

Artemisia umbelliformis Lam.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Artemisia umbelliformis* Lam.**

Famiglia

Compositae

Nome italiano

Genepi bianco

Nom français

Genépi Blanc

Nome dialettale

Dzin-ipî

Droga

Pianta intera

Principi attivi

Oli essenziali, tannini, sostanze amare.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta erbacea perenne, con la base parzialmente lignificata, ampiamente ramificata a formare un piccolo cespuglio alto fino a 30 cm; tutta la pianta ha aspetto sericeo-argentato e un forte odore aromatico. L'infiorescenza è un racemo terminale composto da numerosi capolini inseriti singolarmente all'ascella di foglie trasformate in brattee: i capolini sono formati da quindici venti fiori racchiusi in un involucro composto da alcune squame oblunگو-lanceolate molto pelose; i fiori hanno la corolla tubulare glabra e sono inseriti su un ricettacolo anch'esso glabro. Il frutto è un achenio minuto con la superficie glabra e senza pappo.

DOVE SI TROVA

Cresce esclusivamente nella regione alpina da un minimo di 1300 m fino a 3500 m si trova nei luoghi sassosi e nei ghiaioni.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Le sommità fiorite si raccolgono all'inizio della fioritura da luglio a settembre; si recidono a 5-10 cm da terra evitando di danneggiare la pianta. Si essiccano poi in strati sottili all'ombra oppure si appendono, riunite in mazzi, in ambiente aerato, evitando il sole diretto e le alte temperature. Si conservano in recipienti di vetro o di porcellana al riparo dalla luce.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Aromatiche, amaricanti, aperitive, balsamiche, digestive.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Tradizionalmente, in Valle d'Aosta si usava far cuocere il gene-pi con violette e achillea moscata nel latte, questo preparato veniva poi bevuto caldo e addolcito con miele contro raffreddore, tosse e bronchite e veniva chiamata "l'aspirina dei montanari".



Asclepias syriaca L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Asclepias syriaca* L.**

Famiglia

Asclépiadaceae

Nome italiano

Albero della seta

Nom français

Asclépiade de Syrie

Droga

Rizoma

Principi attivi

Glucoside asclepiadina, principio amaro asclepione, cardenolidi, tracce di olio essenziale, resina, sterolo.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



**TUTTE LE PARTI DELLA PIANTA DI ASCLEPIA
POSSONO ESSERE TOSSICHE.**

DESCRIZIONE BOTANICA

Il genere *Asclepias* é rappresentato da numerose specie, tutte contenti lattice. Un'altra caratteristica sono i ciuffi di lanuggine setosa dei semi, proprio a questa lanuggine deve il suo nome l'*Asclepias syriaca*. In Europa alcune specie sono coltivate come piante ornamentali. La radice è un rizoma e il fusto è alto 1 m. le foglie lanceolate, lunghe 15-20 cm, sono disposte a spirale. Il fusto si ramifica in alto e termina con spighe erette di fiori numerosi, pentalobati. Il frutto è un bacello oblungo, vellutato, con semi alati.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Irritante e stimolante del tratto gastrointestinale, riduce la densità e aumenta la fluidità del muco nei polmoni e nei bronchi, aumenta la traspirazione.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Il semi formano un ciuffo molto folto e morbido che una volta raccolto veniva filato e usato come filo di seta.



Chelidonium majus L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Chelidonium majus* L.**

Famiglia

Papaveraceae

Nome italiano

Chelidonia

Nom français

Chélidoine

Nome dialettale

Erbe di verruye

Droga

Porzione aerea della pianta

Principi attivi

Alcaloidi, oli essenziali.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



**LA PIANTA CONTIENE ALCALOIDI TOSSICI,
PER CUI È SCONSIGLIATO L'IMPIEGO DOMESTICO
PER VIA INTERNA.**

DESCRIZIONE BOTANICA

È una pianta erbacea perenne con un rizoma ramificato lungo 10 cm, la corteccia è bruna o rossiccia, l'interno è giallo; il fusto, alto 50-70 cm, è eretto, ramificato con i nodi ingrossati e provvisto di lunghi peli. Tutta la pianta contiene un lattice giallo-aranciato ad azione caustica. I fiori sono riuniti in piccole ombrelle opposte alle foglie e al termine del fusto; la corolla ha quattro sepali ovali di colore giallo intenso. Il frutto è una capsula allungata simile a una siliqua, lunga 3-5 cm, che contiene numerosi semi ovoidali di colore nero lucente punteggiati di chiaro e con un ingrossamento carnoso bianco.

DOVE SI TROVA

È diffusa in tutta Italia dalla regione mediterranea a quella montana; si trova nei luoghi ombrosi, nelle siepi, nei boschi e nelle zone ruderali.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Raccogliere le piante preferibilmente all'epoca della fioritura e farle essiccare in locali ombrosi e ventilati. Utilizzare il lattice fresco presente negli steli e nelle radici per cauterizzare verruche della pelle.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Sedative, antispastiche, tonico-colagoghe. Per uso esterno il lattice è caustico, rubefacente e antiverrucoso.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Le foglie fresche si applicavano fresche su ematomi e contusioni.



Equisetum arvense L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Equisetum arvense* L.**

Famiglia

Equisetaceae

Nome italiano

Equiseto

Nom français

Prêle de champ

Nome dialettale

Erba apponduya

Droga

Fusti

Principi attivi

Acidi grassi, acido aconitico, amido, equisetina, nicotina, silicio.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta erbacea perenne con un lungo rizoma sotterraneo strisciante e ramificato provvisto talvolta di tubercoli ovali. Dal rizoma in primavera sorgono i fusti fertili, alti 15-30 cm, semplici, senza rami e di colore giallo-bruno o bruno-rossiccio poiché sono sprovvisti di clorofilla; più tardi spuntano i fusti sterili che sono ramificati con numerosi rametti che partono da ciascun nodo e sono di colore verde per la presenza di clorofilla. Questa specie appartiene alle crittogame cioè piante a fiore nascosto. All'apice dei fusti sterili vi è una spiga ovale composta da numerosi sporangi in cui si sviluppano le spore che permettono la riproduzione della pianta.

DOVE SI TROVA

Cresce soprattutto nei luoghi freschi e umidi in tutta Italia dalla regione mediterranea fino a quella subalpina.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Raccogliere gli steli sterili e essicarli all'ombra e in un luogo ventilato. Conservare in luogo fresco e asciutto, lontano dalla luce diretta, non congelare.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Azione astringente sui tessuti, azione antisecretiva, azione rimineralizzante.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Veniva usata come diuretica, ma siccome nelle vacche provoca la diarrea veniva chiamata erba del diavolo. Si racconta, infatti, che un giorno Dio abbia detto al diavolo che non era capace nemmeno di creare una pianta, così il diavolo indispettito si allontanò e con i pezzi di altre piante creò l'equiseto e lo presentò a Dio che gli disse: "Vedi non sei capace di creare nulla perché per fare la tua pianta hai dovuto annodare alcune parti delle mie piante. Per questo ancora oggi l'equiseto porta sul fusto i segni dei nodi fatti dal diavolo.



Lonicera xilosteam L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Lonicera xilosteam* L.**

Famiglia

Caprofoliaceae

Nome italiano

Caprifoglio peloso

Nom français

Chèvrefeuille des haies

Droga

Frutti, corteccia.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



I FRUTTI, COME TUTTI QUELLI DELLE ALTRE LONICERA, SONO PURGATIVI E VOMITIVI.

DESCRIZIONE BOTANICA

Arbusto caducifoglio alto sino a 2 mt, molto ramificato a rami giovani, sottili, pelosi, di colore violaceo.

Foglie opposte, brevemente picciolate, con lamina largamente ovato-ellittica, acuta all'apice, di 2-3 x 5-6 cm, con pelosità appressata sulle due pagine e margine piliato.

Fiori appaiati su un peduncolo comune lungo più o meno come i fiori, che hanno corolla bilabiata, bianca e in seguito giallastra o rosea di 10-15 mm, fiorisce da maggio a luglio.

Il frutto è una bacca sferica di 5-6 mm, libera o concresciuta a 2 ma solo alla base, di colore rosso lucido (nera nella varietà nigra), matura da agosto a settembre.

DOVE SI TROVA

Boschi eutrofici di latifoglie, faggete, quercete, cespuglieti e siepi sino a 1600 mt.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Si raccoglie la corteccia in autunno e le bacche a maturazione. La corteccia si essicca al sole e si conserva in sacchetti di tela; le bacche (poco usate) si essiccano al sole e si conservano in scatole.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Emetiche, diuretiche, purganti.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

L'epiteto specifico deriva dai termini greci xylon=legno, e osteon=osso, con riferimento alla durezza del legno con il quale si costruivano un tempo pipe, calci di fucile e utensili vari.

La corteccia viene utilizzata nella cura della gotta, dei dolori reumatici, delle artriti, degli edemi degli arti inferiori e per stimolare la sudorazione ma a dosi elevate provoca vomito e diarrea, a dosi modeste si comporta come un buon diuretico.



Polygonum bistorta L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico
***Polygonum bistorta* L.**

Famiglia
Polygonaceae

Nome italiano
Bistorta

Nom français
Bistorte

Nome dialettale
Prèntse

Droga
Rizomi, foglie

Principi attivi
Amido, acido, gallico, tannini, proteine, mucillagini.



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta erbacea con un rizoma orizzontale, normalmente ripiegato a U o contorto su se stesso, da cui deriva il nome di "bistorta"; i fusti alti fino a 60-70 cm, sono eretti e semplici. I fiori sono riuniti in una densa infiorescenza a forma di spiga, lunga fino a 9 cm inserita al termine del fusto. Sono in genere rosa o talvolta più chiari ma quasi mai bianchi. Il frutto è un achenio a facce triangolari, liscio, di colore bruno lucente.

DOVE SI TROVA

Cresce nella zona montana e subalpina delle Alpi e degli Appennini sino in Calabria, mentre manca nelle isole; preferisce i prati e i pascoli umidi, le radure fresche dei boschi e i luoghi paludosi.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Raccogliere le foglie in estate da usare preferibilmente fresche. Prelevare i rizomi in autunno, lavarli e ripulirli dalle radichette laterali, quindi spezzettarli e farli essiccare al sole o in forno tiepido.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Astringenti, antiemorragiche. Per uso esterno come collutorio per gargarismi contro ulcere della bocca e infiammazioni del cavo orale.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Le foglie vengono usate come l'insalata oppure aggiunte al minestrone.



Prunus amygdalus Batsch

CARTA D'IDENTITÀ

Nome scientifico

***Prunus amygdalus* Batsch**

Famiglia

Rosaceae

Varietà

Genco, Tuono, Supernova

Nome italiano

Mandorlo

Nom français

Amandier

Nome dialettale

Mandolì

Droga

Semi

Principi attivi

Glucosidi idrocianici, olii grassi, albumina, zucchero, mucillagine, enzimi.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Albero a foglie caduche, alto fino a 5-10 metri, abbondantemente ramificato; i rametti, sottili e con la corteccia liscia e glabra, sono talvolta, nelle forme selvatiche, rigidi e spinescenti; la corteccia del tronco è screpolata da fenditure longitudinali. I fiori sbocciano prima della comparsa delle foglie; il calice ha cinque sepali con il margine lanuginoso; la corolla è composta da cinque petali ovali, ristretti a cuneo alla base e appena incisi in due lobi all'apice, bianchi o rosati con la base rossa. Il frutto è una drupa con la superficie esterna verde, pelosa e con un leggero solco laterale; a maturità la porzione esterna si secca e si stacca mettendo allo scoperto il nocciolo, di forma oblunga, con la superficie solcata e forata; questo contiene uno o talvolta due semi ovali con l'apice acuto. I semi sono dolci o amari a seconda della varietà. La pianta è originaria dell'Asia, è coltivata da tempi remoti specialmente nell'Italia centro-meridionale, in ambiente mediterraneo fino alla zona submontana.

DOVE SI TROVA

Il mandorlo si trova comunemente nell'Italia meridionale, ma può essere coltivato anche al nord. Nella nostra Regione l'albero è oggi coltivato a scopo ornamentale nei parchi e giardini per la sua bella fioritura (fiori bianchi o rosati) a fine inverno. Si trova allo stato spontaneo (piante coltivate un tempo, ora abbandonate) nelle zone della media bassa Valle con esposizione a sud.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

La raccolta, si esegue a fine estate (settembre) a maturazione dei frutti (guscio o nocciolo ricoperto da un mallo). Questi frutti per essere conservati vanno essiccati e riposti in un luogo ben asciutto e ventilato per impedire eventuali muffe o marciumi. Una volta essiccati si conservano bene anche per un anno.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Leggermente antidolorifico, lenitivo, riduce le irritazioni.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Veniva considerato come albero simbolo di fertilità. Le nostre nonne hanno come usanza quella di tritare finemente le mandorle al mortaio e unirle in un pentolino con un po' di burro questo preparato viene aggiunto al caffè per dargli un aroma particolare. L'infusione di mandorle veniva usata contro le crisi da vomito. La corteccia dei giovani rami di mandorlo veniva usata per colorare dei recipienti da cucina in marrone chiaro. La mandorla può essere consumata fresca, usata dall'industria dolciaria oppure per estrarre dell'olio che si può impiegare direttamente oppure usare nella cosmesi per la preparazione di pomate.

Prunus cerasifera Ehrh.

CARTA D'IDENTITÀ

Nome scientifico

***Prunus cerasifera* Ehrh.**

Famiglia

Rosaceae

Nome italiano

Mirabolano

Nom français

Merisier

Nome dialettale

Bregnoun-î

Droga

Frutti

Principi attivi

Tannini, vitamine.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Arbusto o un albero che può arrivare fino a 6 metri, ha la corteccia rosso-bruna e liscia. I rami sono spesso induriti all'apice e spinescenti il legno ha odore di mela. I fiori sono generalmente isolati su peduncoli di un cm e sono di colore bianco. Il frutto è grande come una ciliegia e di colore rosso o giallo. È stato introdotto in Italia nel 1880 e attualmente si è inselvaticato perché il frutto non ha grande rilevanza sul mercato. Viene però spesso usato sia come portinnesto sia come ornamentale.

DOVE SI TROVA

Pianta originaria della penisola balcanica da dove si è diffusa in tutta Europa ed in Asia; in Italia è coltivata soprattutto nelle regioni centro settentrionali fino a 800 m.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Si raccolgono i frutti a maturità.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Astringente, vitaminizzanti.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Veniva usato per la preparazione di marmellate.



Prunus spinosa L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Prunus spinosa* L.**

Famiglia

Rosaceae

Nome italiano

Prugnolo

Nom français

Prunellier

Nome dialettale

Bolochî

Droga

Frutti e corteccia

Principi attivi

Tracce di glucosidi e composti di cumarina.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Arbusto a foglie caduche alto fino a 3-4 metri; si presenta normalmente sotto forma di cespuglio con il fusto ampiamente ramificato; i rami giovani sono pubescenti e hanno numerosi rametti laterali corti e terminati da una spina; la corteccia dei rami è lucida e di colore cenere scuro, quella del tronco è appena fessurata e nerastra. I fiori, isolati, hanno un peduncolo glabro; il calice ha cinque sepali triangolari-ovati, la corolla è composta da cinque petali bianchi ovali-oblungi, rotondi all'apice e ristretti a cuneo alla base; gli stami, numerosi, hanno antere gialle o rossastre. Il frutto è una drupa rotonda blu-nerastra con la superficie abbondantemente pruinosa; la porzione carnosa è verdastra e aderisce al nocciolo che è piccolo, subrotondo e compresso lateralmente. Cresce dal mare alla zona montana di tutta Italia nei boschi e soprattutto nelle siepi.

DOVE SI TROVA

Cresce spontaneo sulle scarpate e nei terreni incolti. Nella nostra Regione viene comunemente identificato come pianta infestante.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

La raccolta, resa difficoltosa delle spine situate sulle piante, è scalare e si esegue in autunno a maturazione inoltrata dei frutti (bacche tondeggianti di colore blu ricoperti da pruina) dopo le prime gelate che li rendono più appetibili. Il frutto che normalmente non viene consumato fresco deve essere trasformato rapidamente dopo la raccolta.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Il prugnolo ha delle proprietà astringenti e antidiarroiche.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Con i frutti si possono preparare marmellate, liquori e per insaporire il gin. Il legno si usava per la produzione di attrezzi agricoli. Le foglie essiccate e tostate venivano usate come il tè.



Alchemilla vulgaris L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Alchemilla vulgaris* L.**

Famiglia

Rosaceae

Nome italiano

Alchemilla

Nom français

Alchémille

Nome dialettale

Erba de la rousô

Droga

Pianta intera

Principi attivi

Tannini, resine, sostanze amare, mucillagini, saponine.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

È una pianta vivace provvista di un rizoma che termina in una rosetta di foglie a lato della quale spuntano i fusti fiorali alti fino a 40 cm. Le foglie, a contorno subrotondo, sono divise in 7-11 lobi arrotondati, il lembo è spesso pieghettato come un ventaglio, il margine è dentato; il picciolo è molto lungo nelle foglie della rosetta basale e diventa sempre più corto fino a sparire in quelle inserite lungo il fusto.

L'infiorescenza è una pannocchia composta di numerosi fiori molto piccoli provvisti di un calice tubulare nella parte inferiore e diviso in quattro lobi di colore verde-giallastro in quella terminale; i petali mancano.

Il frutto è formato da acheni, in numero variabile da uno a quattro, racchiusi nel tubo del calice.

DOVE SI TROVA

La pianta è molto comune dalla zona montana a quella alpina delle Alpi e degli Appennini (raramente scende più in basso); si trova nei prati umidi, nei pascoli, nei boschi freschi e luminosi.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Le foglie si raccolgono durante l'estate, in luglio-agosto, recidendole con le unghie all'attaccatura del lembo con il picciolo. Si essiccano poi all'ombra in strati sottili e si rimuovono spesso per facilitare l'operazione. Si conservano in sacchetti di carta.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Astringenti, antiinfiammatorie, cicatrizzanti, antidiarroiche, leggermente antisettiche e sedative.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

L'alchemilla viene chiamata pianta della rugiada per la forma a coppa delle foglie che ne trattengono le gocce, e proprio le foglie con la rugiada venivano applicate su eczemi di tutti i tipi. Le foglie e i fiori in tisana venivano usati contro le malattie dell'intestino, i raffreddori e, dalle donne, per regolarizzare il ciclo.



Chaenomeles japonica (Thunb.) Spach

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Chaenomeles japonica* (Thunb.) Spach**

Famiglia

Rosaceae

Nome italiano

Cotogno giapponese da fiore

Nom français

Cognassier du japon

Nome dialettale

Buisson ardent

Droga

Frutti

Principi attivi

Tannini, vitamina C.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Arbusto alto fino a 1,5-2 m piuttosto ramificato. I rami sono tomentosi e portano foglie sempreverdi con tomento rosso-stro di sotto. I rami giovani sono sprovvisti di spine. I fiori hanno petali bianco-giallastri o rossi per le specie ornamentali. Sono fiori ermafroditi solitari o riuniti in gruppi di 2-4. I frutti sono piccoli pomi allungati di colore giallo e sono molto profumati. Questa specie tollera bene le basse temperature e si adatta a terreni argillosi e calcarei. In Italia è stata coltivata per il frutto e come ornamentale e poi si è inselvatichita.

DOVE SI TROVA

Pianta orientale originaria del Giappone e diffusa in tutta Europa a scopo ornamentale.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

La raccolta, resa difficoltosa delle spine situate sulle piante, è scalare e si esegue in autunno a maturazione inoltrata dei frutti (pomi di colore giallo macchiettato) anche dopo le prime gelate.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Il cotogno a fiore ha un frutto che normalmente non viene consumato fresco per il suo gusto asprigno ma può essere trasformato dopo la raccolta in marmellate e gelatine. I suoi frutti molto profumati anticamente venivano posti negli armadi per profumare la biancheria.

Veniva usata per preparare bevande, marmellate e gelatine.



Echium vulgare L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Echium vulgare* L.**

Famiglia

Boraginaceae

Nome italiano

Erba viperina

Nom français

Vipérine

Nome dialettale

Erba serpentina

Droga

Sommità fiorite

Principi attivi

Mucillagini, antociani, glucosidi, acido tannico.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta biennale o più raramente annuale, ispido-irsuta, con fusti eretti o ascendenti, alti 20-80 cm. Le foglie sono lineari-spatolate o lanceolate. I fiori, color azzurro-violaceo o raramente bianco, sono riuniti in un'infiorescenza racemosa, cilindrica o piramidale.

DOVE SI TROVA

Specie distribuita in gran parte dell'Europa e dell'Asia occidentale, in Italia è comune in tutto il territorio. Cresce nei luoghi sassosi, negli incolti, nei pascoli aridi e nei greti, dal piano a 1700 m.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Tagliare le infiorescenze quando i fiori sono appena sbocciati e farle essiccare in un luogo fresco e ben arieggiato. Conservare al riparo dalla luce e dall'umidità.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Diuretiche, depurative, antiinfiammatorie, pettorali. Per uso esterno come emolliente e lenitivo della pelle, delle mucose e del cavo orale.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

La pianta si chiama così perchè veniva usata contro il veleno delle vipere, la si usava anche in infuso contro la malinconia o per aumentare il latte delle donne.



Hippophae rhamnoides L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Hippophae rhamnoides* L.**

Famiglia

Eleagnaceae

Nome italiano

Olivello spinoso

Nom français

Argousier

Nome dialettale

Épin-a-blantse

Droga

Frutti

Principi attivi

Flavonoidi, vitamina C, tannini, acidi organici, mucillagini.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Arbusto molto ramificato e alto uno-due metri; i rami sono spinosi: soprattutto quelli corti sono affusolati e terminati da una spina; i rami giovani sono coperti da peli squamosi o a forma di stella. I fiori sono separati in maschili e femminili: i primi sono inseriti su piccole spighe, hanno un calice di due sepali che racchiudono i quattro stami, la corolla manca; i fiori femminili sono inseriti isolati o a due a due e hanno un involucro tubulare, diviso in due all'apice, che racchiude l'ovario. Il frutto è una specie di drupa formata dall'involucro che si accresce a formare una porzione carnosa di colore arancio: questa racchiude il seme inserito in un guscio osseo. Questa specie cresce dal mare alla regione montana dell'Italia settentrionale e centrale; preferisce i luoghi aridi e pietrosi ma si trova spesso anche nei greti sassosi dei fiumi.

DOVE SI TROVA

Nella nostra regione cresce spontaneo dalla pianura (scarpate vicino alle strade o ferrovia) sino ad alta quota in montagna (Es. Valle di Cogne cresce in abbondanza).

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

La raccolta, resa assai difficoltosa delle spine situate sulle piante e dalla scarsa consistenza dei frutti è scalare e si esegue in autunno a maturazione dei frutti (tondi di colore arancio). La conservazione in frigorifero può durare circa una settimana. Fuori frigorifero alcuni giorni.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Astringenti, disinfettanti intestinali, vitaminizzanti, antinfiammatorie. Per uso esterno, la specie viene utilizzata come vulneraria nelle infiammazioni della pelle e delle mucose.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

L'olivello spinoso è rinomato per il suo forte contenuto in vitamina C naturale che supera di alcune volte quello del limone. Si usa per preparare sciroppi, marmellate e gelatine da utilizzare come preventivi contro le malattie infettive o come astringenti e antinfiammatori intestinali.



Iris germanica L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Iris germanica* L.**

Famiglia

Iridaceae

Nome italiano

Giaggiolo blu

Nom français

Iris

Nome dialettale

Fleur de cou

Droga

Rizoma

Principi attivi

Acidi grassi, aldeidi, chetoni.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta perenne con un rizoma orizzontale formato da segmenti ovali, ognuno dei quali produce due nuovi segmenti ai lati della sua porzione anteriore; le foglie e il fusto fiorifero si sviluppano all'apice di questi nuovi segmenti; dalla superficie inferiore si sviluppano le radici cilindriche. I fiori sono inseriti sulle ramificazioni del fusto che è alto fino a un metro, è cilindrico e ha alcune foglie di dimensioni ridotte; i fiori sono di colore violaceo. Il frutto è una capsula bruna ovale-oblunga che a maturità si apre nelle sue tre valve; contiene alcuni semi perfettamente sferici e di colore nero lucente.

DOVE SI TROVA

Cresce dalla zona mediterranea a quella submontana nei luoghi caldi e soleggati; è ampiamente coltivata e spesso sfugge alle colture e diventa subsponanea.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Il rizoma si raccoglie in autunno nel terzo anno di coltivazione.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Aromatizzanti, rinfrescanti, espettoranti, antisettiche, diuretiche, emetiche.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Veniva usata per tingere la lana di blu e i bambini la usavano come inchiostro per disegnare.

Dal rizoma secco e polverizzato si ricava il profumo detto ireos del tutto simile a quello della mammola.

In medicina è usato solo il rizoma allo stato fresco come emetico, secco viene usato in piccole palline dette semi di ireos.



Juniperus communis L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Juniperus communis* L.**

Famiglia

Cupressaceae

Nome italiano

Ginepro

Nom français

Genévrier

Nome dialettale

Tzènvro

Droga

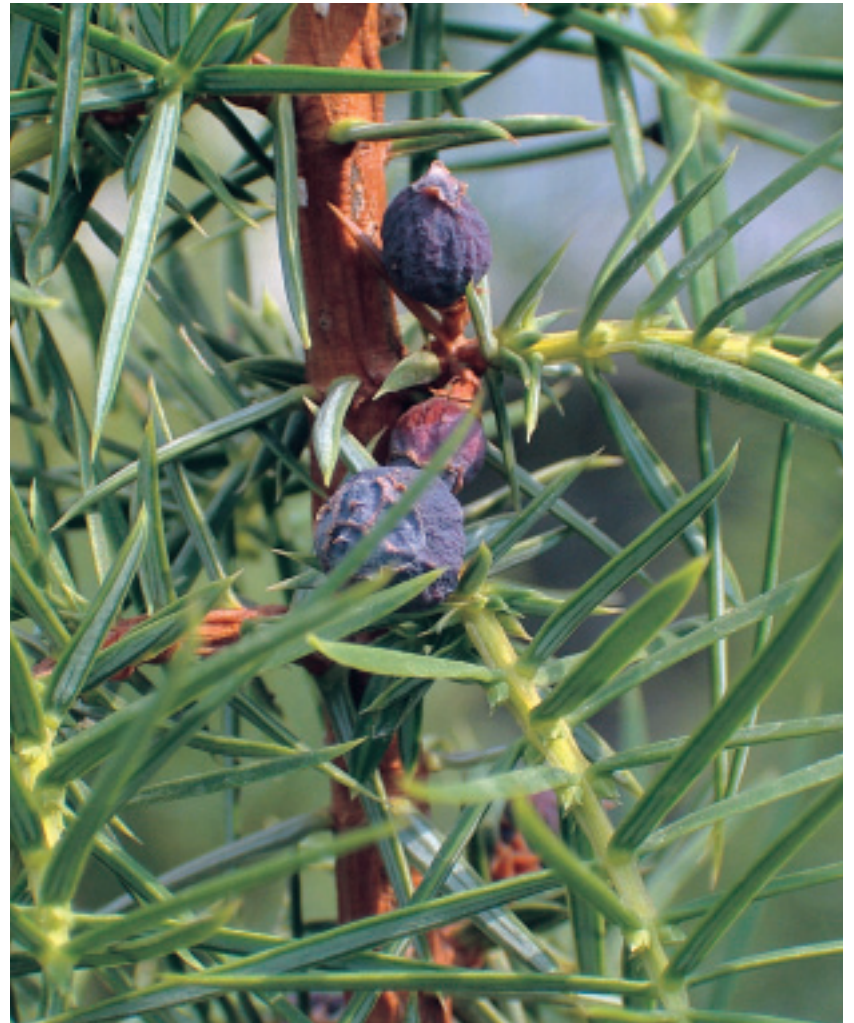
foglie, frutti

Principi attivi

Oli essenziali, acidi organici, zuccheri, resine.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Arbusto sempreverde, alto 1-3 m, con fusti tortuosi, molto ramificati, dalla corteccia bruno-rossastra. Foglie lineari-aghi-formi, pungenti, verticillate a 3. I fiori sono unisessuali, verdognoli, i frutti (coccole) simili a bacche, globosi, glauco-pruinosi, blu-violacei a maturità.

DOVE SI TROVA

In Valle d'Aosta cresce spontaneo sulle scarpate, nei campi abbandonati, dalla bassa Valle sino ad alta quota 3000 m. s. l. m.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

La raccolta, resa assai difficoltosa dalle spine situate sulle piante è scalare e si esegue in autunno a maturazione dei frutti (galbuli tondi di colore blu scuro). Le bacche del ginepro devono trascorrere due anni per compiere la loro maturazione perché il primo anno sono di colore verde e soltanto il secondo anno diventano blu scuro.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Diuretiche, antisettiche, balsamiche, espettoranti, stimolanti.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Le foglie e i rami venivano un tempo bruciate per allontanare il maligno. Si usava però anche per affumicare e conservare i prosciutti. Si dice inoltre di usare legna di ginepro per la cottura della polenta in modo da darle un sapore migliore. Da sempre il ginepro viene usato per aromatizzare le carni e i liquori. In Valle d'Aosta si dice che quattro bacche di ginepro masticate a brevi intervalli una dall'altra servono a calmare i dolori mestruali. Una volta poi con le bacche si faceva una marmellata chiamata "dzinvrà" e questa è la ricetta: raccogliere delle belle bacche di ginepro, lasciarle riposare per 24 ore in acqua poi mettere sul fuoco e lasciare cuocere fino a quando le bacche non hanno dei piccoli rigonfiamenti. Si sprema poi il tutto e si raccoglie il succo che viene condensato a fuoco lento fino ad avere la stessa viscosità del miele così preparato si mettono nei barattoli di vetro. Questa confettura serviva

come diuretico, stomachico e disinfettante delle vie urinarie. La grappa al ginepro veniva invece usata per fare delle frizioni contro i dolori reumatici.



Leontopodium alpinum CASS

CARTA D'IDENTITÀ'

Nome scientifico

***Leontopodium alpinum* CASS**

Famiglia

Compositae

Nome italiano

Stelle alpina

Nom français

Edelweiss

Nome dialettale

Éhèile

Droga

Parte aerea.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta alta 8-15 cm, bianco lanosa in ogni sua parte perché ricoperta da una fitta peluria. Il fusto è eretto, legnoso in basso, l'infiorescenza, costituita da numerosi capolini riuniti in glomerulo e formati da piccoli fiori tubulosi bianco-giallastri, è circondata da 9-15 foglie bratteali, lineari, disposte a stella, che giustificano il nome volgare dato a questa pianta.

DOVE SI TROVA

La si trova in pascoli sassosi, zolle pioniere, rupi, su calcare, é una specie esclusiva delle montagne sud-europee, diffusa dai Pirenei ai Balcani. In Valle d'Aosta compare qua e là, non rara, nei settori calcarei, soprattutto nelle valli intorno al Gran Paradiso e sui monti tra la Val Veny e il Piccolo San Bernardo, da 2000 a 3000 m e poco oltre.

PIANTA PROTETTA

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

La parte aerea si raccoglie a inizio fioritura, si essicca all'ombra e si conserva al riparo dalla polvere e dall'umidità.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Astringente intestinale, calmante della tosse antinfiammatorio delle mucose e decongestionante.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

La stella alpina è da sempre simbolo della montagna ma essendo protetta non viene ormai più raccolta, tuttavia vengono oggi sfruttati i suoi principi attivi nella preparazione di alcuni cosmetici.

Il nome del genere (*Leontopodium*) allude alla somiglianza che il fiore dovrebbe avere con la "zampa di leone".



Peucedanum ostruthium Koch.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Peucedanum ostruthium* Koch.**

Famiglia

Umbelleferae

Nome italiano

Imperatoria

Nom français

Impératoire

Nome dialettale

Agrou

Droga

Rizoma

Principi attivi

Oli essenziali, principio amaro imperatorina, terpeni, tannini e amidi.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta erbacea vivace con un grosso rizoma sotterraneo e un fusto, semplice o ramificato solo in alto, striato esternamente e cavo all'interno. Le foglie sono, per la maggior parte, divise in tre foglioline, a loro volta intere o divise in due-tre lobi. I fiori sono bianchi o rosati, sono riuniti in ombrelle composte da 20-40 ombrellette con una decina di fiori ciascuna. Il frutto é un achenio.

DOVE SI TROVA

Cresce nella regione montana e subalpina fino alla Toscana come limite meridionale; si trova nei luoghi erbosi umidi e nei boschi radi.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Il rizoma si raccoglie in primavera o in autunno e dopo averlo tagliato lo si taglia in pezzi di 5-10 cm. Si essicca al sole e si conserva in recipienti di vetro o porcellana.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Aromatizzanti, amaricanti, aperitive, digestive, sudorifere, espettoranti, antinfiammatorie.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Veniva molto usata contro le contusioni la radice dell'imperatoria. Le foglie fresche venivano applicate per guarire gli ascessi. Con cataplasmi ottenuti con fiori, foglie e radici si curavano piaghe, ferite e ematomi. L'infusione veniva usata per immergervi i piedi gonfi e trovare sollievo aggiungendo dello zucchero a questo bagno. Inoltre per disinfettare le stalle si bruciava dell'imperatoria.



CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

Ribes Spp.

Famiglia

Saxifragaceae

Genere e specie

Ribes rubrum L. - Ribes nigrum L.

Varietà

- **Ribes rosso** : **Rovada, Junifer, Rondon, Perfection**
- **Ribes nero** : **Noire de Bourgogne, Tsema**
- **Ribes nero** : **Versailles Blanc**

Nome italiano

Ribes

Nom français

Groseiller

Nome dialettale

Raisin a bran

Droga

Frutti

Principi attivi

Acidi organici, vitamine, mucillagini.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



DESCRIZIONE BOTANICA

Arbusto alto fino a un metro e mezzo; i fusti, abbondantemente ramificati, hanno la corteccia liscia e di colore cenerino; le gemme invernali sono piccole e bruno scure, i giovani germogli sono glabri. I fiori sono inseriti, in numero da otto a venti, su racemi penduli, i peduncoli sono glabri o, eccezionalmente, pubescenti; i fiori hanno il ricettacolo slargato a coppa, sul suo margine sono inseriti i cinque setali e i cinque petali: i primi sono disposti orizzontalmente, sono triangolari-arrotondati e giallastri; i secondi sono sottili ed eretti. Il frutto è una bacca rotonda con all’apice i resti del calice, il colore è normalmente rosso scarlatto ma in alcune forme coltivate è giallo o biancastro.

DOVE SI TROVA

Cresce nella zona montana delle Alpi e dell’Appennino settentrionale e centrale; preferisce i luoghi sassosi, è anche coltivato qua e là è subspontaneo.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

La raccolta è scalare; la resa è di 150-200kg ogni 100m² di superficie. Una persona ben allenata raccoglie 5-6 kg l’ora. La conservazione in frigorifero può durare per alcuni mesi. Fuori frigorifero circa una settimana.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Lassative, depurative, diuretiche vitaminiche.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Il ribes contiene parecchie vitamine (C, A, gruppo B), sali minerali. E' usato per marmellate, sciroppi, in pasticceria, per decorare aperitivi ecc.
Si usava far bere ai febbricitanti bibite di ribes; la polpa lenisce piccole ustioni evitando la formazione di vesciche.



Tussilago farfara L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico
***Tussilago farfara* L.**

Famiglia
Compositae

Nome italiano
Tussilaggine

Nom français
Tussilage

Nome dialettale
Fleur de sén José

Droga
Foglie, fiori

Principi attivi
Mucillagini, inulina, tannini.



DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta erbacea vivace provvista di un rizoma carnoso coperto di scaglie e lungamente strisciante nel terreno anche fino a due metri. I fusti che portano i fiori si sviluppano prima delle foglie e sono rivestiti da un tomento bianco e da numerose foglioline trasformate in squamette ovali-oblunghe. I fusti fioriferi, alti 20-25 cm, portano all’apice un capolino inclinato e quasi pendulo sia prima che dopo la fioritura di colore giallo. Il frutto è un achenio cilindrico munito alla sommità di un pappo formato da numerosi peli; durante la maturazione dei frutti, il fusto si allunga fino a 30-40 cm.

DOVE SI TROVA

Cresce dal mare alla regione alpina di tutta Italia; preferisce i luoghi umidi e i terreni argillosi, si trova lungo le sponde dei fiumi e nelle paludi.

RACCOLTA E CONSERVAZIONE

Raccogliere i capolini appena sbocciano e le foglie durante l’estate privandole del picciolo. Farle essiccare in un luogo ombroso e ventilato e conservarle al riparo dalla luce e dall’umidità.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

Astringenti, bechiche, espettoranti, antispasmodiche, emollienti. Per uso esterno come antinfiammatorio e lenitivo negli arrossamenti della pelle e delle mucose.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

I fiori si usavano per preparare tisane contro la bronchite mentre le foglie bagnate nell’olio e messe su ferite e bruciature lenivano il dolore e favorivano la cicatrizzazione.



Viburnum lantana L.

CARTA D'IDENTITA'

Nome scientifico

***Viburnum lantana* L.**

Famiglia

Caprifoliaceae

Nome italiano

Lantana

Nom français

Viorne

Nome dialettale

Léntana

Droga

Frutti, gemme, corteccia.



Région Autonome Vallée d'Aoste
Regione Autonoma Valle d'Aosta



L'INGESTIONE DEI FRUTTI MATURI
PROVOCA DISTURBI GASTRICI E INTESTINALI.

DESCRIZIONE BOTANICA

Pianta cespugliosa con fusto legnoso e corteccia bruno rosea, i rami giovani sono pubescenti con peli stellati e squame furfuracee. Fiori riuniti in cime corimbose multiflore, la corolla è bianca e talora arrossata nel boccio. Il frutto è una drupa ovoidale più o meno appiattita sui lati, rossa e poi nero lucida a maturazione.

DOVE SI TROVA

Pianta che cresce nei boschi caducifogli termofili delle Alpi e dell'Appennino settentrionale.

PROPRIETÀ TERAPEUTICHE

La corteccia ha proprietà sedative e antispasmodiche e i gemmoderivati sono usati nella cura dell'asma.

NOTIZIE GENERALI E STORIA

Veniva usata per fare cesti e legare dei pacchi. Con le drupe si fabbricava un inchiostro, mentre con il legno si ottenevano pipe e bocchini. Adesso viene usata in gemmoterapia per curare le affezioni bronchiali.

Le foglie bollite nella liscivia servivano a tingere di nero i capelli.