito SardegnaAgricoltura \[link\]](#)



# Laore

Agenzia regionale  
pro s'isvilupu in agricoltura  
Agenzia regionale  
per lo sviluppo in agricoltura



REGIONE AUTONOMA DE SARDIGNA  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

Agenzia Laore Sardegna

Via Caprera n. 8 - Cagliari (CA)

e-mail: [sardegnaagricoltura@regione.sardegna.it](mailto:sardegnaagricoltura@regione.sardegna.it)

web: [www.sardegnaagricoltura.it/assistentatecnica](http://www.sardegnaagricoltura.it/assistentatecnica)

social: [Facebook](#) | [YouTube](#)

Fonte: testi tratti [dall'elenco ufficiale \[Link\]](#)

Ultimo aggiornamento: aprile 2021



[Creative Commons - Attribuzione - Condividi allo stesso modo - 4.0 Internazionale](#)