Acer campestre L.

Famiglia - *Sapindaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Acero oppio, Acero campestre, Loppio
Deutsch: Feldahorn
English: Field maple
Español: Arce menor
Français: Érable champêtre

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Europ.-Caucas.: Europa e Caucaso.
Sudsiber.: fascia arida della Siberia meridionale, di solito piante steppiche.

Antesi: marzo – maggio

Descrizione:
Albero deciduo di piccole o medie dimensioni (10-20 m), con tronco spesso sinuoso e chioma abbastanza densa che diviene rotondeggiante; è poco longevo (massimo 120-150 anni). La corteccia del tronco da giovane è giallastra e a volte un pò suberosa, a maturità diventa bruno grigiastra chiara con piccole placche rettangolari abbastanza persistenti.
I rami dell'anno, portanti gemme piccole e rossastre, sono bruni e sottili, con una leggera pubescenza che normalmente scompare durante la stagione vegetativa.
Le foglie sono di colore verde scuro sulla pagina superiore, più chiare o anche leggermente pubescenti inferiormente, sono opposte, grandi 4-7 cm, (fino a 12 cm nei polloni), con 5 lobi ottusi (più raramente 3). In autunno, le foglie assumono un'accesa colorazione giallo oro, con sfumature rossastre.
I fiori verde-giallastri compaiono contemporaneamente alle foglie in aprile-maggio e sono riuniti in corimbi terminali.
I frutti sono delle disamare alate, elemento che ne facilita la dispersione, sono opposte con apertura di circa 180 gradi. Maturano a settembre-ottobre. Hanno una lunga dormienza e per la germinazione necessitano di un periodo di vernalizzazione di 3-6 mesi per poter germinare. L'apparato radicale non è molto profondo e nemmeno molto espanso, è adattato a suoli sciolti e permeabili ma fertili con humus dolce.

Habitat:
Specie eliofila ma moderatamente xerofila e termofila, preferisce suoli abbastanza ricchi, anche di matrice argilloso-limosi, trova meno concorrenza nei suoli debolmente carbonatici. È diffuso soprattutto nei boschi di querce a foglia caduca da 0 a 1600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Acer*: nome latino dell'acero, citato in Plinio e Ovidio, che potrebbe derivare da "acer acris" = "a punta, pungente", per i lobi appuntiti delle foglie o forse per l'uso dell'acero nella fabbricazione delle lance;
- *campestre*: da "campus" = "luogo piano, campo", quindi che cresce nei campi.

Areale: Il suo areale comprende la maggior parte dell'Europa centrale e meridionale, ad est raggiunge la Vistola e il Don, al nord la Scozia e l'Irlanda, manca nella Fennoscandia, a ovest si rarefà nella penisola Iberica, ma si ritrova nelle zone fresche dell'Africa settentrionale, dell'Anatolia pontica (Mar Nero), raggiunge il Caucaso e i monti dell'Iran.

Distribuzione in Italia:
Si può trovare, al nord, dalla costa fino a circa 1000 m s.l.m. nei versanti meridionali, è diffuso in tutta la penisola e nelle isole, in Sicilia si può trovare fino a 1600 m s.l.m. Si trova spesso in siepi e partecipa al mantello dei boschi; un tempo veniva usato come tutore vivo della vite.

Utilizzi:
Si tratta di una pianta officinale e mellifera, usata anche per scopi forestali. Le foglie proteiche sono un ottimo foraggio. Il legno è omogeneo, di colore chiaro rosato con anelli poco visibili ad andamento irregolare, è soggetto a deformazioni, pertanto non viene normalmente utilizzato per la costruzione di mobili ma solo per finiture, piccoli oggetti, giocattoli, manici ecc. È anche un buon combustibile.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
FERRARI M. e MEDICI D. 2003 "Alberi e arbusti in Italia" Edagricole 2003
UBALDI D. 2003 "la vegetazione boschiva d'Italia" Clueb
BERNETTI G.e PADULA M. 1984 "Le latifoglie nobili nei nostri boschi" Quaderni di Monti e Boschi, Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=222

Acer opalus subsp. obtusatum

(Waldst. & Kit. ex Willd.) Gams

Famiglia - *Sapindaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Acero d'Ungheria, Acero ottuso
Deutsch: Schneeballahorn
English: Italien maple
Español: Orón, asar
Français: Érable à feuilles d'obier

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
SE-Europ. - Soprattutto nella regione Carpatico-Danubiana.

Antesi: marzo – aprile

Descrizione:
Si tratta di un albero di discrete dimensioni, alto 12-25 m, con fusti diritti a base ingrossata, chioma densa, larga, tondeggiante; corteccia liscia, bruno-giallastra o cinerina, che in età avanzata si desquama a placche. I giovani rami sono cilindrici, rossicci scuri, opposti e glabri. Le gemme sono grosse, ovato-oblunghe, rossastre e pelose. Il legno bianco-rosato è piuttosto compatto.
Foglie picciolate sono verdi scure lisce e a volte lucide sulla pagina superiore, mentre inferiormente sono glauche e più o meno pelose, un po' coriacee, a lamina palmata (5 lobi, talora 3, però sempre con 5 nervi principali) più larga che lunga. I lobi sono poco profondi ed arrotondati all'apice; il margine è grossamente crenato o dentato. In autunno le foglie assumono un colore rosso sangue, tant'è vero che è stato attribuito agli aceri, nella mitologia, una fama funesta, da associare alla paura della morte.
Le infiorescenze sono riunite a corimbi, penduli e lungamente pedicellati. La comparsa dei fiori precede la fogliazione.
I fiori hanno 5 petali obovati gialli, che ospitano 8 lunghi stami ad antere gialle.
Il frutto è a disamara con ali più o meno divaricate, lunghe 2-5 cm.

Habitat:
Occupa preferenzialmente la fascia del castagno (insieme all'acero minore e campestre) e delle querce caducifoglie (cerro e farnetto nel meridione), ma sale anche in quella del faggio, dove può convivere con l'acero montano. Specie moderatamente eliofila e termofila, preferisce suoli basici fertili nelle radure ed ai margini boschivi e non tollera l'eccessiva siccità estiva in area mediterranea.

Etimologia:

- *Acer*: nome latino dell'acero, citato in Plinio e Ovidio, che potrebbe derivare da "acer, acris" = "a punta, pungente", per i lobi appuntiti delle foglie o anche per l'uso dell'acero per fabbricare lance;
- *opalus*: nome latino dell'opale in Plinio: traslucido o che ha il colore giallo azzurrino, lattiginoso, o grigio perla dell'opale;
- *obtusatum*: arrotondato, smussato, reso ottuso, da "obtusus"; per la presenza di organi spuntati, ottusi, arrotondati.

Areale: Areale circummediterraneo, che si spinge ad est fino al Caucaso ed al Mar Caspio a nord sino al Giura, le Cevenne e le Prealpi meridionali.

Distribuzione in Italia:
Con poche eccezioni presente in tutto il territorio, anche se sporadicamente (fascia collinare-montana, sui 1000 metri). È più comune trovare questa specie nel Mezzogiorno.
Segnalata in Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna, Toscana, Marche, Umbria, Lazio, Abruzzo, Molise, Campania, Puglia, Basilicata, Calabria, Sicilia.

Utilizzi:
Questa pianta è di facile attecchimento, perciò è usata in piantagioni di miglioramento forestale.
Il legno possiede un certo pregio, è di colore bianco-rosato con venature, compatto e abbastanza pesante, viene impiegato infatti per mobili, lavori di tornio e d'intarsio, oltre che per strumenti musicali.
Le specie del genere *Acer* hanno in comune alcune proprietà medicinali: le parti impiegate sono la corteccia dei rami, le giovani gemme e la linfa.
Il ricavato della corteccia, raccolta in primavera, ha proprietà astringenti, antidiarroiche e rinfrescanti; usata esternamente rinforza le pelli delicate ed arrossate. Con le gemme si prepara un macerato glicerico con virtù antinfiammatorie, che può anche frenare le contrazioni della cistifellea, ridurre la formazione di calcoli biliari o sciogliere quelli presenti, proteggere i vasi sanguigni nei casi di arteriosclerosi. La linfa invece, raccolta in primavera, refrigerata ed usata in tempi rapidi perché molto deperibile, è impiegata come ricostituente dei tessuti epiteliali.

Curiosità:
Anticamente già Teofrasto in Grecia ed Ovidio a Roma menzionavano l'acero come pianta atta per costruire mobili eleganti. Invece, poiché in autunno le foglie assumono un colore rosso sangue, è stato attribuito agli aceri, nella mitologia, una fama funesta, da associare alla paura della morte.
Nel folklore europeo rappresentavano un deterrente per allontanare i pipistrelli: in Alsazia si diceva che le cicogne portassero nei nidi rametti di acero per evitare che le uova abortissero dopo il contatto con i piccoli mammiferi volanti; allo stesso scopo gli abitanti usavano appendere i ramoscelli su porte e finestre delle case, per impedire che essi entrassero e succhiassero il sangue dei bimbi nella notte (convinzione, ovviamente, del tutto infondata).

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
BERNETTI G., 2015. Le piante del bosco-Forme, vita e gestione, Compagnia delle Foreste, Arezzo
CORTI R., PAVARI A., 1956. Gli aceri, in Monti e Boschi 11 12, T.C.I., Milano
FENAROLI L.,1967. Gli alberi d'Italia, Ed. Martello, Milano
FENAROLI L., GAMBI G. 1976. Alberi – Dendroflora italica, Museo tridentino di Scienze naturali, Trento
DEL FAVERO R., 2008. I boschi delle regioni meridionali e insulari d'Italia, CLEUP, Padova
DEL FAVERO R., 2010. I boschi delle regioni dell'Italia centrale, CLEUP, Padova
PERONI G.(a cura di), 2007. Curarsi con le piante, Biblioteca di Repubblica-L'Espresso, Macchione Editore, Varese
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=227

Achillea millefolium L.

Famiglia - *Asteraceae* Bercht. & J.Presl

Nomi volgari:
Italiano: Millefoglio, Erba dei tagli,
Achillea millefoglie
Deutsch: Gemeine Schafgarbe
English: Common yarrow
Español: Milenrama
Français: Achillée millefeuille

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurosiber. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Eurasia.

Antesi: aprile – ottobre

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, rizomatosa e più o meno ricoperta di peli, con odore aromatico, alta 30 - 80 cm.
Fusto eretto, solcato longitudinalmente da strie, ramificato alla sommità.
Foglie basali bipennatosette con numerosi segmenti lineari non disposti sullo stesso piano; quelle mediane più piccole, subspatolate e disposte ad angolo acuto rispetto al fusto; le superiori poste all'ascella dell'infiorescenza, sono a contorno lineare-lanceolato e inoltre sono mucronate e disposte quasi a 90°.
Infiorescenza a corimbo composto, densa e appiattita di 2,5 - 5 cm.
Capolini numerosi, piccoli, composti da fiori bianchi o raramente rosati.
I frutti sono acheni compressi.

Habitat:
Prati aridi, incolti, a margine di sentieri e strade collinari da 0 a 2500 m s.l.m.

res herbis

Etimologia:

- *Achillea*: genere dedicato ad Achille (in greco "Αχιλλειος" - "Achilleios"), mitico eroe greco che (secondo quanto tramanda Plinio il Vecchio) avrebbe usato qualche specie di questo genere per curare le ferite riportate in battaglia dai suoi soldati, virtù appresa dal suo maestro Chirone; un rimedio molto antico tanto che questa è una delle erbe medicinali rinvenute in una necropoli irachena dell'uomo di Neanderthal risalente a 60.000 anni fa. Il nome Achillea era già presente nel "*De simplicium medicamentorum facultatibus*" del medico greco Galeno (129-200 d.C.);
- *millefolium*: da "mílle", un migliaio e da "fólium" - foglia: per le foglie finemente divise in numerose lacinie fogliari.

Distribuzione in Italia:
Presente in quasi tutta Italia, non è segnalata in Sicilia ed è incerta la sua presenza in Puglia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale
Questa è la pianta più rappresentativa di questo genere, per l'uso sistematico fatto nella medicina popolare, come tonico della circolazione sanguigna, stomachico, antispasmodico, antiemorragico (epistassi, emorroidi sanguinolenti, vescica infiammata), eupeptico e contro l'inappetenza.
In farmacopea si è scoperto che i principi attivi presenti nella pianta sono: olio essenziale (costituito da composti terpenici come il cineolo, pinene, tujone, borneolo ecc), azulene, achilleina, acido valerianico.
In cosmetica viene utilizzata sottoforma distillata con acqua e per la presenza di azulene viene usata alla stessa stregua della camomilla.
Con l'Achillea si preparano anche ottimi liquori tonificanti e digestivi.
I semi vengono racchiusi in un sacchetto di cotone e messi nelle botti per migliorare la conservazione del vino.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
RAMEAU J.-C., MANSION D., DUMÉ G., GAUBERVILLE C., 1989, 1° vol. di Flore forestière française, Institut pour le développement forestier, AgroParis Tech-ENGREF
BLAMEY M. – GREY C. - WILSON, 1993, Toutes les Fleurs de Mediteraanée, Delaschaux et Niesté
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=246

Agrimonia eupatoria L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Agrimonia comune, Eupatoria, Agrimonia
Deutsch: Gewöhnliche Odermennig
English: Common Agrimony, Church steeples
Español: Hierba de San Guillermo
Français: Aigremoine eupatoire

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: maggio – luglio

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, con robusta base legnosa, munita di breve rizoma. Ha fusti eretti, cilindrici, pubescenti, semplici o poco ramificati. Può raggiungere il metro d'altezza anche se generalmente non supera i 60 cm.
Nel primo anno di vita, questa pianta produce solamente una rosetta basale, successivamente con l'apparire del fusto, compaiono le foglie sulla parte inferiore dello stelo. Le foglie picciolate, sono munite di due stipole avvolgenti il fusto, sono imparipennate, di forma ovale, con margine dentato, di colore verde scuro nella pagina superiore e tomentose in quella inferiore.
I fiori sono disposti in grappolo semplice, hanno brevi peduncoli, corolla caduca formata da 5 petali obovato-ellittici di colore giallo-intenso.
I frutti multipli sono pometi, legnosi e scanalati, piccole urne più lunghe che larghe di 7x3 mm, profondamente solcate, coronate da uncini patenti, formate dall'ipanzio persistente con una cavità che contiene 2 acheni.

Habitat:
Pascoli, luoghi incolti, luoghi soleggiati; predilige i terreni ben drenati. Si trova ad altitudini di 0 - 1000 raramente 1500 m s.l.m.

Etimologia:

- *Agrimonia*: distorsione di Argemónia, dal greco ἄργεμον "árgemon" = "leucoma dell'occhio", poiché si pensava che la pianta fosse in grado di curare la cataratta. Secondo altri invece dal greco "ἄγριος" "ágrios" - selvaggio e da "μόνοσ" "mónos" - solitario, riferimento agli ambienti di crescita selvaggi e isolati, oppure da "agri moenia" - difesa dei campi;
- *eupatoria*: dal greco "ἐῦ" "éu" - vero, bene, alla perfezione e da "ἦπαρ, ἥπᾰτος" "hépar, hépatos" - fegato, del fegato: che fa bene al fegato. Alcuni sostengono invece che derivi dall'antico appellativo "eupator", cioè di nobile nascita, dato a Mitridate re del Ponto (123-63 a.C.) uomo di grande cultura scientifica, che per primo seppe riconoscerne le virtù.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Erba amara, ricca di tannino, di resine e soprattutto di acido salicilico, leggermente astringente, tonica, diuretica, antinfiammatoria, antiemorragica; migliora le funzioni epatiche e della bile.
Per uso interno, da sempre, utilizzata contro le affezioni renali coliti dispepsia, allergie alimentari diarrea, calcoli biliari, cistite e reumatismi.
Per uso esterno è utile per contrastare eruzioni cutanee, piccole lesioni, contro le infiammazioni del cavo orale, congiuntivite e emorroidi.
Nell'Europa del nord l'infuso, che ha un sapore gradevole, viene usato come un comune tè stimolante.
Un tempo i fiori dell'agrimonia venivano usati per tingere i capelli di giallo vivo.

Curiosità:
Quella dell'Agrimonia è una storia antica, già in stazioni neolitiche, sono state ritrovate grandi quantità di frutti di questa pianta.
Mitridate Eupatore, re del Ponto, nel I secolo a.C. ne introdusse l'uso in fitoterapia, la si utilizzava per le applicazioni più svariate: morsi dei serpenti, problemi di vista, perdita di memoria.
È sempre stata un'erba usata per medicare le ferite: era infatti un ingrediente "dell'eau d'arquebusade", una lozione francese che in origine era appunto applicata sulle ferite d'archibugio.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Zanichelli, Bologna.
TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=343

res herbis

Ajuga reptans L.

Famiglia - *Lamiaceae* Martinov

Nomi volgari:
Italiano: Iva comune, Bugula strisciante, Erba di San Lorenzo, Bugola
Deutsch: Kriechender Günsel
English: Blue bugle
Español: Búgula
Français: bugle rampante

Forma biologica:
Ch rept - Camefite reptanti. Piante con gemme perennanti poste a non più di 20 cm dal suolo e con portamento strisciante.
H rept - Emicriptofite reptanti. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con fusti striscianti.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: dicembre – giugno

Descrizione:
Pianta erbacea perenne con radici fascicolate che in primavera emette dalla base del fusto numerosi stoloni fogliati, striscianti e radicanti ai nodi che diffondendosi formano folti tappeti di un bel verde metallico, cupo.
Stelo fiorale eretto, alto 10-20 cm, quadrangolare, semplice, spesso glabro alla base, ma peloso sulle due facce opposte in alto, a volte sfumato di porpora o di violetto.
Foglie basali in rosetta, ovali-spatolate, intere o crenate, lucide si restringono in un lungo picciolo (lungo quanto la lamina), quelle del fusto sono decussate (disposte in coppie ruotate tra di loro di 90° rispetto al fusto), sono più piccole e subsessili che in alto si riducono in brattee che spesso si colorano di azzurro-violaceo.
I fiori sono raggruppati in verticillastri di 6 -8 elementi all'ascella delle foglie superiori, accompagnati da brattee ovali, hanno un calice lungo 4-6 cm, peloso, con tubo lungo più o meno quanto i 5 denti apicali. Corolla bilabiata, di colore blu-violetto, a volte anche rosa o biancastra, con tubo pubescente, con il labbro superiore piccolissimo od assente e quello inferiore trilobo col lobo mediano più grande, obcordato e spesso diviso a sua volta in due porzioni. Stami che emergono completamente dalla fauce. Ovario supero quadriloculare.
Il frutto è un tetrachenio, con superficie rugosa e reticolata.

Habitat:
Pianta che preferisce i luoghi freschi e ombreggiati, ma resiste bene anche al sole, vegeta nei prati e nelle radure dei boschi di latifoglie, su pendii erbosi e scarpate, dove cresce fino a 1.500 m di altitudine.

Etimologia:

- *Ajuga*: dal prefisso privativo greco “α-“ “a-“ privativo e da "jugum" - giogo: probabile riferimento all'assenza del labbro superiore della corolla. Secondo Plinio il nome potrebbe essere la corruzione di “abigo” - espellere, riferimento alle proprietà medicinali del genere;
- *reptans*: da “repto” - strisciare per terra: strisciante, reptante, perché la pianta è stolonifera.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale
Ha proprietà astringenti, vulnerarie e antiinfiammatorie, veniva usata per attenuare infiammazioni della cavità orale, ridurre i disturbi emorroidali, frenare emorragie, mitigare infiammazioni intestinali e diarree.
Per uso cosmetico è ritenuta utile per pelli delicate e predisposte alla cuperose.
In cucina i getti giovani possono venire consumati come insalata.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
MACCIONI S., GUAZZI E., AMADEI L., 1999. Erbe selvatiche
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=387

Alliaria petiolata *(M. Bieb.)*
Cavara & Grande

Famiglia - *Brassicaceae Burnett*

Nomi volgari:
Italiano: Alliaria comune
Deutsch: Knoblauchsrauke
English: Garlic mustard
Español: Aliaria, hierba del ajo
Français: Herbe à ail

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Pianta erbacea bienne, alta 30-80 cm, con fusto eretto, semplice o ramificato solo in alto, rigido, cilindrico, glauco e un poco pubescente soltanto alla base.
Foglie alterne, rugose, intere, le inferiori (8x7cm) che cadono al momento della fioritura sono cordate-reniformi, con bordo crenato e munite di un lungo picciolo. Le foglie superiori hanno forma rombica e sono più brevemente picciolate, terminano con una punta e sono bordate di denti aguzzi. Tutte le foglie sono glabre nella pagina superiore, con pochi peli sparsi in quella inferiore ed emanano un forte odore di aglio se stropicciate.
I fiori profumati ed ermafroditi, sono riuniti in racemi terminali, e sono composti da 4 sepali verdastri e 4 petali bianchi lunghi 5-6 mm, 6 stami e stilo molto corto. Vengono impollinati da farfalle ed api.
I frutti sono silique tetragonali di 5-6 cm, contenenti piccoli semi grigi.

Habitat:
Vegeta nelle radure umide e ombrose, nei suoli concimati, vicino alle case, nei boschi e nelle siepi, dalle zone marine fino a 1700 m di altitudine.

Etimologia:

- *Alliaria*: da “allium” - aglio, per l'odore delle foglie stropicciate;
- *petiolata*: da “petiolus” (diminutivo di “pes” - piede, base) - piccolo piede, peduncolo, da cui picciolo: con foglie dotate di picciolo.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia ad eccezione della Sardegna.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Pianta antiasmatica, antiscorbutica, antistarnuto, diaforetica, antisettica, vermifuga, vulneraria ed espettorante.
I cataplasmi con le sue foglie sono vulnerari e calmano il prurito.
In cucina, le foglie e i fiori freschi per il loro aroma, sono usati al posto dell’aglio, del quale sono più digeribili, e vengono aggiunti ad insalate, minestre, ripieni, ed in tutte le preparazioni culinarie.
In Gran Bretagna la usano per insaporire i sandwich.
I semi, che contengono un olio essenziale simile a quello della senape, vengono utilizzati per insaporire le vivande e gli antipasti grazie alla loro capacità di stimolare l’appetito.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
DELLA BEFFA M.T., Erbe, 2001. Istituto Geografico De Agostini S.p.A., Novara
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=492

Amaranthus retroflexus L.

Famiglia - *Amaranthaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Amaranto comune, Amaranto riflesso
Deutsch: Zurückgebogener Amarant
English: Red-root amaranth
Español: Amaranto común
Français: Amaranthe réfléchie

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
N-Americ. - America del Nord.

Antesi: maggio – ottobre

Descrizione:
Pianta erbacea annua monoica di altezza molto variabile (10 - 300) cm.
Fusto eretto legnoso nella parte inferiore, di colore verde chiaro e rossastro alla base, semplice o ramoso e pubescente nella parte distale formata da una grossa e densa infiorescenza. Anche i rami e i gambi sono rossicci alla base.
Foglie lungamente picciolate (1,5 - 5,5 cm) con lamina intera, ovato romboide o ellittica con apice acuto, ottuso o piano, margine lievemente ondulato con nervature della pagina inferiore marcate e pubescenti.
L'infiorescenza è una pannocchia compatta con spiga terminale più o meno uguale alle laterali con cima retroflessa o eretta, di colore verde o talvolta argentea o rossastra o giallastra.
Tepali spatolato-obovati o lanceolato-spatolati con apice troncato o smarginato e più o meno pari agli stimmi. Brattee dei fiori femminili lanceolate o subulate, con mucrone terminale rigido e pungente e superanti i tepali. Fiori unisessuali, pentameri con petali bianchicci. Stami 5 più lunghi del perianzio, stimmi 3 o raramente 2.
Il frutto è un pissidio ellissoidale più o meno quanto il perianzio e deiscente orizzontalmente.
Semi di colore marrone scuro o rossastro, di forma lenticolare a superficie rugosa e lucida.

Habitat:
Campi, posti ghiaiosi, incolti, ruderi, macerie e lungo il greto dei fiumi da 0 a 1000 m slm.

Etimologia:

- *Amaranthus*: dal greco “ἀμἄραντος” “amárantos” - che non appassisce (dal prefisso privativo “α-“ “a-“ - senza e da “μἄραίνω” “maraíno” - appassire, venir meno), per il calice e le brattee scariose che sembrano non appassire mai. Due secoli fa il Clarici gli il significato di “immarcescibile” e in precedenza altri autori la facevano derivare da due termini “amor e anthos” = “fiore d'amore”;
- *retroflexus*: dal prefisso “retro-“ - indietro e da “flecto” - piegare: piegato all'indietro, riferito alla spiga centrale che il più delle volte è curvata all'indietro.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile.
Come tutti gli amaranti, le foglie allo stato di rosetta sono edibili per farne minestre bollite insieme ad altre erbe. Il sapore è simile allo spinacio. Il fusto, prima che compaia l'infiorescenza può essere utilizzato al pari degli asparagi. I semi triturati possono essere usati come la farina dei cereali o mescolati insieme arricchendola di proteine.
Per il contenuto di vit. A e C e di sali di calcio e ferro gli sono riconosciute proprietà astringenti e per rivitalizzare individui particolarmente defedati.

Curiosità:
Non usare l'acqua di bollitura perché anche questo amaranto è in grado di sintetizzare i nitrati quindi l'acqua di cottura ne risulta inquinata.

Bibliografia:
IAMONICO D., 2009. Chiave analitica della specie del genere Amaranthus (Amaranthaceae) presenti in Valle d'Aosta, Rev. Valdôtaine Hist. Nat. 63:63-68
BANFI E., GALASSO G., 2010. La Flora Esotica Lombarda, Ed. Regione Lombardia & M.S.N.M.
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
Tavole delle Malerbe, 1981, Ciba - Geigy Edizioni
ZUIN M.C., 2008. Piante Alimurgiche del Veneto, Regione Veneto
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=617

Anemone apennina L.

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Anemone dell'Appennino
Deutsch: Apennin-Windröschen
English: Apennine anemone
Español: Apeninos anémona
Français: Anémone des Apennins

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
S-Europ. - Europa meridionale.

Antesi: febbraio – maggio

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, pubescente, con radice rizomatosa nerastra, da cui si sviluppano scapo fiorifero e foglie, alta 10 - 25 cm.
Fusto unifloro, fragile e arrossato nella parte inferiore con alla metà un verticillo di tre foglie.
Foglie pelose nella pagina inferiore, su picciolo di 5 - 15 cm; lamina biternata divisa in tre segmenti subeguali e pennatosetti. Foglie basali tripartite con 1 - 3 lobi marcati su ogni lato; foglie cauline bratteali formanti un verticillo alla base del fiore.
Fiore solitario (talvolta 2) dal diametro di 3 - 4 cm portato su un peduncolo di 6 - 9 cm.
Perianzio con sepali petaloidi (8 - 12) colorati di azzurro chiaro o bianco, lineari con apice ottuso, è presente rada peluria nella parte inferiore.
Numerosi stami gialli o bianchicci portanti antere ovali.
Ovario uniovulato che a maturità dà origine a un achenio portante un solo seme rostrato.

Habitat:
Boschi di leccio, faggio e quercia; a margine di sentieri e strade ma sempre in luoghi freschi e ombrosi. La specie arriva fino ai 1400 m s.l.m.

Etimologia:

- *Anemone*: secondo l'ipotesi più accreditata deriverebbe dal greco "ανεμώνη" "anemóne" - figlia del vento, da "ἄνεμος" "ánemos" - vento col suffisso patronimico femminile "-ώνη" "-óne", per la facilità con cui i petali vengono dispersi dal vento. Teocrito scriveva per spiegare il nome del fiore "Vocatur Anemone quod subito flos cadat; caducus enim est et corrumpitur". Ovidio, nelle Metamorfosi (capitolo X), racconta il mito di Adone e Venere, che visto il giovane ucciso da un cinghiale, per perpetuarne la memoria versò nettare sul suo sangue da cui nacque un fiore del suo stesso colore. Fiore però di breve durata e fragile che deve il suo nome al vento che ne disperde i petali. Il nome potrebbe anche derivare, secondo alcuni, da quello semitico di Adone, Naamen o Ne'aman, con riferimento a un precedente mito fenicio del dio della vegetazione, anch'esso azzannato da un cinghiale;
- *apennina*: degli Appennini, appenninico, allude al luogo di maggiore diffusione.

Distribuzione in Italia:
Segnalata in quasi tutta Italia, assente in Valle d'Aosta, Liguria, Lombardia, Trentino-Alto Adige, Veneto, Friuli-Venezia Giulia e Sardegna.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto. Entità tossica.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=9605

Anemone hortensis L.

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Anemone fior-stella, Anemone stellata, Anemone fior di stella
Deutsch: Stern-Anemone
English: Broad-leaved anemone, Garden Anemone
Español: Anémona de hoja ancha
Français: Anémone des jardins

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit.-Sett. - Dalla Spagna alla Grecia.
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: gennaio – maggio

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, con piccolo tubero legnoso nerastro e scapo fiorifero esile, pubescente, eretto alla fioritura, alto 10-30 cm.
Foglie basali palmatosette con 3 – 5 segmenti a loro volta variamente divisi o lobati, portate da un picciolo di 5 – 10 cm, le cauline che formano un verticillo sotto il fiore sono semplici o triforcate.
Fiori solitari all'apice del fusto, con numerosi sepali petaloidi ellittico-lanceolati, rosa-azzurrini, bianchi o violetti, con nervature violette, stami azzurro-violetti e numerosi pistilli.
Il frutto è un acheneto, frutto multiplo formato da acheni derivati da carpelli liberi e indipendenti.

Habitat:
Vive nei luoghi aridi, prati asciutti, radure, oliveti. La specie arriva fino ai 1000 m di altitudine.

res herbis

Etimologia:

- *Anemone*: secondo l'ipotesi più accreditata deriverebbe dal greco "ανεμώνη" "anemóne" - figlia del vento, da "ἄνεμος" "ánemos" - vento col suffisso patronimico femminile "-ώνη" "-óne", per la facilità con cui i petali vengono dispersi dal vento. Teocrito scriveva per spiegare il nome del fiore "Vocatur Anemone quod subito flos cadat; caducus enim est et corrumpitur". Ovidio, nelle Metamorfosi (capitolo X), racconta il mito di Adone e Venere, che visto il giovane ucciso da un cinghiale, per perpetuarne la memoria versò nettare sul suo sangue da cui nacque un fiore del suo stesso colore. Fiore però di breve durata e fragile che deve il suo nome al vento che ne disperde i petali. Il nome potrebbe anche derivare, secondo alcuni, da quello semitico di Adone, Naamen o Ne'aman, con riferimento a un precedente mito fenicio del dio della vegetazione, anch'esso azzannato da un cinghiale;
- *hortensis*: da "hórtus" - orto, giardino: frequentemente coltivato in orti e giardini per scopi alimentari od ornamentali.
- Stellata, invece, per la forma dei petali.

Distribuzione in Italia:
Segnalata in quasi tutta Italia, assente in Piemonte, Valle d'Aosta e Friuli-Venezia Giulia, estinta in Lombardia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto. Entità commensale e tossica.
Pianta che contiene protoanemonine tossiche, come tutti gli anemoni.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
BANFI E., CONSOLINO F., 2000. La flora mediterranea, Istituto Geografico De Agostini, Novara
DELLA BEFFA M.T., 1999. Fiori di Campo, Istituto Geografico De Agostini S.p.A., Novara
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=707

Anthemis arvensis L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Camomilla bastarda, Antemide dei campi, Antemide arvense
Deutsch: Gewöhnliche Acker-Hundskamille
English: Corn Chamomile
Español: Manzanilla bastarda, Manzanilla de los campos
Français: Anthémis des champs

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).
(sta diventando) Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: maggio - giugno; al sud questa specie fiorisce già in marzo, mentre in montagna la fioritura si protrae fino a settembre/ottobre.

Descrizione:
Sono piante non molto alte, da 10 a 50 cm (massimo 80 cm).
Un'unica pianta può produrre fino a 30 gambi.
Le foglie lungo il caule sono disposte in modo alterno. La lamina è incisa, i segmenti sono gracili e lanceolato-lineari, ma allargate rispetto ad altre specie. Le parti basali delle foglie sono abbraccianti il fusto.
Le infiorescenze sono dei capolini terminali peduncolati raccolti in sub-corimbi. I peduncoli, lungamente nudi, s'ingrossano alla fruttificazione. La struttura dei capolini è quella tipica delle Asteraceae: ci sono due tipi di fiori: quelli esterni ligulati (da 5 a 20) di colore bianco, disposti in un unico rango e che si abbassano a fine antesi e quelli interni tubulosi di colore giallo-arancio.

Habitat:
L'habitat tipico sono i campi (culture di cereali), pascoli o luoghi incolti e abbandonati.

res herbis

Etimologia:

- *Anthemis*: dal greco “ἀνθεμίς” “anthemís” (derivato da “ἄνθεμον” “ánthemon” - fiore) nome usato da Dioscoride per la camomilla, riferendosi alla sua abbondante fioritura;
- *arvensis*: da “arvum” - campo, suolo arativo: degli arativi, riferimento all'ambiente di crescita.

Distribuzione in Italia:

Questa specie è comune su tutto il territorio a parte alcune zone in cui è rara (Pianura Padana). Distribuzione altitudinale: sui rilievi queste piante si possono trovare fino a 1800 m s.l.m.

Utilizzi:

Entità commensale.

Secondo la medicina popolare questa pianta ha la proprietà febbrifuga (abbassa la temperatura corporea).

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=726

https://it.wikipedia.org/wiki/Anthemis_arvensis

res herbis

Arabis hirsuta (L.) Scop.

Famiglia - *Brassicaceae Burnett*

Nomi volgari:
Italiano: Arabetta irsuta
Deutsch: Rauhaarige, Gänsekresse
English: Hairy rockcress
Español: Campanario
Français: Arabette hérissée

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Europ. - Areale europeo.
Orof. S-Europ. - Orofita sud-europea (catene dell'Europa meridionale, dalla Penisola Iberica, Alpi, ai Balcani ed eventualmente Caucaso o Anatolia).

Antesi: marzo – luglio

Descrizione:
Pianta bienne o perenne, erbacea, fusto ramificato alla base a volte anche in alto, tomentoso per lunghi peli patenti.
Altezza: fino a cm 100.
Foglie intere in rosetta basale, che sul fusto diventano abbraccianti, cuoriformi o sagittate, con margine dentato.
I fiori piccolissimi, con breve picciolo, sono di colore bianco o rosato, nascono lungo il fusto nella parte terminale e all'apice; hanno 4 sepali e 4 petali liberi.
I frutti sono silique distanziate tra loro e divaricate, appressate al fusto, di forma cilindrica, valve con nervo mediano sviluppato spesso sino all'apice; a maturità se toccate si aprono di colpo.

Habitat:
Si incontra su terreni asciutti, poveri, nei prati aridi, negli ambienti rupestri e sui vecchi muri; da 0 a 2100 m s.l.m.

Etimologia:

- *Arabis*: per alcuni il nome farebbe riferimento all'Arabia, improbabile luogo d'origine di questo genere; per altri Linneo si sarebbe riferito all'Arabia solo per definire l'habitat arido e sassoso di alcune specie; sembra più plausibile che abbia semplicemente ripreso il nome già in uso che, secondo il botanico fiammingo R. Dodoens (1518-1585), deriva da un'errata interpretazione di alcuni manoscritti di Dioscoride dove il nome "Δράβη" "Drábe" - Draba, una crucifera con analogo portamento, sarebbe stato letto come "Αράβη" "Arábe" e successivamente corrotta in "Αραβίς" "Arabís";
- *hirsuta*: irsuto: per la presenza di peli minuti o radi.

Distribuzione in Italia:
Specie comune, presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=844

Arbutus unedo L.

Famiglia - *Ericaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Corbezzolo, Albatro, Arbuto, Rossetto, Suorvo
Deutsch: Westlicher Erdbeerbaum
English: Strawberry tree
Español: Madroño
Français: Arbousier

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: agosto – novembre

Descrizione:
Specie dal portamento variabile da cespuglio ad albero (1 – 8 m), sempreverde, con chioma densa, tondeggiante, irregolare, di colore verde carico. Il tronco è corto, eretto, sinuoso e densamente ramificato; i giovani rametti sono ocraceo-rossastri e tomentosi, la corteccia è sottile bruno-rossastra e rugosa; negli organi legnosi più vecchi si sfalda in sottili strisce longitudinali.
Le foglie alterne, semplici, brevemente picciolate, sono persistenti, con lamina coriacea oblunga e lanceolata, con apice acuto e margine seghettato, di color verde scuro e con la pagina superiore lucida.
Fiori ermafroditi forgiati a orciolo pendulo, disposti in corimbi di 15 - 30 elementi, terminali ai rami e penduli, pentameri, con calice ridotto a 5 brevi lacinie verdi a margine biancastro, corolla urceolata bianco-crema soffusa di rosa, alla fauce è pelosa e termina con 5 piccoli denti riflessi, 10 stami inclusi con antere ferruginee e 2 cornetti gialli, carpello a ovario supero, con 1 stilo cilindrico, stigma lobato di colore verde scuro.
I frutti sono bacche lungamente picciolate, sferiche, di color arancio-porpora con buccia granulosa, polpa tenera di colore giallastro, contengono 10 - 50 semi ellittici di colore marrone chiaro. Semi piccoli, brunastri, angolosi contenuti nei 5 loculi del frutto che è una bacca, subsferica, indurita e rugosa, tubercolata, poi succosa e rossa a maturazione che misura 0.7-2 cm di diametro.

Habitat:
Il corbezzolo è elemento stenomediterraneo, specie termofila, caratteristica della macchia mediterranea, ove costituisce complessi puri o vive in consorzio con altri elementi termofili, così nelle macchie a Mirto, Alloro, Leccio, Lentisco e Sughera. Copre una fascia altitudinale tra 0 e 800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Arbutus*: nome latino del corbezzolo in Virgilio, probabile derivazione da "arbor" - albero. Secondo altri il nome generico è di derivazione celtica "ar" - aspro "butus" - cespuglio;
- *unedo*: nome latino del corbezzolo, sia l'albero che il frutto, in Plinio e Columella, derivato da "unum edo" - "ne mangio uno solo", riferimento alla scarsa gustosità dei suoi frutti e anche al contenuto di un alcaloide nel frutto che sconsiglia di mangiarne troppi.

Areale di distribuzione:

Vasto areale che va dalla Penisola Iberica e dall'Africa sino al Mar Nero.
Specie diffusa nelle boscaglie, luoghi rocciosi, leccete e garighe, che in epoche interglaciali colonizzò zone distanti dall'attuale areale di diffusione, così che oggi è possibile rinvenire A. unedo in Francia sulla costa atlantica, in Irlanda sud-occidentale ed in Italia nella valle dell'Adige e sui colli Euganei, aree che si sono mantenute come relitti.

Distribuzione in Italia:

Presente in tutta Italia tranne che in Piemonte, Valle d'Aosta e Trentino-Alto Adige.

Utilizzi:

Entità commestibile e officinale e ha anche uso forestale.
La pianta ha proprietà astringenti, antisettiche, antinfiammatorie, antidiuretiche.
I frutti in particolare sono ricchi di vitamina C, le foglie giovani contengono arbutine, un glucoside che può essere impiegato come disinfettante del tratto urogenitale
Il decotto di foglie è utile nel trattamento della cuperose, ha azione schiarente; lo stesso decotto è utile nella cura dei capillari dilatati presenti sulle gambe. Il decotto di radici, può essere impiegato per normalizzare la pelle grassa e comedonica.
I frutti che sono eduli, raccolti ben maturi possono essere impiegati per preparare marmellate, canditi, bibite, acquavite e perfino aceto. I frutti possono essere messi sotto spirito come le ciliegie, ed è possibile ricavarne un vino detto "di corbezzolo"
I frutti mangiati crudi in grande quantità possono indurre e un senso d'ubriachezza e di vertigine.
In Sardegna dai fiori del Corbezzolo si ricava un pregiatissimo miele amaro che ha leggere proprietà balsamiche.
La corteccia contiene una grande quantità di tannino impiegata per la produzione di coloranti e per la concia delle pelli.
È specie che dimostra di avere una buona reazione agli incendi: riprende infatti a vegetare velocemente e trova impiego nei rimboschimenti e nel consolidamento delle dune. Può formare micorrize.
Il legno di alburno giallo-rosato e durame rosso-bruno, è duro e può essere impiegato per piccoli lavori di artigianato e come combustibile, fornisce ottimo carbone.

Curiosità:

A Nuoro (Sardegna) esiste una pianta di *A. unedo* plurisecolare, è il primo corbezzolo censito nell'archivio dei patriarchi ha una circonferenza del tronco di 3,20 m.
La presenza contemporanea delle foglie verdi, dei fiori bianchi e dei frutti rossi evocò nell'Ottocento, la bandiera italiana, tanto che divenne durante il Risorgimento, simbolo dell'unità nazionale.
Sempre a causa di questa caratteristica compresenza di colori sulla pianta, dopo la prima guerra mondiale (1915 - 1918), in diversi "Parchi delle Rimembranze", costruiti in quel tempo per commemorare i caduti in guerra, *A. unedo* fu inserito fra le specie "patriottiche" e fu chiamato "Albero d'Italia".
La pianta era conosciuta dagli antichi greci anche con il nome di "kòmaros", essi ne consumavano i frutti sia freschi che fermentati.

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
LUCIANO R., GATTI C., 2008. Frutti spontanei commestibili. Araba Fenice, Boves.
CATTABIANI A. 1996. Florario. Arnoldo Mondadori Editore, Milano.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=857

res herbis

Arctium lappa L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Bardana maggiore, Bardana comune
Deutsch: Große Klette
English: Great burdock
Español: Lampazo, bardana
Français: Grande bardane

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: giugno – settembre

Descrizione:
Pianta bienne, erbacea di grandi dimensioni (80 – 200 cm) che nel primo anno sviluppa una robusta rosetta basale e nel secondo fiorisce e poi muore. Ha una grossa radice a fittone carnosa, bruna, internamente bianca; il fusto è eretto, robusto, striato, scanalato, ramificato, talvolta arrossato.
Le foglie sono alterne, molto grandi, possono raggiungere i 50 cm di lunghezza e i 40 cm di larghezza; le basali sono ovate o cuoriformi, portate da un picciolo solcato; le cauline sono sessili e cuoriformi; la lamina è glabra e di colore verde vivo nella parte superiore, biancastra e ragnatelosa in quella inferiore.
L'infiorescenza corimbosa è costituita da capolini terminali, portati da un peduncolo lungo almeno 2,5 cm.
I fiori color violetto, che compaiono nel secondo anno di vita, sono tubulosi ed ermafroditi, riuniti in capolini sferici di 3 - 4 cm di diametro, avvolti da fitte brattee uncinate, glabre e interamente verdi. Gli stami e gli stimmi sono glabri ed hanno un ciuffo di peli all'apice dello stilo.
I frutti sono acheni oblunghi di colore bruno rossiccio, chiazzati di nero, rugosi all'apice, sormontati da un disco con orlo ondulato pieghettato e da un pappo di setole ciliate alla base e di colore giallastro.

Habitat:
Incolti, ambienti ruderali, sentieri, radure boschive; dal piano sino a 1.800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Arctium*: deriva dal greco “arktos” - orso, forse in riferimento alle infruttescenze spinose e all'aspetto ispido delle piante che appartengono a questo genere. Secondo altri il nome del genere deriva dal greco “ἄρκτιον” “árction” - lappola, pianta citata da Dioscoride e altri autori;
- *lappa*: nome latino della lappola, in Virgilio e Plinio, “lappare” = afferrare e indica la capacità delle infruttescenze di rimanere attaccate agli animali e ai vestiti; secondo alcuni il nome latino deriverebbe dal celtico “llap” - mano perché il fiore si attacca a qualunque cosa lo sfiori, come farebbe una mano; secondo altri deriverbebbe dal greco “λαβεῖν” “labein” - attaccarsi.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia eccetto la Sicilia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale
Costituenti principali: composti polifenolici derivati dall'acido caffeico (acido clorogenico e isocloregenico), polisaccaridi (inulina e mucillagini), composti acetilenici solforati (acido aretico, arctitone, arctinolo, arctinale); olio essenziale contenente acidi amari; lignani (neoarctiina), fitosteroli (sitosterolo e stigmasterolo), tannini e vitamine del gruppo B.
Erba alterativa, antinfiammatoria, antibatterica, diuretica, ipoglicemizzante, depurativa, disinfettante; ha foglie amare e radici dolci e mucillaginose.
In medicina per uso interno è efficace in caso di dermatiti e nelle affezioni infiammatorie dovute a tossicità cronica, in particolare eczema, psoriasi, foruncolosi e piaghe.
L'estratto fluido di Bardana viene impiegato sia per uso esterno che interno per combattere l'acne; la medicina popolare se ne serve anche per stimolare la crescita dei capelli.
In cucina i piccioli delle foglie giovani vengono raschiati e sono ottimi lessati oppure fritti. Le radici si consumano crude in insalata, oppure cotte impiegate come le carote o, aggiunte alle fritture.
La specie è buona mellifera.

Curiosità:
Georges de Mestral, agli inizi degli anni 1950, di ritorno da una passeggiata in campagna si accorse di avere fiori di Bardana attaccati alla giacca, incuriosito li analizzo al microscopio scoprendone gli uncini che gli diedero l'idea per realizzare il velcro, un metodo di chiusura composto da 2 strisce una di tessuto peloso e l'altra di tessuto con uncini flessibili e duro.
Gli antichi medici cinesi la consideravano un rimedio per raffreddori, influenza, infezioni faringee e polmonite; i guaritori ayurvedici della tradizione indiana la usavano con applicazioni analoghe.
La badessa ed erborista medioevale Hildegard Von Bingen la impiegava nel trattamento dei tumori maligni.
Nel XIV secolo, in Europa le foglie di Bardana venivano polverizzate nel vino e usate come trattamento per la lebbra.
Successivamente gli erboristi europei prescrissero la radice di Bardana per patologie quali febbre, cancro, eczema, psoriasi, acne, forfora, gotta tricofizia, infezioni cutanee, sifilide, gonorrea e problemi associati al parto.
La Bardana apparve in uno dei primi erbari stampati del medioevo, l'*Herbarium Apulei*, dove veniva raffigurata in tutta la grandezza delle sue foglie e definita "erba elefantina".
Molti esperti erboristi dei nostri giorni hanno bocciato definitivamente la Bardana come erba medicinale.
Varro E. Tyler, Ph.D. (1926-2001), un esperto di fama internazionale nel campo della medicina, farmacognosia e botanica in *The new Honest Herbal*, scriveva "*Nonostante il suo lungo impiego popolare, non esistono prove valide circa una benefica attività terapeutica della barda*na".
Questa specie che nel continente americano fu introdotta dall'Europa, venne utilizzata in campo medico da molte tribù indigene.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
PROSSER F., BERTOLLI A. & FESTI F. 2009. Flora illustrata del Monte Baldo. Museo Civico di Rovereto.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
CASTELMAN M., 2001. The New Healting Herbs. Rodale Inc. Emmaus, PA, U.S.A.
JAUZEIN P. Flore des champs cultivés, INRA, Paris. 1995
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
VOGEL V.J., 1998. Erboristeria e medicina naturale dei pellerossa. Rusconi, Milano.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=859

Aristolochia rotunda L.

Famiglia - *Aristolochiaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Aristolochia rotonda
Deutsch: Rundblättrige Osterluzei
English: Smearwort, Round-leaved birthwort
Español: Aristologia redonda
Français: Aristoloche à feuilles rondes

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: febbraio – agosto

Descrizione:
Pianta perenne con tubero subsferico, rampicante con fusti eretti o espansi, pressoché glabri, semplici o ramificati alla base, alti 20-50 cm.
Foglie alterne con breve picciolo (2-5 mm) praticamente sessili e avvolgenti il fusto con lobi basali allargati e spesso sovrapposti, hanno lamina verde chiaro, ovato-cuoriforme, con apice arrotondato, margine intero e venature infossate sulla pagina superiore e rilevate su quella inferiore.
I fiori lunghi 20-50 mm, sono portati da un breve peduncolo isolati all'ascella delle foglie, sono eretti con il lembo linguiforme con punta smussata bruno-porpora e il tubo giallo-verdastro rigonfio alla base in corrispondenza dell'ovario.
Il frutto è un cerazio (capsula) sferico con diametro di 10-20 mm, che contiene semi triangolari sottili e leggeri.

Habitat:
Distribuita in modo ineguale in aree umide ed ombrose, siepi, fossati, bordi dei campi, vigneti, boschi, da 0 a 800 m di altezza. Presente in tutta Italia, tranne nel Trentino-Alto Adige e Valle d'Aosta.

Etimologia:

- *Aristolochia*: dal greco “ἀριστολόχεια” “aristolocheia” (da “ἄριστος” “áristos” - ottimo e da “λοχεία” “locheía” - puerperio): ottimo per partoriente e neonato per le sue supposte proprietà medicinali, infatti la pianta era ritenuta efficace contro le infezioni da parto;
- *rotunda*: rotondo, arrotondato, da “rota” - ruota: per il portamento o la forma rotondeggiante delle foglie.

Utilizzi:

Entità tossica.

Per i suoi principi attivi quali acido di aristolochia, tannini, sostanze amare, amminoacidi liberi che gli conferiscono proprietà emmenagoga, antireumatica, antisterica, sedativa nell'isterismo, nelle convulsioni, nell'epilessia, regolatrice delle mestruazioni, è stata a lungo usata in passato fino al 1981, epoca in cui sono stati ritirati dal commercio tutti i preparati a base di questa pianta per sospetta cancerosità.

Bibliografia:

PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole

CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore

BANFI E., CONSOLINO F., 2000. La flora mediterranea, Istituto Geografico De Agostini, Novara

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=891

Arum italicum Mill.

Famiglia - *Araceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Gigaro chiaro, Gigaro italiano, Giaro, Erba biscia, Pan di serpe
Deutsch: Italienischer Aronstab
English: Italian arum
Español: Hoja de culebras
Français: Arum d'Italie

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: febbraio – maggio

Descrizione:
Pianta perenne e glabra di aspetto erbaceo, eretto, con un rizoma ovoide, tuberiforme sotterraneo, dal quale in autunno si sviluppano le foglie svernanti, astate lunghe sino a 30 cm, con la pagina superiore lucida e spesso con venature biancastre, trilobe con un lobo apicale a forma lanceolata e due basali divergenti. Pianta assai variabile nelle foglie che possono avere i lobi basali più o meno divergenti ed avere o no variegature bianche e/o macchie porpora o nerastre.
I fiori molto piccoli, unisessuali, crescono alla base di una colonna (spadice) che è una speciale infiorescenza simile ad una clava generalmente più corta della metà della spata, con un'appendice di colore giallo, lunga quanto il peduncolo o poco meno.
La spata a forma di un cappuccio parzialmente circonda e racchiude lo spadice con funzione di protezione dagli agenti atmosferici, riuscendo a mantenere, con un notevole dispendio di energia metabolica, la temperatura interna in corrispondenza dei fiori, assai superiore a quella esterna, è lunga fino a 30 cm, ed è di colore giallo-verdastro con a volte sfumature purpuree.
I frutti sono bacche raccolte sull'asse, prima verdi poi rosse a maturità, della grandezza di un pisello.

Habitat:
Cresce nei fossi, boschi, vigneti e oliveti, siepi dal piano fino a 800 o 1000 m di altitudine.

Etimologia:

- *Arum*: dal greco "ἄρον áron" (in Teofrasto e Dioscoride) di cui Plinio scrisse "è un bulbo che gli egiziani chiamano aron ed è buono da mangiare": ghigero o gigaro;
- *italicum*: dell'Italia: italico, italiano.

Distribuzione in Italia:

La specie, tipica dell'Europa Mediterranea, è comune nell' Italia peninsulare e nelle isole, più rara al Nord.

Utilizzi:

Entità officinale e tossica.

Tutta la pianta è velenosa e può provocare serie intossicazioni soprattutto ingerendo i suoi frutti che per la loro colorazione possono attrarre la curiosità dei bambini, fortunatamente la loro masticazione (che provoca immediati dolori alla bocca) e l'odore cadaverico del fiore riducono la possibilità di ingerire quantità della pianta che potrebbero essere letali. Tra i sintomi: vomito, diarrea, emorragie, eccitazione psicomotoria, tachicardia, dermatiti e vesciche provocate dal contatto con la pianta.

Per i suoi principi attivi quali aroina, una saponina e glucosidi cianogenetici che in presenza di acqua liberano acido cianidrico, la pianta ha un uso officinale, per il quale sono utilizzate le foglie ed il rizoma, come coadiuvante nelle affezioni delle prime vie respiratorie.

Poiché i suoi principi tossici sono termolabili e si attenuano, sino quasi a scomparire, anche con l'essiccazione, in passato si sfruttava come commestibile il rizoma che contenendo il 70% di amido, veniva usato per mescolarlo alla farina o era venduto come amido col nome di Tapioca di Portland.

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna

CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori

DELLA BEFFA M.T., 1999. Fiori di Campo, Istituto Geografico De Agostini S.p.A. , Novara

BURNIE D., 2002. Fiori spontanei del Mediterraneo, Fabbri editori, Milano

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=961

Asparagus acutifolius L.

Famiglia - *Asparagaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Asparago pungente
Deutsch: Strauchartiger Spargel
English: Sharp-leaved Asparagus
Español: Esparraguera
Français: Asperge sauvage

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: luglio – settembre

Descrizione:
Pianta suffruticosa, generalmente dioica, sempreverde rizomatosa e molto ramificata, alta fino a 1,50 m, con fusti legnosi e rigidi, arcuato-ascendenti, più o meno cilindrici, solcati e finemente pubescenti. I nuovi rigetti primaverili, ancora privi di cladodi, sono chiamati turioni.
Foglie ridotte a minuscole squame membranacee speronate, spinose alla base dei fusti, sostituite per la funzione clorofilliana dai cladodi (rametti trasformati) che si sviluppano nella loro ascella. Essi sono aghiformi e rigidi, canalicolati, più o meno eguali fra loro, con una spinula cornea e pungente all'apice, disposti in fascetti verticillati di 4-12.
Fiori solitari o appaiati, su brevi pedicelli articolati (3-8 mm) disposti all'ascella dei cladodi, con perigonio (4-5 mm) a 6 tepali verde-giallastri saldati alla base. I fiori sono apparentemente ermafroditi presentando gli organi riproduttivi femminili e maschili, ma si comportano come unisessuali: fiori femminili sono caratterizzati da stami corti con antere sterili (staminodi) che non producono polline, mentre nei fiori maschili il gineceo è abortivo e sensibilmente più piccolo in rapporto ai tepali, e non arriva alla fruttificazione. L'impollinazione è di tipo entomogamo.
Il frutto è una bacca sferica (5-6 mm di diametro), verde, quasi nera a maturità, contenente 1-3 semi.

Habitat:
Macchie, leccete, boschi di latifoglie, siepi, su substrato calcareo, da 0 a 1300 m s.l.m.
Specie xerofila.

Etimologia:

- *Asparagus*: dal greco “ἀσπάραγος” “aspáragos” - asparago, pianta citata da Teofrasto (da “σπαργάω” “spargáo” - essere rigonfio, turgido: riferimento ai giovani turioni). È probabile che “aspháragos” derivi a sua volta dall'antico persiano “asparag”, “germoglio” che confermerebbe l'origine orientale, probabilmente mesopotamica;
- *acutifolius*: da “acutus” - acuto, aguzzo e da “folium” - foglia: con foglie acute, appuntite.

Distribuzione in Italia:

Presente in quasi tutto il territorio (non è segnalata in Piemonte). Specie tipicamente mediterranea, comune soprattutto nelle regioni centro-meridionali, più rara o sporadica nel nord.

Utilizzi:

Entità commestibile e officinale.

Le proprietà del genere *Asparagus* sono molto note. I turioni e soprattutto i rizomi, hanno effetti eminentemente diuretici, depurativi, lassativi e dimagranti. Contengono aminoacidi (asparagina) e molti sali minerali. Ma l'uso non è consigliabile a chi soffre di infiammazioni renali. Nell'organismo, dopo il consumo alimentare, si forma un metilcaptano, sostanza che viene eliminata attraverso le urine, conferendo loro un caratteristico odore penetrante e sgradevole.

I turioni di *A. acutifolius* sono commestibili come quelli delle altre specie affini. Hanno un sapore leggermente amarognolo e sono molto ricercati per varie preparazioni gastronomiche.

Bibliografia:

Conti, F.; Abbate, G.; Alessandrini, A., Blasi, C. -An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Palombi Editori, 2005

Pignatti, S. -Flora d'Italia (vol. III), Edagricole, Bologna, 1982

Tutin T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press

Zangheri, P. -flora italica I-II, CEDAM, Padova, 1976

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=970&nnn=Asparagus%20acutifolius

Asplenium trichomanes L.

Famiglia - *Aspleniaceae Newman*

Nomi volgari:
Italiano: Asplenio tricomane, Falso capelvenere
Deutsch: Braunstieliger Streifenfarn
English: Maidenhair spleenwort
Español: Culantrillo menudo
Français: Capillaire des murailles

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.

Antesi: luglio – agosto

Descrizione:
Pianta dotata di breve rizoma ricoperto di palee lineari-lanceolate e di colore marrone.
Fronde 4 - 35 cm, con corto picciolo castano scuro, di colore verde scuro; quelle fertili eretto patenti e le sterili spesso piatte e aderenti alla roccia.
Rachide nero lucente che nella fronda matura diventa verde vicino all'apice, presenta anche 2 strette ali laterali.
Stipite corto, rigido e fragile
Lamina da lineare a lanceolato- pennatosetta con 15 - 40 paia di pinnule patenti, alterni o sub-opposte verso l'apice.
Pinnule ellittico-ovate, più allargate alla base con margine crenulato o intero, lunghe fino a 2 cm; caduche con l'invecchiamento.
Sori lineari a gruppi di 4 o 6 e talvolta abortivi.
Indusio laterale presente anche a maturità.
Spore 29 - 43 µm di diametro, di colore castano e forma ellittica, perisporio echinato-reticolato.

Habitat:
Luoghi ombreggiati e freschi spesso in anfratti rocciosi coperti da muschio o su vecchi muri. Da 0 a 2900 m s.l.m.

Etimologia:

- *Asplenium*: dal greco "ἀσπλήνος" "asplénos", una felce citata da Dioscoride (dal prefisso privativo "α-" a- e da "σπλήν, ηνός" "splén, enós" - milza): pianta ritenuta in grado di curare i disturbi della milza;
- *trichomanes*: dal greco "θρίξ, τριχός" "thríx, trichós" - capello, pelo e da μᾱνός mānós floscio, molle: riferimento al picciolo molto sottile.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale.
Plinio nella sua "*Naturalis Historia*" dedica più capitoli sull'uso delle felci come piante medicinali "Erbe Officinali Spontanee libro XXVII cap. 79 – 80". Tutte le felci del genere *Asplenium* (dette "capillari"), nella medicina popolare sono state usate come diaforetici (aumento della sudorazione), anticatarrali, eupeptici (per stimolare la secrezione dei succhi gastrici), nei calcoli della vescica e l'espulsione della renella.
Ancora oggi hanno un impiego casalingo, per combattere la forfora e la caduta dei capelli.

Bibliografia:
SOSTER M., 2001. Identikit delle Felci d'Italia - Ed. Valsesia.
JAHNS H.M., 1992. Felci, Muschi e Licheni - F. Muzzio editore.
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole.
BIAGIOLI M., GESTRI G., ACCIA B., MESSINA I.A., 2002. Fiori sulla Pietra- Ed. Gramma.
POLETTI A., 1996. Fiori & Piante Medicinali Vol. 2° - Il Mandarino.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=25

Avena fatua L.

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Avena selvatica
Deutsch: Wilder Hawer
English: Common wild oat
Español: Avena salvaje
Français: Avoine sauvage

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Europ.-Caucas.: Europa e Caucaso.
Sudsiber.: fascia arida della Siberia meridionale, di solito piante steppiche.

Antesi: marzo – giugno

Descrizione:
Queste piante arrivano ad una altezza di 2 - 12 dm.
Le radici sono fascicolate avventizie.
La parte aerea del fusto è un culmo solitario, glabro, ascendente e snello. I culmi raramente possono essere fascicolati oppure singolarmente genicolati alla base. Sono presenti 2 - 4 nodi per culmo.
Le foglie lungo il culmo sono disposte in modo alterno, sono distiche e si originano dai vari nodi. Sono composte da una guaina, una ligula e una lamina. Le venature sono parallelinervie.
La guaina è abbracciante il fusto e in genere è priva di auricole; le guaine sono glabre o puberule alla base.
La ligula nelle foglie inferiori è acuta (lunghezza 3 – 5 mm); nelle foglie superiori è tronca (lunghezza 2 mm).
La lamina ha delle forme lineari e piatte con apice acuminato; la superficie è glabra o scabrosa; i bordi sono cigliati.
Le infiorescenze principali, di tipo racemoso terminale (un racemo per infiorescenza), hanno la forma di una ampia e ricca pannocchia piramidale formata da diverse spighette disposte unilateralmente. La pannocchia è lungamente peduncolata (il peduncolo è scabro verso il basso). I rami, scabrosi, sono patenti e verticillati a 4 - 7; sono allargati in tutte le direzioni. La rachilla si estende oltre i fiori. La fillotassi dell'inflorescenza inizialmente è a due livelli (o a due ranghi), anche se le successive ramificazioni la fa apparire a spirale. Lunghezza della spiga: 10 – 40 cm.
Le spighette (infiorescenze secondarie), compresse lateralmente con forme da ellittiche a oblunghe, sottese da due brattee distiche e strettamente sovrapposte chiamate glume (inferiore e superiore), sono formate da due o tre fiori. Alla base di ogni fiore sono presenti due brattee: la palea e il lemma. La disarticolazione in genere avviene con la rottura della rachilla a maturità dei fiori (tutti i fiori si disarticolano e sono caduchi). Lunghezza delle spighette: 18 – 25 mm.
Le glume, con forme lanceolate, apice acuto e consistenza erbacea, sono subuguali e possono racchiudere i fiori; possono avere da 9 a 11 venature. Lunghezza 15 – 30 mm.
La palea è un profillo lanceolato con alcune venature e margini cigliati.
Il lemma, a consistenza coriacea, nella parte distale è bifido; in genere è glabrescente (ispido nella parte inferiore e glabro sopra). Sul dorso è presente una resta inferiormente attorcigliata e ginocchiata. Lunghezza del lemma 13 – 20 mm. Lunghezza della resta: 30 – 50 mm.
I fiori fertili sono attinomorfi formati da 3 verticilli: perianzio ridotto, androceo e gineceo.

Il perianzio è ridotto e formato da due lodicule, delle squame traslucide, poco visibili (forse relitto di un verticillo di 3 sepali). Le lodicule sono membranose e non vascolarizzate.
L'androceo è composto da 3 stami ognuno con un breve filamento libero, una antera sagittata e due teche. Le antere sono basifisse con deiscenza da una fessura laterale longitudinale.
Il gineceo è composto da 3-(2) carpelli connati formanti un ovario supero. L'ovario, pubescente all'apice, ha un solo loculo con un solo ovulo subapicale (o quasi basale). L'ovulo è anfitropo e semianatropo e tenuinucellato o crassinucellato. Lo stilo è breve con due stigmi papillosi e distinti.
I frutti sono cariossidi, ossia sono piccoli chicchi indeiscenti, con forme ovoidali, nei quali il pericarpo è formato da una sottile parete che circonda il singolo seme. In particolare il pericarpo è fuso al seme ed è aderente. L'endocarpo non è indurito e l'ilo è lungo e lineare. L'embrione è provvisto di epiblasto; ha inoltre un solo cotiledone altamente modificato (scutello senza fessura) in posizione laterale. I margini embrionali della foglia non si sovrappongono. A volte l'endosperma è liquido.

Habitat:
Gli habitat tipici sono i prati, i campi di cereali (è considerata una pianta infestante) e le siepi. Il substrato preferito è calcareo ma anche calcareo/siliceo con pH basico, medi valori nutrizionali del terreno che deve essere secco.
Sui rilievi queste piante si possono trovare fino a 1.800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Avena*: assonante con il sanscrito “avasa” - nutrimento, foraggio, nome già usato dagli autori latini come Plinio e Varrone;
- *fatua*: fatuo, vano, semplice, sciocco, insipido.

Areale di distribuzione:
Nelle Alpi è presente ovunque. Sugli altri rilievi europei collegati alle Alpi si trova nella Foresta Nera, Vosgi, Massiccio del Giura, Massiccio Centrale, Pirenei, Monti Balcani e Carpazi. Nel resto dell'Europa e dell'areale del Mediterraneo questa specie si trova in Europa, Transcaucasia, Anatolia e Africa mediterranea. Fuori dall'Europa (e dal bacino mediterraneo) si trova in Asia (Afghanistan, Bhutan, India, Kazakistan, Kirghizistan, Nepal, Pakistan, Siberia, Tagikistan, Turkmenistan e Uzbekistan).

Distribuzione in Italia:
Comune in tutta Italia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
https://it.wikipedia.org/wiki/Avena_fatua
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1110

res herbis

Ballota nigra L.

Famiglia - *Lamiaceae Martinov*

Foto da realizzare

Nomi volgari:
Italiano: Cimiciotta comune, Marrubio selvatico, Marrubio fetido
Deutsch: Schwarznessel
English: Black horehound
Español: Manrubio fetido, Ortiga muerta
Français: Ballotte fétide, Marrube noir

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).

Antesi: aprile – agosto

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, alta 20-60 cm, con fusti ascendenti, legnosi alla base, irti di peli retrorsi (rivolti verso il basso). Tutta la pianta, stropicciata, emana un odore sgradevole, fetido.
Foglie opposte, peloso-vellutate, di color verde grigio, con picciolo di 1-3 cm, a lamina ovale-lanceolata, reticolata, cordata o cuneata alla base, ad apice acuminata e crenulato-dentata al margine.
Infiorescenze in densi verticillastri subsferici multiflori all'ascella delle foglie superiori, provviste alla base di bratteole lineari-subulate di circa 3-9 mm.
Calice di 7 - 13 mm, imbutiforme, a 10 nervi rilevati e con 5 denti triangolari e mucronati, piegati per il lungo sulla linea mediana.
Corolla bilabiata, rosea o lilla (raramente bianca), di 10-15 mm, con labbro superiore appena convesso, peloso all'esterno e con labbro inferiore trilobo con lobo mediano smarginato o bilobo, screziato di bianco, maggiore dei lobi laterali.
Stami 4, con filamenti paralleli. Ovario supero. Stimma bifido.
Il frutto è un tetrachenio con nucule di color castano scuro, arrotondate all'apice, lisce.

Habitat:
Specie nitrofila che si trova nei ruderi, incolti, siepi, da 0 a 1300 m s.l.m.

Etimologia:

- *Ballota*: dal greco “βαλλωτή” “balloté” - rigetto, rifiuto (da “βάλλω” “bállo” - gettare, scagliare, respingere), nome già citato da Dioscoride e Plinio: riferimento alla repulsione generata dall'odore fetido delle piante di questo genere, pianta che evitano anche gli erbivori;
- *nigra*: dal latino “nigrus, -a, -um” - nero: per il colore delle foglie essiccate che anneriscono, o per il colore delle nucule.

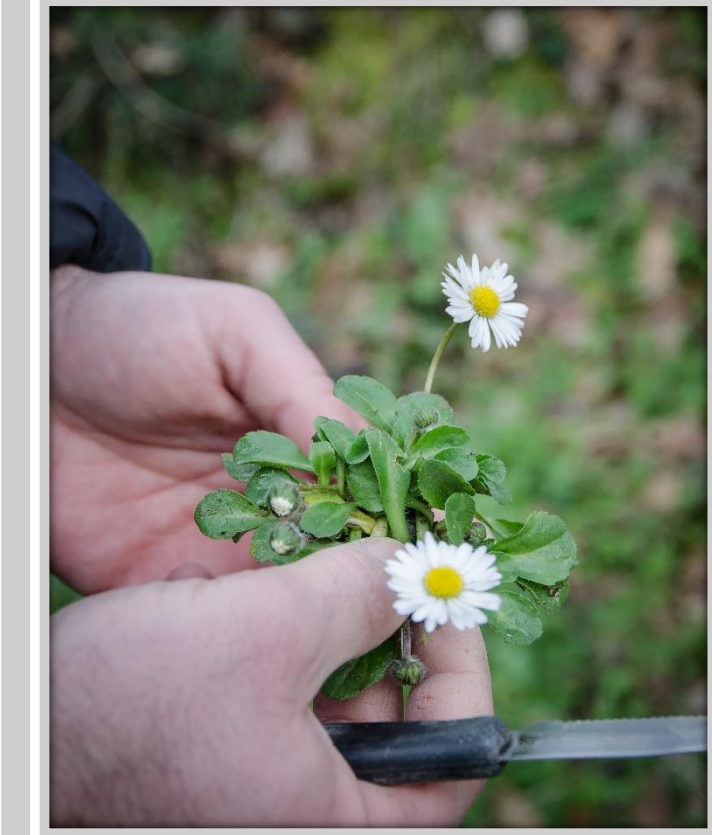
Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale.
Ballota nigra contiene un olio essenziale dal caratteristico odore fetido, principi amari, acido gallico e sostanze pectiche. La pianta ha efficaci proprietà sedative generali ed è utile nei casi di insonnia ed eccitazione nervosa, isterismo, stati ansiosi e disturbi nervosi legati alla menopausa; essa è inoltre valida per sedare gli eccessi di pertosse di cui attenua l'intensità e la frequenza.
Autori moderni hanno infine verificato che la *Ballota* ha la proprietà di stimolare la secrezione biliare.
Per uso esterno, cioè topico, viene utilizzata per le proprietà astringenti e vulnerarie.
Purtroppo l'uso di questa pianta è comunque limitato dall'aroma poco gradevole delle sue preparazioni che ne ha sempre vincolata la diffusione; il gusto e l'odore degli infusi possono essere corretti, entro certi limiti, con Anice, Tiglio e Camomilla che hanno proprietà complementari.

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
PATRI G., BONI U., 1979. Le erbe medicinali aromatiche e cosmetiche, Fabbri Editori, Milano
Guida pratica ai Fiori Spontanei in Italia, Selezione dal Reader's Digest, Milano, 1993
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1132

Bellis perennis L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*



Nomi volgari:
Italiano: Pratolina comune, Margheritina, Bellide, Pratolina
Deutsch: Gänseblümchen (in Germania il nome più usato), Tausendschön
English: Daisy, Lawndaisy
Español: Margarita común
Français: Pâquerette

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Europ. - Areale europeo.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, rizomatosa, a crescita lenta, con fusti semplici generalmente afilli e pubescenti, alta 5-15 cm.
Le foglie tutte inserite sul rizoma, formano una rosetta basale, sono spatolate con massima larghezza verso l'apice, la base è cuneata e si restringe in un picciolo alato; sono tomentose da giovani poi più o meno glabre, una sola nervatura è visibile, il margine è dentellato o crenulato, raramente intero. I fiori sono capolini solitari apicali, le infiorescenze hanno un ricettacolo lungo 2 volte il diametro, convesso e conico composto da 2 file di brattee pubescenti, di forma lineare con apice ottuso, tutte della stessa lunghezza. I fiori periferici sono ligulati, bianchi, spesso sfumati di rosa carico o addirittura rosso purpureo esternamente; il disco comprende fiori ermafroditi, tubulosi, di colore giallo. I fiori periferici si inclinano e chiudono durante la notte e con il tempo nuvoloso e si riaprono la mattina e quando riappare il sole.
I frutti sono piccoli acheni di forma ovale, senza pappo.

Habitat:
Molto comune, la si trova nei prati, negli incolti e in genere nei luoghi calpestati. La disposizione della rosetta, appressata al suolo, evita che sia brucata dal bestiame e che sia falciata, questo permette il propagarsi della Pratolina in fitte ed estese colonie, impedendo lo svilupparsi dell'altra vegetazione erbacea. I fiori della pratolina sopportano senza danno, temperature molto rigide, in condizioni di aria secca anche sino -15 gradi. Copre una fascia altitudinale da 0 a 2.000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Bellis*: da “béllis” - pratolina, margheritina, pianta già citata da Plinio, deriva dal latino “béllus” - bello, ad indicare una pianta graziosa;
- *perennis*: perenne, che dura più anni, dal prefisso rafforzativo “per-“ e da “ánnus” - anno: per la longevità della pianta o per la fioritura nel corso di tutto l'anno.
- Il nome inglese, “daisy” parrebbe derivare dalla contrazione del nome anglosassone “days eye” - occhio del giorno, per la peculiarità del suo riaprirsi al sorgere del sole.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio, isole comprese.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: saponina, olio essenziale e grasso, tannini, sostanze amare, inulina, mucillagini e cera.
Antico è l'uso della pratolina nella medicina tradizionale, un unguento era utilizzato già ai tempi delle crociate come rimedio per i traumi e le ecchimosi.
Ritenuta un buon disintossicante, è pianta vulneraria, emolliente, detersiva, diuretica e astringente.
Per uso esterno le foglie fresche, applicate direttamente, venivano usate sin dai tempi antichi come cicatrizzante nel trattamento delle ferite e delle ulcere, per l'acne, eczemi e nelle dermatosi in genere, nelle infiammazioni del cavo orale, per le palpebre arrossate e per schiarire la pelle.
Per uso interno invece, i fiori hanno blanda proprietà lassativa, ma stimolano soprattutto la diuresi e la sudorazione, agendo come disintossicante.
In cucina possono essere utilizzate le foglie raccolte prima della fioritura, in insalata o per le zuppe, i capolini possono essere preparati sott'aceto.
Considerata a volte pianta infestante a causa del suo sviluppo tappezzante, è specie di grande ornamento per i tappeti erbosi.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
BOWN. D., 1995 . Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1171

Betonica officinalis L.

Famiglia - *Lamiaceae Martinov*

Nomi volgari:
Italiano: Betonica comune, Erba betonica
Deutsch: Echte Betonie
English: Bishop's Wort, Spiked Betony
Español: Betónica
Français: Épiaire officinale, Bétoine officinale

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.
W-Europ. - Europa occidentale dalla scandinavia alla Penisola Iberica.

Antesi: maggio - ottobre

Descrizione:
Pianta perenne, rizomatosa, erbacea, con fusti pelosi, eretti a sezione quadrangolare, può raggiungere il metro di altezza. Tutta la pianta emana un gradevole odore.
Le foglie da picciolate a sessili, le basali hanno lungo picciolo peloso, sono ovato-cordate, crenate con denti profondi più o meno arrotondati, rugose sulla pagina superiore con nervature marcate; le cauline sono quasi sessili o appena picciolate, con denti triangolari e pelosità variabile; nella parte alta del caule si trasformano gradualmente sino a ridursi a brattee.
I fiori sono disposti in verticillastri a forma di spiga densa e interrotta.
I fiori hanno calice campanulato a 5 sepali. La corolla rosa o porporina, ha un tubo bianco leggermente ricurvo; il labbro superiore diritto o ricurvo verso l'interno, è peloso all'esterno. Il labbro inferiore è trilobato: il lobo centrale maggiore, è dentato sull'orlo, i 2 laterali sono arrotondati. Gli stami sono 4, interni al tubo corollino, portano antere bruno-violette, il pistillo ha uno stilo rosato e uno stimma diviso.
I frutti sono poliacheni trigoni, di color castano.

Habitat:
Luoghi erbosi, prati aridi, pascoli, nardeti, molineti, boschi collinari e montani di latifoglie e nelle radure boschive dove forma talvolta vaste distese; predilige i terreni silicei, da 0 - 1.800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Betonica*: da Vettonica/Bettonica, pianta medicinale citata da Plinio e Pelagonius originaria della regione Iberica abitata dai Vettónes;
- *officinalis*: da "offícina" - laboratorio medioevale: piante usabili in farmaceutica, erboristeria, liquoristica, profumeria e simili, indica le proprietà medicamentose della pianta.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia eccetto le isole.

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
Costituenti principali: tannini, le betaine betonicina, stachidrina, turicina, sostanze amare.
Conosciuta un tempo come rimedio per tutti i mali, in realtà ha proprietà vulnerarie, astringenti, cicatrizzanti, aperitive, sedative, toniche e sudorifere.
Utile in tutte quelle affezioni che richiedono l'eliminazione degli acidi urici, per uso esterno in caso di ferite, contusioni, ascessi, ulcere, mal di gola e infiammazioni gengivali.
Oggi è usata raramente, ed occasionalmente nella medicina popolare, come rimedio contro la diarrea, i catarri delle vie respiratorie e l'asma.
Le foglie essiccate sono un ingrediente del tabacco da fumo e da fiuto, erano un tempo utilizzate per aromatizzare bevande e per preparare il tè.
Anche coltivata con fiori rosa o bianchi, come pianta per bordure.

Curiosità:
Le popolazioni dell'antico Egitto credevano fosse un'erba dotata di poteri magici. Antonius Musa, medico dell'imperatore Augusto, scrisse un libro sulle virtù di quest' erba, sostenendo che la Betonica è in grado di curare ben 47 diverse malattie.
La popolarità della pianta ha dato origine a diversi modi di direi, famoso quello veneto "esser cognossùo come la betonega" conosciuti come la betonica, di cose o persone molto conosciute; "vendi la tonica e compra la betonica" di cose che vale la pena di comprare; "ha più virtù della betonica" di persona che ha molte virtù; "betònega" o "petònega" in dialetto bergamasco, ma anche bresciano, è detto, di persona petulante e poco riservata, che non facendosi gli affari propri, conosce molto bene quelli degli altri.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D.M., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina, Zanichelli editore, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI)
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7504

Brachypodium rupestre *(Host) Roem. & Schult.*

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Paleo rupestre, Brachipodio rupestre
Deutsch: Felsen-Zwenke
English: Tor-grass
Español: Lastón
Français: Brachypode des rocher

Forma biologica:
H caesp - Emicriptofite cespitose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con aspetto di ciuffi serrati.

Tipo corologico:
Subatl. - Europa occidentale e anche piu' ad oriente nelle zone a clima suboceanico.

Antesi: aprile - luglio

Descrizione:
Pianta alta 40-70 cm. Ha la radice fascicolata, il fusto ipogeo ha stoloni sotterranei formanti densi cespugli, il fusto epigeo è un culmo eretto e glabro. Le foglie sono lineari a lamina larga 6-9 mm, convoluta verso l'apice pendulo. L'infiorescenza è una spiga lineare di spighette disposte di lato al rachide, brevemente peduncolate. I fiori sono delle spighette 10-20 flore di 6-9 mm non aristate e glabre. Il frutto è un cariosside.

Habitat:
Specie calciofila caratteristica dei prati e pascoli substeppici, dei margini erbacei meso-termofili dei boschi, presente anche nei gineprai e pinete. Cresce su pendii assolati, di solito calcarei, su suoli subaridi. Si trova dal livello del mare alla fascia alpina (0-2000 m s.l.m.).

res herbis

Etimologia:

- *Brachypodium*: dal greco “βραχὺς” “brachýs” - breve, corto e da “πόδιον” “pódion” - piedino, peduncolo: riferimento ai corti peduncoli delle spighette (subsessili);
- *rupestre*: da “rupes” - rupe, roccia: delle rocce.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
http://mitel.dimi.uniud.it/flora/scheda.php?id=992
http://dryades.units.it/euganei/index.php?procedure=taxon_page&id=7446&num=395
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1273

Bromopsis erecta (Huds.) Fourr.

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Forasacco eretto
Deutsch: Aufrechte Trespe
English: Erect brome, Upright brome, Meadow brome
Español: Bromo erguido
Français: Brome dressé, Brome érigé

Forma biologica:
H caesp - Emicriptofite cespitose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con aspetto di ciuffi serrati.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Queste piante arrivano ad una altezza di 4 - 8 dm (massimo 2 m).
La parte ipogea (sotterranea) del fusto è composta da stoloni. La parte epigea (aerea) del fusto è ginocchiata alla base e quindi ascendente e eretta. I culmi sono cavi a sezione più o meno rotonda e consistenza robusta. La superficie in genere è glabra e liscia.
Le foglie lungo il culmo sono disposte in modo alterno, sono distiche e si originano dai vari nodi. Sono composte da una guaina, una ligula e una lamina. Le venature sono parallelinervie.
La guaina è abbracciante il fusto ed è densamente villosa.
La ligula è membranosa e a volte è cigliata e finemente seghettata; gli apici sono troncati. Può essere subnulla o presentarsi con due orecchiette. Lunghezza della ligula: minore di 2 mm.
La lamina ha delle forme generalmente lineari e piatte; i margini sono cigliati mentre la superficie può essere densamente pelosa. Dimensione delle foglie: larghezza 2 – 4 mm; lunghezza 20 – 35 cm.
Le infiorescenze principali, terminali e ramificate, di 10 – 25 cm, sono formate da alcune spighette ed hanno la forma di una pannocchia eretta e contratta. La fillotassi dell'infiorescenza inizialmente è a due livelli, anche se le successive ramificazioni la fa apparire a spirale.
Le spighette (infiorescenze secondarie) di 30 mm, hanno forme lanceolato-acuminate e compresse lateralmente, sottese da due brattee distiche e strettamente sovrapposte chiamate glume (inferiore e superiore), sono formate da 7 a 9 fiori. Possono essere presenti dei fiori sterili; in questo caso sono in posizione distale rispetto a quelli fertili. Alla base di ogni fiore sono presenti due brattee: la palea e il lemma. La disarticolazione avviene con la rottura della rachilla tra i fiori o sopra le glume. Le spighette possono essere ispide e screziate di violaceo (o anche rosse o verdi).
I fiori fertili sono attinomorfi formati da 3 verticilli: perianzio ridotto, androceo e gineceo.
I frutti sono del tipo cariosside, ossia sono dei piccoli chicchi indeiscenti colorati di scuro, con forme ovoidali, nei quali il pericarpo è formato da una sottile parete che circonda il singolo seme. In particolare il pericarpo è fuso al seme ed è aderente. L'endocarpo non è indurito e l'ilo è lungo e lineare. L'embrione è piccolo e provvisto di epiblasto ha un solo cotiledone altamente modificato (scutello senza fessura) in posizione laterale. I margini embrionali della foglia non si sovrappongono.

Habitat:
È una delle più comuni ed abbondanti componenti dei prati aridi, ma appare anche negli orli boschivi, dal livello del mare alla fascia montana (dai 0 ai 1500 m s.l.m.).

res herbis

Etimologia:

- *Bromopsis*: da "Bromus" - forasacco e dal greco "ὄψις ópsis" - aspetto, somiglianza: genere affine al *Bromus*;
- *erecta*: per il portamento eretto, ritto.

Distribuzione in Italia:
Il forasacco eretto è una specie a distribuzione centrata sull'Europa meridionale presente in tutte le regioni d'Italia. La distribuzione regionale si estende su tutto il territorio; in Carso la specie è comune nelle lande.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=9182
https://it.wikipedia.org/wiki/Bromus_erectus
http://dryades.units.it/dolomitifriulane/index.php?procedure=taxon_page&id=7404&num=4759

Bromus hordeaceus L.

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Forasacco peloso, Bromo peloso, Spigolina
Deutsch: Weiche Trespe
English: Soft brome
Español: Barbas de Macho
Français: Brome mou

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Queste piante arrivano ad una altezza di 1-4 dm (massimo 8 dm).
Le radici sono per lo più fascicolate; a volte sono secondarie da rizoma.

I culmi sono cavi a sezione più o meno rotonda e sottile. Il portamento in genere è solitario-ascendente (alla base sono ginocchiati o anche striscianti). Nella parte apicale sono nudi con una breve pubescenza riflessa.
Le foglie lungo il culmo sono disposte in modo alterno, sono distiche e si originano dai vari nodi. Sono composte da una guaina, una ligula e una lamina. Le venature sono parallelinervie.
La guaina è abbracciante il fusto e priva di auricole. La pubescenza è di tipo villoso con peli molli, brevi o allungati.
La ligula (1 mm) è membranosa e a volte è cigliata.
La lamina, a consistenza morbida, ha delle forme lineari generalmente piane. Entrambe le facce sono pubescenti. Dimensioni della lamina: larghezza 5-7 cm; lunghezza 5-22 cm.
Le infiorescenze principali (pannocchia di 8-15 cm.) sono ascellari e terminali, in genere ramificate (i rami sono ispidi di 2-3 cm) e sono formate da alcune spighette ed hanno la forma di una pannocchia densa e contratta a forma ovoide. La fillotassi dell'infiorescenza inizialmente è a due livelli, anche se le successive ramificazioni la fa apparire a spirale. Alla fruttificazione l'infiorescenza è contratta e le spighette sono più o meno erette.
Le spighette (infiorescenze secondarie di 15-20 mm), brevemente pedicellate, con forme oblunghe, sottese da due brattee distiche e strettamente sovrapposte chiamate glume (inferiore e superiore), sono formate da 4 a 7 fiori. Possono essere presenti dei fiori sterili; in questo caso sono in posizione distale rispetto a quelli fertili. Alla base di ogni fiore sono presenti due brattee: la palea e il lemma. La disarticolazione avviene con la rottura della rachilla tra i fiori o sopra le glume.
I fiori fertili sono attinomorfi formati da 3 verticilli: perianzio ridotto, androceo e gineceo.
I frutti sono del tipo cariosside, ossia sono dei piccoli chicchi indeiscenti colorati di marrone scuro, con forme ovoidali, nei quali il pericarpo è formato da una sottile parete che circonda il singolo seme. In particolare il pericarpo è fuso al seme ed è aderente. L'endocarpo non è indurito e l'ilo è lungo e lineare. L'embrione è piccolo e provvisto di epiblasto ha un solo cotiledone altamente modificato (scutello senza fessura) in posizione laterale. I margini embrionali della foglia non si sovrappongono.

Habitat:
Cresce in praterie da sfalcio ad *Arrhenatherum* e in prati magri, su suoli argillosi mediamente asciutti ma non aridi, piuttosto ricchi in composti azotati, dal livello del mare alla fascia montana (0 - 1900 m s.l.m.). Si rinviene sporadicamente nella fascia esterna degli stagni temporanei sardi in siti ruderali

Etimologia:
- *Bromus*: dal greco "βρῶμα" "bróma" - cibo, nutrimento: nome che già Teofrasto attribuiva a una graminacea alimentare;
- *hordeaceus*: da Hordeum orzo: simile all'orzo.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
https://it.wikipedia.org/wiki/Bromus_hordeaceus
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1330
http://dryades.units.it/stagnisardi/index.php?procedure=taxon_page&id=7417&num=441

Campanula rapunculus L.

Famiglia - *Campanulaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Campanula commestibile, Campanula raponzolo, Raponzolo, Raperonzolo
Deutsch: Rapunzel-Glockenblume
English: Rampion bellflower
Español: Campanilla de todo el año, Rapinchos
Français: Campanule raiponce

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: aprile – settembre

Descrizione:
Pianta erbacea bienne con fittone ingrossato, lungo fino a 10 cm, bianco e carnoso, fusiforme.
Fusto glabro o soltanto leggermente peloso, sottile, angoloso, eretto, semplice o ramificato in alto, scarsamente fogliato, alto fino a 100 cm.
Le foglie basali sono disposte in rosetta, si sviluppano alla fine dell'autunno o in primavera, sono oblunghe-obovate con lembo verde chiaro, ondulato e con margine denticolato che si attenua in un picciolo. Dalla primavera inoltrata, con lo sviluppo dello scapo fiorale, si formano le foglie superiori ridotte (1,5 cm), lanceolate o lineari, alterne e rade, sessili.
I fiori ascellari di colore blu-lillacino, raramente anche rosei o bianchi, riuniti in grappoli o pannocchie rade, lunghe e strette, sono picciolati con un calice glabro a 5 denti lineari, patenti o riflessi, lunghi più della metà della corolla gamopetala di 1-2 cm, glabra, più lunga che larga, divisa in cinque lobi a lesina, poco allargati e ripiegati all'infuori, che misurano circa un terzo della stessa. Stilo semplice, peloso, 3 stimmi, 5 stami liberi con filamento gonfio alla base.
Il frutto è una capsula deiscente con molti semi.

Habitat:
Vegeta in ogni luogo, ma preferisce terreni calcarei e si sviluppa su terreni incolti, ai bordi di strade, nei campi, prati aridi e oliveti fino 1500 m di altitudine.

res herbis

Etimologia:

- *Campanula*: diminutivo di "campána": campanella, per descrivere la forma del fiore;
- *rapunculus*: raperonzolo, diminutivo di "rápum" - rapa: per le radici ingrossate come quelle di piccole rape.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia, tranne che nelle isole Sardegna e Sicilia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Per uso esterno le sue foglie vengono utilizzate con applicazioni, per combattere le verruche, e l'infuso dei suoi fiori come preparato per gargarismi.
È pianta commestibile ed assai ricercata, infatti in cucina le radici sono usate crude in insalata per il sapore dolciastro dovuto all'inulina e le sue foglie basali arricchiscono col loro sapore amarognolo, ma gradevole, in miscuglio con altre erbe, le insalate, le zuppe, le minestre e le torte. Poiché la sua radice non contiene amido ma inulina la quale scindendosi produce levulosio anziché glucosio, può essere consumata tranquillamente anche dai diabetici.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
Flora Helvetica - K. Lauber, G. Wagner
An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora - F.Conti, G.Abbate, A.Alessandrini, C.Blasi
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1528

Campanula trachelium L.

Famiglia - *Campanulaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Campanula selvatica, Imbutini
Deutsch: Nesselblättrige Glockenblume
English: Nettle-leaved Bellflower
Español: Campanilla
Français: Campanule gantelée

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: maggio – ottobre

Descrizione:
Pianta erbacea perenne con robusta radice a fittone, anche legnosa e fusti eretti, più o meno arrossati, semplici o ramificati, alati o con spigoli acuti e peli patenti, alti fino a 1 m.
Foglie basali lunghe fino a 10 cm con lungo picciolo alato e lamina ovata-triangolare, cuoriforme, ispida, grossolanamente dentata al margine e acuminata all'apice, le superiori progressivamente ridotte, da ovato-triangolari a lanceolate fino a lineari-lanceolate, ruvide, dentellate, quasi sessili, molto simili a quelle dell'ortica.
Le infiorescenze in lunghi racemi fogliosi, semplici o ramificati, con piccole brattee alle biforcazioni, portano 2 -3 fiori su ciascun peduncolo che di norma è più corto dei fiori.
Il calice vellutato-cigliato lungo circa 1 cm, ha 5 denti eretti-patenti, triangolari-lanceolati, lunghi circa metà della corolla. La corolla imbutiforme, pelosa, lunga 3-5 cm, ha 5 lobi triangolari eretti più o meno mucronati, di colore blu-porpora o blu pallido, qualche volta bianco. 5 stami e tre stimmi, ovario supero sincarpico a 3 carpelli.
Il frutto è una capsula pelosa, ovoide, pendula, con calice accrescente, deiscente per pori subapicali.

Habitat:
Vegeta nei cespugli, radure e boschi termofili di latifoglia. Si trova sui cigli delle strade. Copre una fascia altitudinale che va dal piano fino a 1500 m s-l.m.

Etimologia:

- *Campanula*: diminutivo di "campána" - campanella;
- *trachelium*: dal greco "trachelos" – trachea, per la somiglianza del fiore ad una gola e per l'uso che ne veniva fatto nella cura delle tracheiti.

Areale: Il suo areale comprende la maggior parte dell'Europa centrale e meridionale, ad est raggiunge la Vistola e il Don, al nord la Scozia e l'Irlanda, manca nella Fennoscandia, a ovest si rarefà nella penisola Iberica, ma si ritrova nelle zone fresche dell'Africa settentrionale, dell'Anatolia pontica (Mar Nero), raggiunge il Caucaso e i monti dell'Iran.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia eccetto la Sardegna.

Protezione:
Entità protetta in Calabria e Lombardia.

Utilizzi:
Entità officinale.
Le radici erano usate come collutorio per dare sollievo a gole infiammate.

Bibliografia:
PIGNATTI S., Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna 1982
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori, 2005
LAUBER K., WAGNER G., Flora Helvetica, Berna 2001
ANSALDI M., MEDDA E., PLASTINO S., I fiori delle Apuane, Mauro Baroni & c. s.a.s., Viareggio 1994
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1546

Capsella bursa-pastoris (L.) Medik.

Famiglia - *Brassicaceae Burnett*

Nomi volgari:
Italiano: Borsapastore comune, Borsa del pastore comune
Deutsch: Hirtentaschel
English: Shepherd's Purse
Español: Bolsa de pastor
Français: Capselle bourse-à-pasteur

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta annuale o biennale, alta 10 – 60 cm, erbacea, di aspetto estremamente variabile, con radice legnosa a fittone, fusti eretti, esili, ramificati glabri o coperti di corti peli. La pianta, se stropicciata, emana un forte odore di solforato.
Le foglie hanno forma estremamente variabile, le basali riunite in rosetta, hanno un breve picciolo, sono lanceolato-lobate, dentate o intere, le cauline sono sessili, hanno forma sagittata e sono amplessicauli, progressivamente intere e glabre.
I fiori sono ermafroditi, riuniti in piccoli grappoli terminali su racemi senza foglie; di colore bianco, hanno calice composto da 4 sepali verdi, ovali e aperti. La corolla è composta da 4 petali bianchi, opposti, più lunghi dei sepali del calice.
I frutti sono siliquette appiattite, cuoriformi, con i lati rettilinei o leggermente convessi; contengono piccoli semi oblunghi di colore marrone.

Habitat:
Adattandosi ad ogni tipo di clima vegeta negli orti, nelle vigne, lungo i vecchi muri, negli incolti, nei luoghi coltivati, nelle radure dei boschi; si tratta di specie a più cicli: i semi cadono appena nascono, per cui la si può trovare fiorita tutto l'anno. Generalmente fra 0 e 1.800 m, ma anche sino a 2.600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Capsella*: diminutivo di “capsa” - cassettina atta a contenere volumi per poi assumere il significato di contenitore di oggetti preziosi, cofanetto, piccola borsa. Con riferimento all'aspetto della siliquetta che ricorda un sacchetto;
- *bursa-pastoris*: borsa del pastore, da “bursa” - borsa e dal genitivo di “pastor” - pastore: riferimento alla forma triangolare delle siliquette con base a forma di cuneo, che ricordano la bisaccia usata dei pastori.

Distribuzione in Italia:

Pianta molto comune, indigena dell'Europa e dell'Africa occidentale, si è diffusa con le coltivazioni del frumento, divenendo una delle infestanti più cosmopolite. Presente in tutto il territorio Italiano.

Utilizzi:

Entità commestibile e officinale.

Costituenti principali: tannini, flavonoidi (tra cui esperidina, diosmina e rutina), olio essenziale solforato, alcaloidi, acidi organici, saponine.

Utile nelle metrorragie e nelle menorragie di lieve entità, della pubertà e della menopausa; capace di frenare e regolare i flussi mestruali troppo abbondanti. In questi casi agisce a livello della muscolatura uterina, favorendone la contrazione e determinando, come conseguenza, un freno all'emorragia in corso e di riflesso regolarizza la cadenza del ciclo mestruale.

Utile anche nella cura delle epistassi, delle diarree, delle emorroidi e delle varici. Lo stelo fresco, tritato e macerato per 24 ore nell'aceto può essere applicato sulle infezioni cutanee.

Dopo la scoperta degli alcaloidi della Segale cornuta il suo impiego è stato abbandonato a causa della scarsa affidabilità dei suoi effetti, che dipendono dall'età del preparato.

Dai semi, in tempo di carestia, si estraeva olio.

In botanica la pianta viene inoltre usata come organismo modello per lo studio della morfogenesi, mentre l'industria ne ricava insetticidi.

Pur essendo commestibile, la Capsella si consuma generalmente con altre insalate rustiche, in particolare si accompagna bene con il radicchio selvatico. In alcune località viene mangiata anche cotta.

Curiosità:

Per migliaia di anni la Borsa del pastore è stata impiegata come alimento: i semi di questa pianta sono stati ritrovati nello stomaco dell'uomo di Tollund, (ca. 500 a.C.- 400 d.C.) e negli insediamenti neolitici di Çatal Hüyük, importante centro abitato dell'epoca neolitica sito nella regione di Konya in Turchia, che risalgono al 6.000 a.C.

I semi di C. bursa-pastoris, quando si inumidiscono secernono un fluido viscoso in grado di catturare insetti ma, sebbene sia stata dimostrata la produzione di enzimi digestivi e la capacità di assorbimento degli elementi organici intrappolati sulla superficie, ancora non si conoscono i vantaggi che potrebbe trarre la pianta da questa situazione.

Le sue proprietà medicinali furono riconosciute nel XVI secolo dal naturalista senese Mattioli.

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.

CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.

AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.

BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.

JAUZEIN P. Flore des champs cultiveè, INRA, Paris. 1995

AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=501531

Cardamine hirsuta L.

Famiglia - *Brassicaceae Burnett*

Nomi volgari:
Italiano: Billeri primaticcio, Cardamine irsuta
Deutsch: Vielstängeliges Schaumkraut, Behaartes Schaumkraut
English: Hairy bitter-cress
Español: Mastuerzo menor
Français: Cardamine hérissée

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta erbacea annuale, assai polimorfa, con radice sottile a fittone; fusti alti 3-25 cm, eretto-ascendenti, generalmente numerosi, ramosi alla base, striati, subglabri con scarsi peli patenti nella parte inferiore e spesso violacei in alto e sulle silique.
Foglie basali in rosetta, persistenti durante l'antesi, picciolate, lirato-pennatosette, divise in 4-8 paia di segmenti ovali o suborbicolari, ottusamente lobati, con segmento apicale più grande, reniforme; le cauline minori, da 2 a 6, lunghe 1-6 cm, senza orecchiette basali e con segmenti subopposti spatolato-lineari o cuneato-tridentati; sono presenti minuscoli peli sparsi (visibili con la lente) sul lato superiore e sui piccioli di tutte le foglie.
L'infiorescenza è formata da densi racemi corimbiformi allungati durante l'antesi, con circa 15 fiori pedicellati. I sepali di 1,5-2 mm sono pubescenti nella metà superiore. La corolla ha 4 petali (2,5-3,5 mm) bianchi, interi. Gli stami sono 4 con antere gialle. Stilo di 0,5 mm.
Il frutto è una siliqua lineare di 1 x 18-25 mm, eretta e più o meno appressata al fusto, generalmente superante i fiori; alla maturità si apre di scatto per liberare i piccoli e numerosi semi rettangolari e compressi di colore bruno.

Habitat:
Incolti, prati, bordi stradali, orti, greti, muri, da 0 a 1400 m s.l.m.
Generalmente specie sinantropica, di rapida vegetazione, che predilige luoghi umidi e può diventare molto invasiva negli orti e nei giardini.

Etimologia:

- *Cardamine*: dal greco “καρδαμίνη” “kardamíne” (in Dioscoride) formato da “καρδια” “cardía” - cuore e “ἀμύνω” “amýno” - difendere, per le supposte proprietà cardiotoniche;
- *hirsuta*: irsuto: per la presenza di peli minuti o radi.

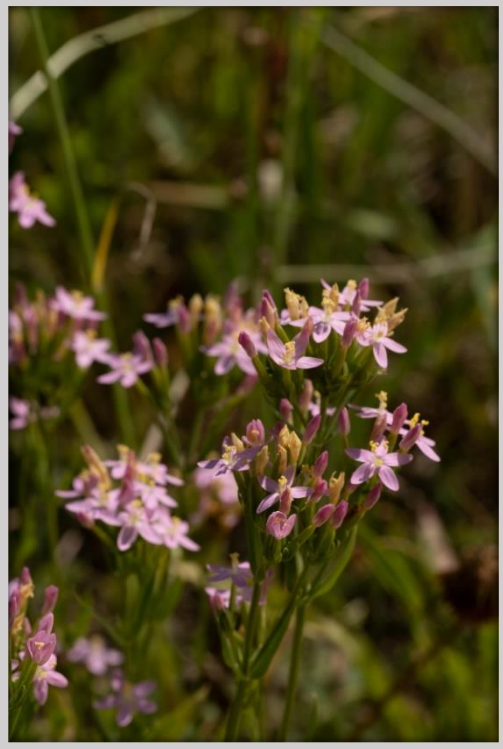
Distribuzione in Italia:
Comunissima in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
La pianta contiene composti organici solforati ricchi di vitamine e sali minerali per cui ha effetti vitaminizzanti, diuretici, ricostituenti, antianemici e antireumatici.
Inoltre, le foglie dal sapore piccante, simile a quello di crescione, vengono spesso aggiunte per aromatizzare insalate, minestre e contorni.

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
Index Plantarum Flora Italicae - Indice dei nomi delle specie botaniche presenti in Italia
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=501431

Centaurium erythraea Rafn

Famiglia - *Gentianaceae Juss.*



Nomi volgari:
Italiano: Cacciafebbre, Centauro eritreo, Erba china
Deutsch: Echtes Tausendgüldenkraut
English: Common centaury
Español: Centáurea menor
Français: Petite centaurée commune

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: aprile - settembre

Descrizione:
Pianta erbacea annua o bienne, glabra e con radice fittonante alta 10 - 60 cm.
Fusto eretto, glabro, tetragono; generalmente solitario e ramificato nella parte apicale con rami appressati.
Foglie basali di colore verde chiaro, formanti una rosetta persistente con corto picciolo e di forma oblanceolata o ellittica, margine intero, all'antesi sono caduche; le cauline opposte, sessili di forma ovale-allungata e molto più piccole.
Infiorescenza a corimbo terminale appiattito con cime bifore e fogliose.
Fiori pentameri (raramente tetrameri), imbutiformi e di un colore che può essere rosa pallido o intenso (raramente bianchi).
Il frutto è una capsula sub-cilindrica di 2 x 10 mm, superante il calice e con 2 logge.

Habitat:
Pianta termofila che vegeta frequentemente nelle chiarie di boschi, radure, prati asciutti, margine dei sentieri e anche in terreni sabbiosi. Il range altitudinale è da 0 a 1500 m s.l.m.

Etimologia:

- *Centaurium*: secondo alcuni deriva dal latino “centaurus”, a sua volta dal greco “κένταυρος” “céntauros” - centauro, figura mitologica metà uomo e metà cavallo; secondo alcuni dall'erba cantauria, citata da Lucrezio, Virgilio e Plinio; per altri da “κενταύριον” “centaúrion” nome utilizzato da Ippocrate e Teofrasto per una pianta le cui proprietà medicali sarebbero state scoperte dal mitico centauro Chirone figlio di Crono e Filira ed esperto guaritore. Fu maestro di Asclepio e lo iniziò alla cura del corpo con le erbe. Così curò la ferita di Chirone al piede e infertagli da Ercole. Secondo la leggenda per tali qualità, alla sua morte fu trasformato da Giove in una costellazione, quella del saggittario. Secondo altri deriva da “κενταύριον” “centaúrion”, nome utilizzato da Dioscoride per una pianta a fiori rossi;
- *erythraea*: da Erythrae Eritre, città nell'Asia Minore, Eritrea: eritreo, dell'Eritrea, Secondo altri l'epiteto deriva dal greco "erytros"="rosso", alludendo al colore dei suoi fiori.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio italiano dal piano all'alta collina.

Utilizzi:
Entità officinale.
Nell'antichità la pianta veniva chiamata "fel terrae" = "fiele della terra" a causa del suo gusto molto amaro. Tale caratteristica viene presa per la presenza di sostanze quali: glucosidi amari, gentiopicrina, eritaurina, acidi fenolici, tripteni, flavonidi, acidi grassi, resine.
Della pianta si usano foglie e sommità fiorite, fatte essiccare all'ombra, in luogo asciutto e ventilato.
Per tanto tempo è stato adoperato come surrogato del chinino; sottoforma di decotto o infusione o tintura madre, nella medicina popolare e in erboristeria viene utilizzato come carminativo, coleretico, depurativo, stomachico, tonico, vermifugo. Il sovradosaggio provoca irritazione alle vie digestive con vomito e diarrea.
Le foglie verdi pestate vengono utilizzate per disinfettare piaghe, come cicatrizzante e anche come dopo shampoo per la cura dei capelli.

Curiosità:
I fiori si aprono di mattina se c'è bel tempo e si richiudono verso mezzogiorno. Anche una piccola nuvola passeggera è in grado di farli chiudere.
Durante il Medioevo fu largamente coltivato, per le sue virtù terapeutiche, specialmente dai popoli Galli.
Oggi si usa anche per la preparazione del liquore chiamato "vermuth" con effetti "eupeptici" sulla secrezione gastrica.

Bibliografia:
RAMEAU J.-C., MANSION D., DUMÉ G., GAUBERVILLE C., 1996 1° vol.- Flore forestière française, Institut pour le développement forestier, AgroParis Tech-ENGREF
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
ZANGHERI P., 1976 Flora italica I-II, CEDAM, Padova
POLUNIN M., ROBBINS C., 1992 - Medicina Naturale - Ed. De Agostini
MC INTYRE A., 1997, Fiori della Salute, Corbaccio Ed.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=1963
http://www.treccani.it/vocabolario/centaurio/

res herbis

Chenopodium album L.

Famiglia - *Chenopodiaceae Vent.*

Nomi volgari:
Italiano: Farinello comune, Chenopodio bianco, Chenopodio comune
Deutsch: Weisser Gänsefuss
English: White goosefoot
Español: Armuelle borde
Français: Chénopode blanc

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: maggio – dicembre

Descrizione:
Pianta erbacea annua alta 10 - 200 cm.
Il fusto è eretto, irregolarmente ramificato già dalla base, più o meno glauco, costoluto, con striature vermiglie alle ascelle dei rami e farinoso nella parte alta.
Le foglie sono polimorfe, picciolate, più o meno farinose, facce concolori, alterne, lamina da rombico-ovata a lanceolata (generalmente più lunghe di 1,5 volte la larghezza) progressivamente ristrette alla base e sub-ottuse all'apice. Il margine è intero o sinuoso-dentato (3-6 coppie per lato), o seghettato; foglie minori 3 - 4 cm lanceolate, subintere con lamina farinosa inferiormente; talvolta le foglie giovani possono presentare arrossamenti nei pressi dell'attaccatura del picciolo o in tutta la pagina inferiore e nel margine fogliare.
L'infiorescenza è spiciforme e fogliosa, formata da glomeruli compatti, subglobosi e interrotti 3 - 4 mm, posti all'ascella dei rametti primari e secondari; le spighe della parte superiore si presentano più allungate.
Fiori ermafroditi, di colore verdastro.
Il frutto è un utricolo depresso-ovoide di 1,5 mm che avvolge un unico seme obovato di 1,2 - 1,6 mm, nero, rotondo, lenticolare, disposto orizzontalmente, con margine da appianato ad acuto e superficie lievemente rugoso-crestata.

Habitat:
Colture sarchiate, cereali primaverili, ruderi, viottoli, terreni ricchi di azoto e più o meno assolati. Si trova da 0 a 1500 m s.l.m. (in casi isolati è stato rinvenuto anche oltre i 2500 m).

Etimologia:

- *Chenopodium*: dal greco “χήν” “chén” - oca e da “πόδιον” “pódion” - piede: riferimento alla forma delle foglie;
- *album*: da “albus” - bianco riferito alla sfumatura bianca che assumono varie parti della pianta.

Distribuzione in Italia:
È presente in tutta Italia.

Esoticità:
Entità protetta in Friuli-Venezia Giulia.

Utilizzi:
Entità commestibile.
L'uso della pianta risale nella preistoria con testimonianze ritrovate negli scavi in alcuni stati europei (Danimarca, Svizzera, Spagna, Francia e nelle Americhe).
Nella medicina popolare per il suo contenuto in ferro, vitamina A - B - C, veniva usata come antiflogistica, lassativa, antireumatica.
I semi contengono Lisina, precursore di una vitamina come la Niacina, essenziale per l'organismo umano che non è in grado di sintetizzarla.
In Italia viene ancora utilizzata in alcune regioni (specialmente la Toscana) per preparate il ripieno per i ravioli o per colorare la pasta.

Curiosità:
Questa pianta, spontanea nell'America boreale, veniva coltivata dagli indigeni del Nuovo Messico, dell'Arizona e dello Utah perché la consumavano cotta per minestre e con i semi ridotti in farina panificavano per fare focacce o usata come la nostra polenta.
La stessa specie fu coltivata in Asia e India per superare le carestie e tenere in vita uomini e animali. Con la coltivazione degli spinaci cadde in disuso.
È una specie parecchio invasiva, tanto da mettere in difficoltà la coltura di altre piante come le patate, il frumento e gli ortaggi in genere, oggi viene ormai indicata tra le malerbe.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
Tavole delle Malerbe, 1981, Ed. Ciba Geigy
Flora Iberica - Plantas vasculares del la Peninsula Iberica e Islas Baleares
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2091

res herbis

Cichorium intybus L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:

Italiano: Cicoria comune, Cicoria selvatica,

Radicchio, Cicoria

Deutsch: Gemeine Wegwarte

English: Common chicory

Español: Achicoria común

Français: Chicorée amère, chicorée sauvage

Forma biologica:

H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:

Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.

Antesi:

giugno – ottobre

Descrizione:

Pianta bienne o perenne, alta 20 – 150 cm, erbacea, con radice a fittone, cilindrica o conica, lunga e ramificata. Se recisa, secerne un latice bianco dal sapore amaro. I fusti sono eretti, con rami rigidi e divaricati, con peli rivolti verso il basso.

Le foglie basali sono riunite in rosetta. Pelose, nei luoghi secchi, glabre nei luoghi erbosi, di colore verde scuro, spesso sono soffuse di rosso, specie sulla nervatura. Le foglie cauline sono alterne e sessili, le inferiori lobate e pelose di sopra, le superiori oblunghe e lanceolate.

I fiori ligulati, sono riuniti in capolini di 2 - 3 elementi portati da brevi peduncoli. Sono di colore azzurro intenso, più raramente bianchi o rosa. Le infiorescenze si chiudono nel pomeriggio e con il brutto tempo.

I frutti sono acheni color sabbia con cinque lati ispidi sull'orlo, sormontati da pappo.

Habitat:

Luoghi erbosi e campi incolti, lungo i margini delle strade; 0÷1.200 m s.l.m.

Etimologia:

- *Cichorium*: da “cichorium” (in Plinio) o “cichoreum”, derivato dal greco “κιχόρη” “cichóre” o “κίχορα” “cíchora” o “κιχόριον” “cichórion” (in Teofrasto): cicoria. Questa pianta veniva già citata nel Papiro di Ebers (circa 1550 a.C.);
- *intybus*: nome latino della cicoria, indivia. “Intĭbus” in Virgilio poi “intubus” e “intybus”, dal greco “ἴντῠβος” “íntybos” (in Aezio e Galeno), derivato a sua volta dall'egiziano “tybi” che significava gennaio, per il periodo locale di crescita della pianta.

Distribuzione in Italia:

Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:

Entità commestibile, officinale, buona mellifera

Principali costituenti: lattoni sesquiterpenici, derivati dell'acido caffeico, idrossicumarine, flavonoidi, sali minerali, vitamine, aminoacidi.

Erba amara, diuretica, leggermente lassativa, stomachica, antinfiammatoria, febbrifuga, ad azione tonica sul fegato e la cistifellea, è ottima come depurativo per la presenza dell'acido dicaffeiltartarico, e per questo è indicata nel drenaggio e come coadiuvante nelle terapie dimagranti.

Con le radici cotte, o pestate fresche, si ottiene una maschera rinfrescante ed emolliente da applicare sul viso, per combattere gli arrossamenti della pelle.

Gli ingredienti attivi contenuti nella cicoria, sono stati studiati presso il Centro Resnati, dell’Ospedale San Raffaele di Milano, per valutarne l'efficacia nel trattamento dell'alopecia androgenetica, pare con risultati incoraggianti.

In cucina si possono utilizzare le foglie per preparare insalate sia crude che cotte, poiché sono saporite, ma amare.

L'uso della cicoria (radici tostate) come surrogato del caffè, introdotto dal botanico e medico padovano Prospero Alpini nel 1600 circa, aveva allora scopo terapeutico. Solo in seguito nel 1690 circa, la cicoria venne coltivata come succedaneo del caffè dagli olandesi, da qui il nome di "caffè olandese". La coltivazione di cicoria a questo scopo, ebbe un grande impulso in seguito al blocco continentale, quando

Napoleone si oppose all'importazione della canna da zucchero e anche del caffè.

Tuttora come verdura, è un'importante coltura diffusa in tutta l'Europa continenatale. Esistono 3 tipi principali di cicoria da fogliame: le cultivar amare, a foglia increspata (catalogna), coltivate come verdura invernale; quelle a foglia stretta (tipo cicoria belga) consumate perlopiù in insalata; quelle a foglia larga (tipo trevigiana a foglie rosse o radicchio), che si consumano crude o cotte.

Bibliografia:

PIGNATTI S., Flora d'Italia.Edagricole, Bologna. 1982

CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma. 2005

ARIETTI N., La flora economica e popolare del territorio bresciano. Geroldi. Brescia 1974.

BOWN. D., Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London. 1995

TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990.

AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI). 2005

CATTABIANI A. Florario. Arnoldo Mondadori Editore, Milano. 1996.

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=506152

res herbis

Cirsium arvense (L.) Scop.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Cardo campestre, Cirsio dei campi, Stoppione, Scardaccione
Deutsch: Acker-Kratzdistel
English: Creeping thistle
Español: Cardo cundidor
Français: Cirse des champs

Forma biologica:
G rad - Geofite radicigemmate. Piante con organi perennanti sotterranei che portano le gemme da cui, ogni anno, si riforma la parte aerea.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile - settembre

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, policefala, con rizoma sotterraneo biancastro, molto profondo, da cui si sviluppano i polloni; fusto eretto, solcato longitudinalmente, pubescente, spesso rossastro, ramoso nella parte superiore, alto 80-150 cm.
Le foglie basali sono riunite in rosetta, indivise, quelle del caule generalmente non decorrenti sul fusto, più o meno glabre sopra.
L'infiorescenza raccolta in capolini piccoli solitari, con involucro spesso rossastro, formato da numerose brattee spinose ed appressate rivolte all'esterno.
Fiori tubulosi color rosa purpureo, quasi filiformi, di 12-15 mm di lunghezza.
I frutti sono acheni lisci di pochi mm, muniti di un pappo biancastro a setole piumose.

Habitat:
Questa specie si è adattata soprattutto a terreni coltivati e nei campi di ogni tipo, diventando spesso infestante, arrecando danni per l'azoto che consuma e lo spazio che occupa. È presente anche nelle discariche, sugli argini dei fiumi e dei canali, nei luoghi erbosi incolti, dalla pianura alla regione montana, fino a 1750 metri di altitudine.

Etimologia:

- *Cirsium*: dal greco “κίρσιον” “kírsion” – cardone, da “κιρσός” “kirsós” - varice, ingrossamento delle vene: questa patologia veniva un tempo curata con piante appartenenti a questo genere (venivano usate le radici);
- *arvense*: da “arvum” - campo, suolo arativo: riferimento all'ambiente di crescita.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile.
Le radici hanno proprietà digestive, lenitive, depurative, diuretiche e lassative. Stimolano la digestione lenta, eliminano la formazione di gas nell'intestino, sono disintossicanti del fegato ed eliminano le manifestazioni cutanee pruriginose.
Le sue giovani foglie vengono usate in cucina, ancora tenere, miscelate ad altre erbe, lessate e saltate in padella con olio ed aglio. Sia le foglie tenere, che i ricettacoli fiorali sono buonissimi anche crudi, perché hanno gusto dolce e salato contemporaneamente, che richiamano il sapore del carciofo.
Gli aculei dei pappi possono provocare infiammazioni cutanee ed irritazioni agli occhi.

Bibliografia:
PIGNATTI S., Flora d'Italia. Edagricole, Bologna. 1982
FLORA HELVETICA di K. Lauber e G.Wagner 2001
An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora - F.Conti, G.Abbate, A.Alessandrini, C.Blasi 2005
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2144

Cistus creticus subsp. eriocephalus (Viv.) Greuter & Burdet

Famiglia - *Cistaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Cisto rosso
Deutsch: Graubehaarten Zistrose
English: Hairy Rockrose
Español: Estepa menorquina
Français: Ciste de Crète

Forma biologica:
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: marzo – maggio

Descrizione:
Nano-fanerofita arbustiva sempreverde, alta 30-100 cm, con odore erbaceo; fusti molto ramificati, lignificati alla base, lanosi e bianco-grigiastri all'apice, ricoperti di peli semplici misti a peli stellati; corteccia bruno-rossiccia.
Foglie opposte, con breve picciolo (3-15 mm) dilatato-guainante alla base; lamina ovale o ellittica (1-2 x 2-4 cm), rugoso-reticolata e con margine piano o lievemente ondulato, orlato di un feltro bianco di peli stellati; la pagina inferiore con nervatura pennato-reticolata molto evidente.
Infiorescenza in cime terminali pauciflore con fiori ermafroditi disposti su peduncoli villosi e robusti di 5-15 mm all'ascella di foglie bratteiformi lineari.
Calice persistente con 5 sepali triangolari, subeguali, acuminati, provvisti di lunghi peli villosi che coprono completamente i peli stellati.
Corolla dialipetala, presto caduca, con 5 ampi petali plissettati di 2-3 cm, di color rosa intenso o viola chiaro (raramente bianco) ad unghia gialla.
Stami numerosi, di color giallo arancio. Ovario supero. Stilo filiforme allungato.
Il frutto è una capsula ovata, villosa, bruna, deiscente per 5 valve, contenente numerosi piccoli semi poliedrici.

Habitat:
Macchie mediterranee, garighe, al limite dei boschi (prevalentemente lecceti) in posizioni assolate, su suoli calcarei o silicei. Si trova da 0 a 800 m s.l.m.
Specie eliofila e termofila.

Etimologia:

- *Cistus*: dal greco “κίστη” “kíste” - scatoletta, capsula, cesta (già in Dioscoride appare come nome di una pianta da cui si estraeva una sostanza resinosa (ladano) che veniva utilizzata come incenso): descrive la caratteristica del frutto maturo, una capsula che aprendosi di scatto espelle i semi;
- *creticus*: dall'antico greco “Κρήτη” “Krētē” - Creta: dell'isola di Creta, cretese;
- *eriocephalus*: dal greco “ἔριον” “érion” - lana e “κεφαλή” “cephalé” - testa: con calice o capolino lanoso, con riferimento alle capsule densamente villose.

Distribuzione in Italia:

Presente in gran parte del territorio, fatte le eccezioni delle regioni Valle d’Aosta, Piemonte, Lombardia e Friuli-Venezia Giulia.

Specie ampiamente diffusa nelle aree mediterranee e la più rappresentata del genere nella flora italiana.

Protezione:

Entità protetta in Emilia-Romagna e Veneto.

Utilizzi:

Entità officinale.

I cisti sono molto ricchi di polifenoli e vengono talvolta utilizzati in tisane ed infusi per rafforzare il sistema immunitario.

Curiosità:

La germogliazione dei semi in luoghi che hanno subito il passaggio del fuoco è 10 volte superiore a quella dei semi in condizioni normali, questo perché sembra che il fuoco agevoli la rottura del duro tessuto legnoso protettivo, e/o perché provochi l’eliminazione di alcune sostanze fenoliche che limitano l'afflusso di ossigeno all'embrione.

Per questo fatto risulta quindi una pianta colonizzatrice dei terreni rimasti scoperti dopo un incendio.

Bibliografia:

CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore

PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole

RAMEAU J.-C., MANSION D., DUMÉ G., GAUBERVILLE C., 1989, 1° vol. di Flore forestière française, Institut pour le développement forestier, AgroParis Tech-ENGREF

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2179

Clematis vitalba L.

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Clematide vitalba, Vitalba, Viorna
Deutsch: Gewöhnliche Waldrebe
English: Old man's beard, Traveller's joy
Español: Hierba de pordioseros, clematites silvestre
Français: Clématite des haies

Forma biologica:
P lian - Fanerofite lianose. Piante legnose incapaci di reggersi da sole e quindi con portamento rampicante.

Tipo corologico:
Europ. - Areale europeo.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Pianta perenne, rampicante e vigorosa; con fusto a midollo pieno, lianoso, legnoso, che può raggiungere anche i 15 m di lunghezza, dalla caratteristica corteccia fibrosa e distaccata. I rami giovani sono erbacei volubili ed angolosi.
Foglie opposte completamente suddivise in 3 o 5 segmenti imparipennati, di forma lanceolata od ovale ad apice acuto con margine intero o dentellato, alcune profondamente lobate, provviste di peduncoli patenti ed ingrossati alla base. Foglie caduche nel periodo invernale.
Infiorescenza riunita a pannocchie multiflore, laterali o terminali, lungamente peduncolate, situate all'ascella delle foglie con fiori a 4 o 5 sepali petaloidi biancastri, a forma di stella, vellutati su entrambe le facce, dal profumo intenso, con stami e carpelli numerosi.
I frutti sono piccoli acheni ovoidi, raggruppati all'estremità del peduncolo fiorale, prolungati in una lunga appendice piumosa argentea persistente per lungo tempo.

Habitat:
Diffusa nelle nostre regioni nelle siepi, muretti abbandonati, in luoghi selvatici, al margine di fiumi e di canali, specie dei boschi caducifogli e delle macchie a tipo temperato. Si adatta alla maggior parte dei suoli, un tempo abbondantissima, ora sembra in regresso a seguito alla scomparsa di siepi e di arbusteti, ma ha la capacità di ricolonizzarsi repentinamente con invadenza, diventando talora pianta infestante. Si trova fino a 1300 m.

Etimologia:

- *Clematis*: dal greco “kléma -atos” - sarmento, tralcio di vite, legno flessibile: piante con portamento sarmentoso;
- *vitalba*: da “vitis” - vite (e in senso lato pianta rampicante) e da “albus” - bianco: per il portamento e il colore biancastro delle infiorescenze ed all'infruttescenza piumosa argentea.

Distribuzione in Italia:
Specie presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità commestibile, officinale, ma anche tossica.
L'impiego terapeutico della pianta è attualmente desueto, poiché i suoi costituenti principali: saponine ed alcaloidi, di cui anemonina e protoanemonina, risultano caustici ed irritanti.
In passato le foglie fresche, ridotte in poltiglia, usate come cataplasmi erano un revulsivo energico contro artriti, sciatiche e gotta, ma così applicate producevano azione rubefacente e vescicatoria, provocando di conseguenza ulcere fastidiose.
Alcuni mendicanti usavano le foglie per procurarsi ulcerazioni ed impietosire maggiormente i passanti, onde il nome popolare di "erba dei cenciosi".
L'infuso di foglie essicate veniva usato quale ottimo diuretico, mentre i giovani germogli, cotti e lasciati in infusione avevano azione purgativa.
Per la cura della scabbia si usava anticamente l'olio ricavato dalla macerazione delle foglie. Sia Plinio che Dioscoride segnalavano la pianta per risolvere o rimuovere questo problema. L'alcolaturo che si otteneva dalla pianta fresca veniva impiegato come analgesico in casi di nevralgie e nevriti o, come detergente.
I fusti secchi della pianta, essendo porosi, venivano anche usati come sigari, provocando infiammazioni alle mucose della bocca e della gola. Uso praticato nei paesi anglosassoni, dove in alcune regioni veniva denominata smoking cane, canna da fumare o shepherd's delight, delizia dei pastori.
Per uso alimentare si è tramandata fino ad oggi l'abitudine di utilizzare in cucina i giovani germogli, cotti, con olio, sale e limone oppure per fare frittate o zuppe. (Esclusivamente quelli molto giovani, quando le sostanze tossiche sono presenti in minima quantità; come per la maggior parte delle *Ranunculaceae* la cautela è d'obbligo.).
I tralci del C. vitalba venivano usati in alcune regioni, soprattutto nelle zone rurali, come quelli del viburno per farne cesti, gerle o legare le fascine della legna ed era conosciuto come il viburno dei poveri.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
CAMPANINI E.,2005. Dizionario di fitoterapia e piante medicinali. Milano
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2197&nnn=Clematis%20vitalba

Convolvulus arvensis L.

Famiglia - *Convolvulaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Vilucchio comune, Convolvolo comune
Deutsch: Acker-Winde
English: Bindweed
Español: Correhuela
Français: Liseron des champs

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: marzo – ottobre

Descrizione:
Pianta perenne erbacea, dal lungo rizoma fragile e biancastro, le cui radici vivono a lungo nel suolo e possono facilmente ricostruire l'intera pianta anche da un frammento minuscolo; i fusti sottili alla base, hanno sezione esagonale, sono glabri, striati, lunghi anche oltre 1 m, striscianti e se trovano sostegno rampicanti, generalmente levogiri.
Le foglie sono alterne, picciolate, hanno lamina ovata o astata, margine intero, spesso ondulato più o meno revoluto, apice da ottuso a subacuto, talvolta mucronato. Le superiori di dimensioni minore, sono progressivamente lanceolate.
I fiori sono portati da lunghi peduncoli con 2 brattee lineari più o meno opposte; spesso solitari ma a volte appaiati, sbocciano all'ascella delle foglie mediane, hanno sepali oblunghi ad apice ottuso o smarginato, più o meno pubescenti sul dorso; corolla con un diametro di 3 cm circa, imbutiforme, da completamente biancastra o rosacea, più frequentemente con 5 screziature longitudinali bianche alterne ad altrettante di colore rosa; sulla faccia abassiale sono presenti ulteriori 5 screziature liguliformi rossastre, verdastre alla base. 5 stami di diversa lunghezza con antere violette e sagittate; stimma diviso in 2 segmenti filiformi bianchi.
Dopo la fioritura effimera, la corolla cade tutta intera; emanano un leggero profumo di vaniglia, si aprono verso mattina, per richiudersi nel pomeriggio.
I frutti sono capsule globose appuntite e glabre, contengono quasi sempre 4 semi scuri.
Specie che si moltiplica rapidamente per via vegetativa, con rigetti sotterranei e gemme avventizie.

Habitat:
Specie commensale autoctona, vegeta nei coltivi, siepi, incolti, prati, margini di strade, orti, giardini, recinzioni, aree antropizzate, predilige terreni argillosi ricchi di sostanze azotate. Si trova da 0 a 1500 m s.l.m.

Etimologia:

- *Convolvulus*: da "convólvo" - avvolgere, per i fusti spesso volubili delle specie di questo genere;
- *arvensis*: da "arvum" - campo, suolo arativo: degli arativi, riferimento all'ambiente di crescita.

Distribuzione in Italia:

Molto comune in tutto il territorio. Specie che presenta una certa variabilità: in settentrione in ambienti umidi, prevalgono piante glabre o quasi, con corolla bianca o screziata di rosa all'esterno; al sud e nelle stazioni aride, prevalgono piante pelose con corolla spesso più o meno arrossata e talvolta fusto lignificato alla base; queste variabilità pare siano dovute agli adattamenti alle condizioni ambientali.

Utilizzi:

Entità officinale, ma anche tossica.
Costituenti principali: glicosidi di resina (convolvolina), tannini, flavonoidi, amido e zuccheri cristalizzabili.
Pianta colagoga, purgante, diuretica e lassativa per la presenza di un glicoside purgativo.
Utile nell'idropisia addominale ed epatica, stipsi cronica, e stipsi da insufficienza epatica.
Per uso esterno si utilizza la pianta intera contusa per maturare gli ascessi e i foruncoli.

Curiosità:

Il *C. arvensis* è fra le piante infestanti più dannose e difficili da eliminare, spesso è portatore di una virosi che trasmette facilmente alle colture di patate, di tabacco e di pomodori. Negli USA questa pianta è stata inserita nella lista delle piante infestanti più nocive.

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
TRISKA J.,1990. La flora d'Europa. Melita, La Spezia
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2252

Cornus mas L.

Famiglia - *Cornaceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Corniolo maschio, Corniolo, Corgnolo
Deutsch: Kornelkirsche
English: Cornelian cherry
Español: Cornejo macho
Français: Cornouiller mâle

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).
SE-Europ. - Soprattutto nella regione Carpatico-Danubiana.
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: gennaio - aprile

Descrizione:
Arbusto cespuglioso, caducifoglio, che in condizioni ottimali può assumere le dimensioni di albero. Tronco eretto, spesso contorto, molto ramificato in alto, con ramuli quadrangolari, corteccia che si desquama, grigia con crepe rossastre, rametti brevi eretto-patenti.
Pianta rustica e resistente che può raggiungere i 6 - 8 metri di altezza; è caratteristica la vistosa fioritura, prima della fogliazione.
Le gemme sono avvolte da 4 squame acute e pubescenti: sono disposte a 2 a 2 (in modo da sovrapporsi per un miglior isolamento termico della gemma fiorale), ma a completa apertura si dispongono sullo stesso piano.
Le foglie, con breve picciolo peloso, sono ovali, opposte e acuminate, hanno 3 - 5 nervature convergenti verso l'apice, verde chiara e pelosetta la pagina inferiore, quasi glabra la pagina superiore.
I piccoli fiori gialli che sbocciano prima delle foglie e che emanano un lieve odore di miele, sono riuniti in ombrelle ascellari portate da robusti peduncoli, che si formano prima delle foglie, avvolte da 4 brattee acuminate di colore verdognolo, sfumate di rosso. Calice a 4 sepali verdognoli acuti, corolla a 4 petali acuti, glabri di colore giallo dorato, stami alterni con i petali, inseriti attorno ad un disco nettifero epigino; ovario infero, loculare con 1 solo ovulo per loggia; stilo 1 con stimma a capocchia.
I frutti sono drupe ovoidali, pendule, eduli, chiamate corniole, carnose, di colore rosso scuro, contengono un nocciolo duro e bispermo, giungono a maturazione da agosto a ottobre.

Habitat:
Lungo le sponde dei torrenti, ai margini dei boschi di latifoglie, negli arbusteti, specie termofila e xerofila, predilige i terreni calcarei; in piccoli gruppi nelle radure dei boschi di latifoglie, tra gli arbusti e nelle siepi. Si trova dal piano sino a 1500 m s.l.m.

Etimologia:

- *Cornus*: dalla radice indoeuropea “kar” - essere duro, passata al latino “cornus” - corno, a sottolineare il legno duro e robusto;
- *mas*: da “mās, măris” - maschio, maschile (quindi forte e robusto): termine utilizzato per definire una specie più robusta rispetto ad una più delicata (sanguinello), definita da Plinio Cornus "femina" a legno fragile.

Distribuzione in Italia:

Il corniolo è diffuso in tutta Europa e in Italia è presente, anche se non comune, in tutta la penisola, manca inoltre in Sicilia e in Sardegna.

Utilizzi:

Entità commestibile, officinale e ha uso forestale.
Corteccia, germogli e radici venivano impiegati per curare la febbre con azione analoga al legno di china.
Usata come pianta medicinale, come tonico-astringente contro enterite, nella cura delle malattie della pelle, dei dolori articolari e dei disturbi del metabolismo.
In cosmesi la polpa viene usata come astringente per pelli grasse o seborroiche. La pianta è buona mellifera e vista la fioritura precoce, rappresenta, con il salice giallo, il primo nutrimento delle api a primavera.
I frutti del corniolo, erano conosciuti e apprezzati già dagli antichi popoli mediterranei che li usavano canditi nel miele e conservati in salamoia, come le olive.
Con la polpa acidula, che contiene una miscela di glucosio e cerulosio, acido malico e altre sostanze, si possono confezionare gelatine, marmellate e sciroppi, succhi di frutta e sorbetti.
Il nocciolo tostato, ha un buon profumo di vaniglia, lo si usa per preparare il caffè viennese.
Nel medioevo S. Ildegarda vantava le virtù terapeutiche della pianta che i monaci benedettini, coltivavano nei giardini dei loro conventi, avendone riconosciuto le proprietà febbrifughe, astringenti e antidiarroiche.
Nei paesi dell'est dalle corniole si ricava un'acquavite chiamata “dernovka”.
Il legno, durissimo e molto resistente, lavorato, si presenta liscio e lucente come corno levigato. Era impiegato per la costruzione di parti soggette a forte usura: lavori di tornio, raggi e denti da ruota, utilizzato anche per la produzione di pipe. I rami giovani, i per la loro flessibilità, venivano usati per la costruzione dei cesti.
Tutta la pianta ha proprietà tintorie e se ne ricava il colore giallo.
Pianta coltivata anche come ornamentale, per le foglie brillanti e per i fiori gialli che si schiudono molto precocemente.
I frutti sono molto ricercati dalla fauna selvatica.

Curiosità:

Un'antica leggenda racconta che piante di Corniolo, furono utilizzate per costruire il cavallo di Troia; Virgilio nell'Eneide, scrive dell'impiego dello stesso per la costruzione di aste per lance.
Si narra anche che un giavellotto fabbricato con il legno del Corniolo, scagliato da Romolo il più lontano possibile, segnasse il limite dei confini della città.
Nell'oroscopo celtico esiste il segno del corniolo che comprende i nati dal 1 al 10 aprile e dal 4 al 13 ottobre.

Bibliografia:

PIGNATTI S., Flora d'Italia.Edagricole, Bologna. 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma. 2005
BOWN. D., Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London. 1995
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2276

Cornus sanguinea L.

Famiglia - *Cornaceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Corniolo sanguinello, Sanguinella
Deutsch: Blutroter Hartriegel
English: Dogwood
Español: Cornejo rojo
Français: Cornouiller sanguin

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: aprile - giugno

Descrizione:
Arbusto cespuglioso, raramente piccolo alberello; deciduo, con tronco eretto spesso sinuoso, molto ramificato in modo irregolare anche in prossimità del suolo; corteccia liscia, lucida, grigia con crepe rossastre, rugosa con l'età; ramuli rossastri a 2 angoli o spigoli, sparsamente pubescenti; chioma irregolare, ampia e larga sin dalla base, di colore verde chiaro in estate, rosso cupo in autunno. Altezza compresa fra 2 e 6 m.
Le foglie sono caduche, picciolate, opposte, da ovali ad ellittiche con apice acuto, con 3 - 4 paia di nervature longitudinali arcuate, con margine liscio, di colore verde chiaro, rossastre in autunno, la pagina inferiore più chiara, opaca, con pelosità sparsa.
I fiori che si formano dopo la fogliazione, sono ermafroditi, peduncolati, di colore bianco-crema, formano ombrelle apicali piatte con un diametro di 4 - 5 cm; hanno ovario bicarpellare infero e calice a segmenti concresciuti, poco evidente; la corolla è composta da 4 petali liberi, lineari, lunghi 5 - 6 mm, pelosi inferiormente. Stami 4, lunghi quanto la corolla, superanti di poco lo stilo. Hanno odore sgradevole per le persone.
I frutti sono drupe sferiche, eduli, nero-purpuree, zigrinate, talvolta punteggiate di bianco, di sapore amaro, sgradevole, il cui nocciolo contiene semi oleosi. Le drupe raggiungono la maturazione fra settembre e ottobre.

Habitat:
Cresce dal piano fino a 1.300 m s.l.m. tra i filari degli alberi, nei boschi misti di latifoglie, al margine dei prati, nelle macchie in riva all'acqua. Predilige terreni fertili e freschi; pioniera che compare tra le prime legnose nei terreni abbandonati e forma facilmente associazioni con altre specie autoctone.

Etimologia:

- *Cornus*: dalla radice indoeuropea “kar” - essere duro, passata al latino “cornus” - corno, a sottolineare il legno duro e robusto;
- *sanguinea*: sanguigno, da “sanguis” - sangue: per il colore dei rami giovani, simile a quello del sangue rappreso e poi delle foglie in autunno.

Distribuzione in Italia:
Comune in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale.
Costituenti principali: tannini; resine; polifenoli; quercetina; acido malico, tannico, gallico e glicossalico; vitamina C; sali e pectina. Dalla scorza dei rami si estrae la dimetilglicina.
Questa pianta ha proprietà antitrombotiche e anticoagulanti, trova indicazione nell'ipertiroidismo con segni di tireotossicosi (dimagrimento, tremori fini delle mani, tachicardia, esoftalmo, ansia, diarrea, etc.)
In alcuni casi, il contatto con le foglie del Corniolo sanguinello può provocare irritazioni cutanee e prurito.
I frutti, di sapore poco gradevole, sono ricchi di vitamina C, per questo, in passato venivano impiegati per preparare marmellate e succhi di frutta.
L'olio dei semi un tempo era impiegato nelle lampade come combustibile, per tingere di grigio o di azzurro le pelli e per fabbricare sapone.
I rami giovani, per la loro flessibilità, possono essere impiegati per confezionare canestri, scope da cortile, stuzzicadenti e, in alcune regioni vengono impiegati per preparare spiedini, sembra conferiscano un buon aroma alla carne.
È pianta di pastura, infatti merli codirossi, cesene, capinere e tordi, sono ghiotti dei frutti.
Il legno duro e compatto, viene impiegato per costruire manici per attrezzi e bastoni da passeggio.
Per la bella colorazione autunnale delle foglie, questa pianta, viene coltivata nei vivai forestali a scopo ornamentale ed in ingegneria naturalistica.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2277

Corylus avellana L.

Famiglia - *Betulaceae Gray*

Nomi volgari:
Italiano: Nocciolo comune, Nocciolo, Avellano, Avellana, Acciardello, Nocchio
Deutsch: Gemeine Hasel
English: Common hazel
Español: Nochizo
Français: Noisetier

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Europ. - Areale europeo.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: febbraio - aprile

Descrizione:
Arbusto alto 3-4 metri, ma talvolta anche alberetto alto fino a 10 metri, con ramificazione alta. Apparato radicale forte ed espanso, provvisto di micorrize. Chioma densa, rami eretti, allungati e flessibili. Rametti giovani color ocra, villosi per brevi rigidi peli ghiandolosi bianchi o rossicci. Rami adulti con corteccia bruna scura, lucida, spesso desquamantesi in senso longitudinale e diffusamente provvista di lenticelle. Legno verde al taglio, poi bianco, indifferenziato, di odore gradevole. Gemme ellittiche, glabre, verdi, brevemente picciolate.
Foglie alterne tondeggianti, acuminate all'apice, con margine a doppia dentatura e nervature pennate ben evidenti, provviste di peluria nella pagina inferiore. Il colore è verde intenso nella pagina superiore, un po' ruvida, mentre è più chiaro ed opaco nella inferiore. Il picciolo è breve e tomentoso.
Fiori maschili in amenti penduli, di color giallastro, ricchi di polline a diffusione anemofila; fiori femminili presenti sulla stessa pianta poco appariscenti, a forma di gemma, provvisti di un breve ciuffetto di stimmi color rosso vivo.
Per quanto riguarda i frutti (nocciole), si tratta di grossi acheni racchiusi in un pericarpo legnoso di colore marroncino, eduli. Sono circondati quasi interamente da un involucro fogliaceo (cupola), dentato o irregolarmente frastagliato. Maturano in estate avanzata.

Habitat:
È una specie altamente plastica, adatta a vegetare in climi molto diversi e senza particolari esigenze di suolo. Può essere considerata sia specie colonizzatrice di terreni incolti e di pascoli abbandonati, sia arbusto di sottobosco associato, particolarmente in radure ed aree marginali, ad altre specie arboree, latifoglie o aghifoglie. La dote ricolonizzatrice dipende dalla sua ampia diffusione, favorita sia dall'azione umana sia dall'opera disseminatrice di uccelli e piccolissimi mammiferi che si nutrono dei suoi frutti. I suoi semi, dotati di buona facoltà germinativa, sono in grado di attecchire praticamente in tutte le condizioni, occupando in pochi anni superfici naturali non boscate e aprendo così la strada a boschi di neoformazione costituiti da specie diverse. Solitamente il nocciolo partecipa ai processi di ricolonizzazione forestale nelle fasi iniziali, per cedere poi il passo, dopo periodi più o meno lunghi, secondo la fertilità stazionale e la capacità concorrenziale, alle altre specie edificatrici del bosco che entrano caso per caso nel processo evolutivo. Si trova dalla pianura all'alta montagna (da 0 a 1700 m).

Etimologia:

- *Corylus*: dal greco "κόρυς" "córys" - elmo, forse per la forma della cupula, involucro ricoprente i frutti;
- *avellana*: da Abella, nome latino di Avella Vecchia (AV), città della Campania a nord di Nola, anticamente rinomata per le sue nocciole (nux abellana o avellana in Plinio).

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità commestibile, officinale e ha uso forestale.
La corteccia di nocciolo ha proprietà febbrifughe e cicatrizzanti. Gli amenti maschili dimostrano doti dimagranti. Alle foglie sono attribuite proprietà depurative, antidiarroiche, toniche, vasocostrittrici, antiemorragiche e cicatrizzanti.
Con il legno bianco-rosato si usava confezionare piccoli oggetti rustici: manici, bastoni, cucchiai da cucina, ceste; viene tuttora impiegato per carbonella.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
FENAROLI L.,1967. Gli alberi d'Italia, Ed. Martello, Milano
SUSMEL L., 1955. Monti e Boschi - T.C.I.
ARRIGHETTI A. & D., 1976. Il margine del bosco - Ed. Manfrini
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
AA.VV., DEL FAVERO R., (a cura di), inquadramento fitosociologico di Livio Poldini. 1998. La vegetazione forestale e la selvicoltura nella Regione Friuli-Venezia Giulia - 1998 Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia.
DEL FAVERO R., 2004. I boschi delle Regioni alpine italiane - CLEUP
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2303

Cota tinctoria (L.) J. Gay

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Camomilla per tintori, Camomilla dei tintori
Deutsch: Färberkamille
English: Oxeye chamomile, golden marguerite
Español: Camomila amarilla
Français: Anthémis des teinturiers

Forma biologica:
Ch suffr - Camefite suffruticose. Piante con fusti legnosi solo alla base, generalmente di piccole dimensioni.
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Centroeurop. - Europa temperata dalla Francia all'Ucraina.
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).

Antesi: aprile – settembre

Descrizione:
Pianta perenne o talvolta bienne, alta 20-50 cm, con rizoma legnoso e rami erbacei ascendenti e semplici, di aspetto cinerino-tomentoso.
Foglie bipennatosette, pubescenti, lunghe 2-3 cm.
Fiori in capolini di 2-2,5 cm di diametro, solitari su peduncolo ingrossato; involucro del capolino a squame embriciate, con lanosità giallastra; fiori periferici ligulati gialli, fiori centrali gialli o bianchicci con ovario cilindrico. I frutti sono acheni.

Habitat:
Prati aridi e bordi delle strade, preferibilmente su calcare dal livello del mare fino a 1500 metri.

Etimologia:

- *Cota*: dal greco “κοτύλη” “cotýle” - cavità, ciotola, coppa: per le foglie sessili amplessicauli formanti una cavità alla base;
- *tinctoria*: da “tíngo” - tingere: utilizzato per tingere stoffe.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia tranne che in Valle d’Aosta.

Utilizzi:
Entità officinale.
Nella medicina popolare i capolini di questa specie sono usati per preparare pozioni balsamiche, diaforetiche e stimolanti. Essa ha un aroma gradevole e sottile.
I capolini essiccati vengono utilizzati per preparare infusi e macerati. Per uso interno servono per favorire la digestione e come calmante contro l'emicrania. Per uso esterno può essere applicata su rossori e infiammazioni cutanee e degli occhi.
L'olio essenziale viene usato in cosmetica per la preparazione di creme e soluzioni schiarenti per capelli. Per uso topico esercita un'efficace azione sedativa.
Questa pianta viene usata anche nel giardinaggio per i grandi fiori gialli che si rinnovano per tutta l'estate; viene coltivata in piena terra o in vaso e sopporta molto bene sia il caldo che il freddo.
Il suo fiore giallo, ricco di pigmenti appartenenti al gruppo dei flavonoidi, veniva usata per tingere le stoffe. Apprezzata e diffusamente coltivata in particolare in America del Nord e Gran Bretagna, è stata poco utilizzata per la tintura di tessuti nel resto d'Europa, probabilmente per la presenza di altre pianre da cui ricavare gialli di pregio.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
NICOLINI, MORESCHI. Fiori di Liguria SIAG Genova
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=505593

Crataegus monogyna Jacq.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Biancospino comune, Azaruolo selvatico
Deutsch: Weissdorn
English: Hawthorn
Español: Espina bianca
Français: Aubépine

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: marzo - maggio

Descrizione:
Piccolo albero, ma più spesso arbusto a fogliame deciduo; cespuglioso, con radice fascicolata; chioma globosa o allungata; tronco sinuoso, spesso ramoso sin dalla base con corteccia compatta che nelle piante giovani è liscia di colore grigio-chiaro, è brunastra o rosso-ocracea e si sfalda a placche nei vecchi esemplari. I ramoscelli sono di colore bruno-rossastro, quelli laterali terminano frequentemente con spine aguzze e scure lunghe sino a 2 cm, i rami più vecchi sono grigio-cenere.
Altezza generalmente fra 2 e 5 m, ma può raggiungere anche i 12 m; ha una crescita molto lenta e può vivere sino a 500 anni.
Le gemme sono alterne, disposte a spirale, rossastre e brillanti; sotto le gemme laterali spuntano spine dritte.
Le foglie caduche, portate da un picciolo scanalato, sono alterne, semplici, di colore verde brillante e lucide nella pagina superiore, verde glaucescente nella pagina inferiore, glabre, romboidali o ovali, a margine dentato, suddivise in 3 - 7 lobi molto profondi con margine intero e che presentano solo sull'apice qualche dentello; all'inserzione sui rami sono provviste di stipole dentate e ghiandolose.
I fiori, profumati di colore bianco o leggermente rosato, sono riuniti in corimbi eretti, semplici o composti, portati da peduncoli villosi , hanno brattee caduche con margine intero o denticolato, calice con 5 lacinie triangolari-ovate; corolla con 5 petali subrotondi, stami violacei in numero multiplo ai petali (15 - 20) inseriti sul margine di un ricettacolo verde-brunastro con ovario monocarpellare glabro e un solo stilo bianco verdastro con stigma appiattito, molto raramente alcuni fiori hanno 3 stili.
I frutti (in realtà falsi frutti perché derivano dall'accrescimento del ricettacolo fiorale e non da quello dell'ovario) riuniti in densi grappoli, sono piccole drupe con un diametro di circa 7-10 mm, rosse e carnose a maturità, coronate all'apice dai residui delle lacinie calicine, che delimitano una piccola area circolare depressa; contengono un solo nocciolo di colore giallo-bruno.

Habitat:
Specie presente nei boschi xerofili, nelle siepi, boscaglie e cespuglieti, macchie, margine dei boschi e pendii erbosi, con preferenza per i terreni calcarei dal litorale marino alla montagna sino a 1.600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Crataegus*: dal greco “κράταιγος” “crátaigos” - crategо, biancospino (composto da “κρᾰταιός” “crataiós” - forte, robusto e da “αἴξ, αἰγός” “aíx, aigós” - capra): per la robustezza del legno e forse un'allusione al fatto che le sue spine terrebbero lontane perfino le capre;
- *monogyna*: dal greco “μόνος” “mónos” - uno solo, unico e da “γῠνή” “gyné” - femmina, elemento femminile: con un solo stilo e ovulo e quindi seme.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Protezione:
Entità protetta in Trentino-Alto Adige.

Utilizzi:
Entità officinale, ornamentale e ha uso forestale.
Costituenti principali: flavonoidi (iperoside, luteolina, apigenina, luteolina-3,7-diglucoside e quercina), procianidine oligomere, bioflavonoidi e flavoglucosidi, rutina, complessi trterpenici, acido ascorbico, oli essenziali, tannini, crategina, acido clorogenico e sapogenine, vitamine C e P.
Proprietà: diuretiche, ipotensive, astringenti, antispasmodiche, sedative, vasodilatatrici, antidiarroiche.
Il Biancospino viene utilizzato per placare il senso di angoscia e di oppressione e l'inquietudine.
L'uso terapeutico della pianta è attestato sin dal XIII secolo, ma nei vecchi manuali si trova trattato il Biancospino ancora accanto ai digitaloidi e, questa originaria interpretazione, ha portato a confusione: glicosidi simildigitalici o ulteriori principi attivi, con cui viene compensato un cuore insufficiente, nel Biancospino non sono presenti. Oggi è invece provato, che il Biancospino è realmente una vera e propria pianta medicinale per il distretto cardiaco e per le patologie circolatorie.
Viene chiamata la "valeriana" del cuore, in quanto è un ottimo tonico stimolante cardiaco, dilata le arterie coronariche migliorando l'afflusso del sangue, elimina le aritmie e riduce i livelli di colesterolo.
In Olanda e Belgio la polpa del frutto, veniva mescolata con farina per la produzione di pane, mentre i semi tostati, durante la seconda guerra mondiale erano utilizzati come succedaneo del caffè.
In cucina i frutti del biancospino vengono usati per bevande fermentate e per confezionare una delicata marmellata lievemente astringente, mentre in campo cosmetico il bagno di biancospino è apprezzato per le proprietà rilassanti; foglie e fiori hanno azione normalizzante e astringente sulle pelli grasse.
Il legno di colore rossastro, molto duro e compatto, viene impiegato per lavori al tornio e per la produzione di ottima carbonella.
I frutti sono molto apprezzati dai passeracei, merli, tordi, cornacchie e dai piccoli mammiferi che contribuiscono così a disseminarli. I semi hanno una dormienza accentuata, che in natura viene eliminata proprio dal passaggio nello stomaco degli animali che se ne nutrono.
Specie sovente impiegata come ornamentale, grazie alla notevole adattabilità alle differenti zone climatiche e ai diversi tipi di terreno, che le permette di essere largamente utilizzata nei giardini, soprattutto nella formazione di siepi.

Curiosità:
Presso siti archeologici risalenti al Neolitico si sono rinvenuti semi dei frutti del Biancospino, questo fa ritenere che fossero consumati come alimento.
Nell'antica Grecia e a Roma il Biancospino era considerato una pianta fortemente simbolica legata alle idee di speranza, matrimonio e fertilità. I romani lo dedicarono a Maia, dea del mese di maggio e della castità.
Le damigelle delle spose greche si adornavano di boccioli di Biancospino e le spose ne portavano un ramoscello in mano. I romani ponevano le foglie nelle culle dei bimbi per allontanare gli spiriti maligni. Diverse usanze sono legate al Biancospino come quella che risale all'epoca precristiana di andare alla festa di calendimaggio e di scegliere una reginetta. In epoca pagana il re e la regina di maggio erano uccisi alla fine della stagione di crescita; di qui è forse sorta l'ambiguità odierna che vede il Biancospino sia come simbolo di speranza, sia come presagio di morte.
Il Cristianesimo trasformò la simbologia associata a questa pianta; presumibilmente la corona di spine di Cristo era di Biancospino, conseguentemente la pianta divenne simbolo di morte e di sorte avversa. L'associazione Biancospino/morte, fu rafforzata dallo sgradevole odore dei fiori di alcune specie europee.

Questi alberi vengono impollinati da insetti che si nutrono di carogne e per attirarli i fiori emanano uno sgradevole odore simile a quello della carne putrefatta.
Vuole una leggenda che Giuseppe d'Arimatea (importante membro del Sinedrio che insieme a Nicodemo dette sepoltura a Gesù), recandosi in Gran Bretagna per diffondere la parola di Cristo, sbarcando a Glastonbury piantasse un bastone per terra, immediatamente il bastone divenne una pianta di Biancospino. Accanto alla pianta sorse la prima chiesa cattolica d'Inghilterra la cappella di S. Maria, e poi una grandiosa abbazia medioevale, rasa al suolo nel 1539 dopo lo scisma che vide Enrico VIII divenire capo della Chiesa d'Inghilterra. Dallo sbarco di S. Giuseppe d'Arimatea per secoli Biancospini originati dal suo bastone fiorirono 2 volte l'anno: in primavera e la vigilia di Natale, quando un ramoscello veniva portato in dono ai sovrani di Gran Bretagna.
Pianta che indica il mese di maggio secondo il Calendario Celtico degli alberi.
Durante la rivoluzione francese il Biancospino fu chiamato "albero della libertà" e durante quegli anni in Francia ne vennero piantati più di 60.000.

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
BOWN. D., 1995 . Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
CASTELMAN M., 2001. The New Healting Herbs. Rodale Inc. Emmaus, PA, U.S.A.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
BATINI G. Le radici delle piante. Edizioni Polistampa. Firenze. 2003
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2336

Crepis vesicaria L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Radicchiella vescicosa
Deutsch: Blasen-Pippau
English: Beaked hawksbeard
Español: Falsa achicoria
Français: Crépide à vésicules

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Subatl. - Europa occidentale e anche piu' ad oriente nelle zone a clima suboceanico.
Submedit. - Areale prevalentemente mediterraneo.

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta erbacea annuale o biennale alta fino a 80 cm con fusto più o meno lignificato e spesso rossastro-purpureo alla base, irto di peli ispidi, raramente glabro, eretto e ramoso. Si distingue per la base delle foglie superiori scariose che si sviluppano nella parte inferiore del peduncolo alla guisa di una vescica a manicotto. Le brattee involucrali extra larghe, ovali o subrotonde, più o meno 1,5-2 volte più lunghe che larghe.
Foglie basali a rosetta più o meno schiacciata sul terreno, a volte intere o lobate, ma più frequentemente pennatosette, quelle del caule sempre più ridotte, sessili, auricolato-amplessicauli, talora si presentano bratteiformi ovali-carenate alle basi dei rami fiorenti (pianta molto polimorfa).
La pianta allo stadio giovanile presenta spesso un tipico accrescimento come un grosso insieme di boccioli racchiusi su sé stessi. (Caratteristica che permette di riconoscere con facilità questa specie).
Fiori capolini di circa 2 cm di diametro con corolle tutte ligulate di colore giallo, non di rado purpuree o venate di un colore rossastro, molto numerose, quasi formanti una ombrella terminale o raccolti in racemo corimboso.
Involucro cilindrico alla infiorescenza con brattee esterne scariose e squame irte di peli.
Frutti acheni con 10- 12 coste sottili con pappo sporgente per oltre la metà oltre le squame involucrali.

Habitat:
Negli incolti, nei coltivi, lungo i vigneti, i margini delle carraie di campagna, sulle rive dei canali e dei fiumi, prediligendo terreni stabili e calcarei. Distribuita dal piano fino a 1200 m s.l.m.

Etimologia:

- *Crepis*: genere stabilito da Vaillant secondo cui il nome deriva dal greco "κρηπίς" "crepís" - usato da Teofrasto nel significato di base, fondamento, riferendosi alla radice che penetra profondamente nel terreno, oppure "Crepis" deriva dal greco = "scarpa, sandalo", forse per la forma delle foglie che aderiscono il terreno o per la forma degli acheni;
- *vesicaria*: da "vesica" - vescica: benefico per le affezioni della vescica oppure rigonfio, vescicoloso, bitorzoluto per le brattee fogliari nella parte superiore del fusto a forma di vescica.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio eccetto la Valle d'Aosta.

Utilizzi:
Entità commestibile.
La radicchiella ha proprietà simili a quelle della cicoria e del tarassaco, comune a molte erbe amare, perciò disintossicante, depurativa del sangue, diuretica ed ipoglicemizzante. Le sostanze fenoliche, contenute nelle piante spontanee, agiscono come antiossidanti nei confronti dei radicali liberi e contribuiscono alla prevenzione di malattie cardiovascolari e patologie tumorali.
L'uso della radicchiella in cucina è quello tipico delle cicorie in genere. Si raccoglie la rosetta ancora allo stadio giovanile e si può consumare cruda in insalata se tenera, sola o nelle misticanze oppure lessa, condita con olio limone o saltata in padella con olio ed aglio o cipolla a piacere. Si può utilizzare mista ad altre verdure per fare ripieni di minestre, frittate o tortini di verdure, ricotta e formaggi. Anche i germogli fioriferi se teneri, non legnosi, si possono cucinare come sopra, anche se di sapore più amarognolo.
La rosetta di questa pianta si può confondere con molte altre piante della stessa famiglia (Asteraceae). Spesso confusa con la cicoria (*Cichorium intybus*) e col tarassaco (*Taraxacum officinale*) senza nessuna conseguenza, oppure con alcune della famiglia delle Crucifere (sono quasi tutte commestibili, perciò il rischio di eventuale tossicità è basso).

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
LAUBER K., WAGNER G., 2001. Flora Helvetica
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2387

res herbis

Cruciata glabra *(L.) C. Bauhin ex Opiz*

Famiglia - *Rubiaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Crocettona glabra, Cruciata glabra
Deutsch: Kahles Kreuzlabkraut
English: Slender Crosswort
Español: Cruxia lisa, cruzada
Français: Croisette glabre

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
S-Europ. - Europa meridionale.

Antesi: marzo – luglio

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, alta 5 - 45 cm, a rizoma sottile strisciante molto ramificata con stoloni ipogei; fusti eretto-ascendenti, semplici, raramente ramosi alla base, tetragoni con angoli ingrossati e glabri, senza peli ricurvi o per lo più con peli setolosi di 0,3 mm concentrati nella prossimità dei nodi.
Foglie verticillate a 4, sessili e patenti, ovato-lanceolate, un po' attenuate alla base, trinervi, glabre o appena pubescenti, subcoriacee, cigliate al margine; internodi maggiori di 1.5-3 cm.
Inflorescenza in cime racemose lasse disposte all'ascella delle foglie con 3-5-8 fiori tetrameri attinomorfi, ermafroditi, o il centrale ermafrodito, i laterali maschili; peduncoli sprovvisti di bratteole, generalmente glabri, accrescenti ma non ricurvi nella fruttificazione.
Calice nullo.
Corolla gamopetala, di color giallo limone o verdastra con 4 lobi acuminati.
Androceo con 4 stami, inseriti sul tubo corollino, alterni ai petali. Ovario infero.
Il frutto è uno schizocarpo formato da 1(2) mericarpi piriformi di 1,7-2,5 mm, glabri e lisci, lucidi, bruno nerastri a maturità.

Habitat:
Margini dei boschi misti mesofili, siepi, cespuglieti, luoghi erbosi umidi ed ombrosi. Si trova da 0 a 2100 m s.l.m.

res herbis

Etimologia:

- *Cruciata*: dal latino “cruciatus, -a, -um” (“crux” - croce) - a forma di croce, per la disposizione delle foglie;
- *glabra*: dal latino “glaber, glabra, glabrum”, in riferimento ai fusti quasi privi di pelosità.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
Conti, F.; Abbate, G.; Alessandrini, A.; Blasi, C. -An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Palombi Editori, Roma, 2005
Pignatti, S. -Flora d'Italia (vol. II), Edagricole, Bologna, 1982
Zangheri, P. -flora italica I-II, CEDAM, Padova, 1976
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2414

res herbis

Cruciata laevipes Opiz

Famiglia - *Rubiaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Crocettona comune, Cruciata comune
Deutsch: Gewimpertes Kreuzlabkraut
English: Crosswort, Smooth bedstraw
Español: Cruxia de heridas, Hierba de miel
Français: Gaillet croisette

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: marzo - luglio

Descrizione:
Si tratta di una pianta perenne che può crescere fino a 0,60 metri di altezza.
La pianta si diffonde per semi e stoloni e ha, insolitamente per questo gruppo, fiori gialli ermafroditi.
Delle foglie a spirale solo due, in ciascun gruppo, sono foglie vere, mentre le altre due sono stipole.
I fiori interni sono maschili e cadono presto, mentre quelli esterni sono bisessuali e producono il frutto. I fiori profumano di miele.
Il frutto è schizocarpico di 2,5-2,8 mm, con 1-2 mericarpi subsferici, glabri e lisci o leggermente striati, bruno-olivacei ed infine nerastri, lucenti.
La pianta è associata a micorrize che penetrano nelle cellule corticali delle radici.

Habitat:
La si trova dal livello del mare alla fascia montana fino a 1500 m s.l.m., negli incolti, lungo i margini stradali, ai margini dei boschi e su suoli ricchi.

Etimologia:

- *Cruciata*: dal latino “cruciatus, -a, -um” (“crux”, croce), a forma di croce, per la disposizione delle foglie;
- *laevipes*: da “laevis/levis” - liscio, imberbe, lucido e da “pes” - piede, stelo: con stelo o gambo liscio e senza peli.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Il suo utilizzo medicinale, più comune in passato è stato quasi completamente abbandonato oggi. Per uso esterno, veniva solitamente impiegata per lenire le ferite, mentre per uso interno le foglie venivano utilizzate in decotto vinoso per trattare le ostruzioni dello stomaco e dell’intestino e per stimolare l’appetito. Possiede proprietà astringenti, diuretiche e vulnerarie ed era anche impiegato come rimedio contro reumatismi, idropisia ed ernia.

Bibliografia:
https://www.floradabruzzo.it/2020/06/02/la-pianta-della-settimana-cruciata-laevipes/
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2417
http://antropocene.it/2021/03/27/cruciata-laevipes/

Cuscuta campestris Yunck.

Famiglia - *Convolvulaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Cuscuta ungherese, Cuscuta dei campi
Deutsch: Seide
English: Dodder
Español: Cuscuta
Français: Cuscute

Forma biologica:
T par - Terofite parassite. Piante annue che vivono a spese di altre, prelevandone la linfa con organi specifici.

Tipo corologico:
N-Americ. - America del Nord.

Antesi: aprile – settembre

Descrizione:
Piante erbacee annuali parassite con foglie ridotte a squame e senza clorofilla, con sottili fusti filiformi giallo-arancioni, rossi, o raramente verdi. Si attaccano alla pianta ospite avvolgendosi in spire, quindi perdono il contatto con il terreno per nutrirsi esclusivamente della linfa dell'ospite, tramite radici chiamate "austori" che penetrano nel fusto e raggiungono il floema, il tessuto dove scorre la linfa zuccherina elaborata dalla fotosintesi.
Il frutto è una capsula, globosa, con 2-4 semi obovati o reniformi. I semi germinano vicino alla superficie del suolo e, sebbene la germinazione possa avvenire senza un ospite, il germoglio deve raggiungere rapidamente (entro 5-10 giorni) una pianta verde, altrimenti morirà. Questo movimento è indotto da stimoli chemosensoriali.
Possono essere vettore di fitoplasmi verso la pianta ospite.

Habitat:
Pianta parassitante altre piante. Si può trovare tra i 0 e i 400 m s.l.m.

Etimologia:

- *Cuscuta*: dall'arabo "kúshuth";
- *campestris*: da "campus" - luogo piano, campo: quindi che cresce nei campi.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia, tranne che in Calabria.

Utilizzi:
Usata nella medicina tradizionale Cinese e delle regioni Himalayane.

Bibliografia:
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2434
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
https://it.wikipedia.org/wiki/Cuscuta

res herbis

Cyclamen hederifolium *Aiton*

Famiglia - *Primulaceae Batsch ex Borkh.*

Nomi volgari:
Italiano: Ciclamino napoletano, Pamporcino
Deutsch: Efeubättriges Alpenveilchen
English: Ivy-leaved Cyclamen
Español: Pan de puerco, Artánita
Français: Cyclamen à feuilles de lierre, Cyclamen de Naples

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.

Tipo corologico:
E-Europ. - Europa orientale.
N-Medit. - Mediterraneo settentrionale.
Steno-Medit.-Sett. - Coste meridionali dell'Europa, dalla Spagna alla Grecia.

Antesi: luglio - ottobre

Descrizione:
Geofita bulbosa munita di un grosso tubero orbicolare, compresso ai poli, di 3-5(6) cm Ø, a corteccia bruno-rossastra, sugherosa e a polpa bianca, ricoperta di radici solo sulla parte superiore.
Foglie tutte basali, sviluppantisi generalmente in primavera, talvolta contemporaneamente alla fioritura; lamina (3-5 x 4-7 cm) ovale-bislunga (più lunga che larga), di colore verde scuro, opaca, cordato-astata, macchiata di bianco sulla pagina superiore e spesso purpurea su quella inferiore, con 5-9 angoli ottusi e con margine irregolarmente e finemente dentellato; piccioli lunghi 4-5 cm, generalmente di 1,5-2,5 mm di Ø.
Fiori ermafroditi, solitari, inodori, portati su peduncoli di 6-12 cm, rosei e pubescenti, che dopo la fioritura si attorcigliano a spirale.
Calice gamosepalo pentapartito con lacinie di 2-3 mm.
Corolla gamopetala, attinomorfa, rosa-pallida, con tubo di 6 mm e 5 lacinie (8-9 x 18-21 mm) riflesse, ristrette alla base, e con fauce pentagonale purpurea, provvista di 10 denti auricolati sporgenti e bianchicci.
Stami 5. Ovario supero uniloculare. Stilo appena sporgente.
Il frutto è una capsula globosa a deiscenza apicale (pissidio), a maturazione ipogea, contenente numerosi semi rotondi.

Habitat:
Boschi umidi caducifogli (querceti, castagneti) e leccete, da 0 a 1300 m s.l.m.
Specie mesofila e sciafila.

Etimologia:

- *Cyclamen*: nome latino del ciclamino, dal greco “κύκλος” “cýclos” o “κύκλα” “cýcla” - cerchio, probabilmente in allusione alla forma globosa del tubero, o anche al curioso attorcigliamento che il peduncolo fiorale assume dopo la fioritura;
- *hederifolium*: da Hedera edera e da folium foglia: con foglie da edera, per l'aspetto molto simile delle foglie con quelle di Hedera helix.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia fatta eccezione per la Valle d’Aosta, il Trentino-Alto Adige e il Friuli-Venezia Giulia.

Protezione:
Entità protetta a livello nazionale

Utilizzi:
Il tubero di tutti i ciclamini contiene una saponina, la ciclamina che è altamente tossica. La parte, che viene mangiata senza danno dai maiali (da cui il nome do Pan porcino), può provocare seri inconvenienti nell'uomo.

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
GREY-WILSON C., 2003. Cyclamen, A Guide for Gardeners, Horticulturists and Botanists, Timber Press, Batsford,
JAUZEIN P. Flore des champs cultivés, INRA, Paris. 1995
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
RAMEAU J.-C., MANSION D., DUMÉ G., GAUBERVILLE C., 1989, 1° vol. di Flore forestière française, Institut pour le développement forestier, AgroParis Tech-ENGREF
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2455

Cynodon dactylon (L.) Pers.

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Gramigna rampicante, Dente di cane, Gramegna, Gramagna, Ramigna, Ramina, Ramaccia, Capriola
Deutsch: Hundszahngras
English: Bermuda grass
Español: Grama, Agram
Français: Chiendent pied-de-poule

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.
H rept - Emicriptofite reptanti. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con fusti striscianti.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.

Antesi: maggio – settembre

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, di colore verde-glauco, munita di un lungo rizoma strisciante e ramificata che emette stoloni epigei intrecciati e radicanti ai nodi che le permettono di colonizzare rapidamente il terreno.
Culmi (10-40 cm) prostrato-ascendenti.
Foglie lineari, distiche, in maggior parte basali, larghe 3-3,5 mm, lunghe 3-5 cm con lamina canalicolata, rigida, cigliata da lunghi peli patenti specialmente nella prossimità della guaina; le foglie dei getti sterili sono più brevi, lanceolate; ligula sostituita da una frangia di peli di circa 1,5 mm.
Infiorescenza terminale composta da spighe digitate a 3-7, a rachide appiattita, eretto-patenti, verdastre o violacee, lunghe 3-4 cm, inserite in ombrella sullo stesso punto dell'asse.
Spighette uniflore di 2 mm (con il rudimento di un fiore superiore abortivo), ovato-oblunghe e lateralmente compresse, disposte sulla rachide in modo unilaterale.
Glume subeguali (0,7 e 1,5 mm rispettivamente), acuminate, membranose, scabre sulla carena, uninervie, più brevi dei lemmi (glumette); lemmi (2,3 mm) concavi, trinervi, mutici, villosi sulla carena.
Il frutto è una cariosside con pericarpo aderente.

Habitat:
Incolti, siepi, luoghi erbosi aridi, terreni calpestati, bordi stradali, infestante le colture. Si trova da 0 a 800 m s.l.m. Specie termofila.

Etimologia:

- *Cynodon*: dal greco “κύων, κυνός” “cyon, cynòs” - cane e dal greco ionico “ὀδών” “odón” - dente: dente di cane, probabilmente per l'aspetto delle spighette;
- *dactylon*: dal greco “δακτυλος” “dáctylos” - dito: riferimento alla forma digitata dell'infiorescenza

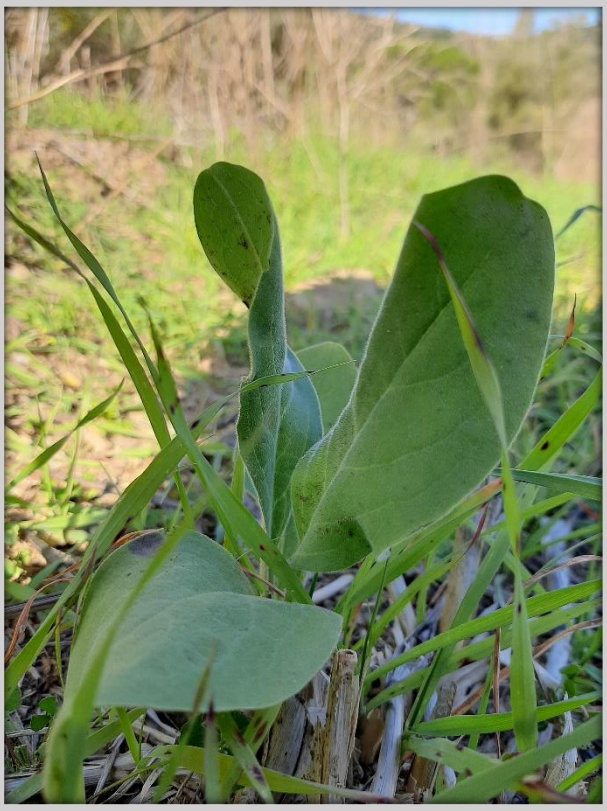
Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
I rizomi contengono mucillagini, zuccheri, amidi, sostanze di natura saponinica, un glucoside della vanillina, sali di potassio.
La gramigna rossa viene impiegata come droga alternativa o sostituiva del Dente canino (*Elymus repens*), usato da tempo immemorabile per le sue proprietà diuretiche, depurative, antiinfiammatorie, rinfrescanti e dissetanti.
Il decotto di gramigna rossa è un vecchio rimedio tradizionale per depurare l'organismo nel periodo primaverile. Per la sua azione drenante è un buon rimedio per la gotta, l'artrite e il reumatismo.
Una curiosa applicazione della gramigna rossa è quella di farne una birra economica e rinfrescante.
I rizomi essiccati e torrefatti sono un buon succedaneo del caffè e non hanno le controindicazioni de quest'ultimo.
Cynodon dactylon viene comunemente usata come erba da prato per i giardini all'inglese nei climi asciutti.
Fornisce anche un importante foraggio.

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
JAUZEIN P. Flore des champs cultivés, INRA, Paris. 1995
PATRI G., BONI U., 1979. Le erbe medicinali aromatiche e cosmetiche, Fabbri Editori, Milano
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
POLUNIN O., HUXLEY A., 1978. Guida alla flora mediterranea, Rizzoli Editore, Milano
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2479

Cynoglossum creticum Mill.

Famiglia - *Boraginaceae Juss.*



Nomi volgari:
Italiano: Lingua di cane a fiori variegati
Deutsch: Kretische Hundszunge
English: Blue hound's tongue
Español: Carruchera, cinogloso azul
Français: Cynoglosse de Crète

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).

Antesi: marzo - giugno

Descrizione:
Pianta erbacea bienne, alta 20 - 90 cm, di colore grigiastro ricoperta di tomento bianchiccio (patente e feltroso) sulle parti giovani con radice fittonante ben sviluppata.
Fusto angoloso, semplice, eretto e ramificato in alto con rami patenti, irsuti e tomentosi.
Il primo anno compare una rosetta basale con scapo foglioso; nel secondo la rosetta 30 x 7 cm, si presenta con foglie munite di picciolo alato di circa 7 - 9 cm, con lamina stretta oblungo-lanceolata, cosparsa di peli sottili in entrambe le facce (2-3 x 8-12 cm).
Le caulinari inferiori cortamente picciolate, oblunghe, semiabbraccianti e con nervature poco marcate; le superiori sessili e più o meno amplessicauli, di forma oblungo-lanceolata e arrotondate alla base.
Infiorescenza ramificata formante numerose cime scorpioidi.
Fiori prima rossastri e poi biancastri o raramente bianchi, solcati da un reticolo di strie blu- violetto nella faccia superiore e sono posti su brevi peduncoli di 2 - 3 mm, eretto patenti poi ricurvi verso il basso che poi si allungano alla fruttificazione.
Calice con lobi oblunghi e irsuti suddiviso fin quasi alla base in 5 segmenti allungati e ottusi.
Corolla appariscente, pentamera, superante il calice, imbutiforme o rotata e con tubo con 5 scaglie alla fauce.
Stami 5 inseriti nel tubo corollino; antere 1,1 - 1,3 cm; stilo più corto del tubo.
Il frutto è un achenio indeiscente di 5-7 mm, senza bordo inguainato, carpelli obovati con il dorso più o meno convesso e densamente ricoperto di corte spinule uncinate e tubercoli conici.

Habitat:
Incolti, greti asciutti, lungo fossi, vigneti, con preferenza di suoli calcarei o prossimi al PH neutro. Si trova ad altitudini da 0 a 1200 m s.l.m.

Etimologia:

- *Cynoglossum*: dal greco “κύων, κυνός” “cyon, cynòs” - cane e “γλῶσσα” - glossa lingua: lingua di cane, in riferimento alla forma delle foglie;
- *creticum*: dall'antico greco “Κρήτη” “Krētē” - Creta: dell'isola di Creta, cretese.

Distribuzione in Italia:

Fatta eccezione la Valle d’Aosta, è presente su tutto il territorio.

Utilizzi:

La specie è nota da molto tempo; nella medicina popolare si adoperavano le foglie, unite alla sugna, per curare ferite e scottature.

I principi attivi presenti in *C. creticum* sono in prevalenza alcaloidi (pyrrolizidine, echinatine, heliosupine, rinderine, cynoglossamine e inoltre alcamina, tannini, resine, gomma, inulina e saponina).

Nella medicina empirica sarda si utilizzavano le foglie fresche come antieczemico o con applicazioni dirette come cicatrizzante. Inoltre sembra avere proprietà emollienti ed espettoranti. Il suo utilizzo è stato abbandonato per la presenza di pyrrozolizidine che ingerito in dosi incontrollate è tossico.

Entità mellifera

Bibliografia:

RAMEAU J.-C., MANSION D., DUMÉ G., GAUBERVILLE C., 2008 Flore forestière française 3° vol., Institut pour le développement forestier, AgroParis Tech-ENGREF

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna

BAYER, BUTTLER, FINKENZELLER, GRAU. 1990. Piante del Mediterraneo - Rizzoli ed.

BLAMEY M. – GREY C. - WILSON, 1993, Toutes les Fleurs de Mediteraanée, Delaschaux et Niesté

Encicl.- Nel Mondo delle Piante - Edizioni Motta - 1980

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2483

Cytisophyllum sessilifolium (L.) O. Lang

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Citiso a foglie sessili
Deutsch: Südlicher Geißklee
English: Sessile-leaved tick trefoil
Español: Aliagueta fina. Rubiana redonda
Français: Cytise à feuilles sessiles

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Orof. SW-Europ. - Orofita sudovest-europea, con areale gravitante specialmente sulla Penisola Iberica (talora anche Massiccio Centrale); rara o mancante nei Balcani.
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: aprile - giugno

Descrizione:
Arbusto caducifoglio, interamente glabro, alto 1-2 m, con fusto eretto, striato con 3-5 costolature poco evidenti nei fusti adulti, corteccia bruna, numerose ramificazioni verdi e abbondantemente fogliose.
Le foglie dei rami fioriferi sono generalmente sessili, mentre quelle inferiori e dei rami sterili sono brevemente picciolate o spatolate, hanno il lembo trifogliato con foglioline ovate o rombico-orbicolari o anche lanceolate con il margine intero e più o meno acuminato, specialmente in quella centrale.
I fiori che sono riuniti in un'infiorescenza a racemo terminale, semplice, eretta e pauciflora (3-12 fiori), priva di foglie, sono ermafroditi, portati da brevi peduncoli (2-6 mm) con tre bratteole fogliacee che circondano la base del calice campanulato che è corto (4 mm) con due labbra ineguali il superiore più corto bidentato, l'inferiore tridentato. La corolla caduca, glabra, papilionacea di colore giallo vivo con la carena con petali liberi che termina con un becco ascendente e che è più corta del vessillo. Androceo monadelfo (con gli stami fusi per i filamenti in un sol fascio), antere ovoidi o subcilindriche e glabre, stilo cilindrico, stimma capitato.
Il frutto è un legume lungo 25-35 mm, appiattito, glabro, un po' arcuato, con 4-10 semi ovoidi, neri e lucidi.

Habitat:
Boschi chiari, radure, luoghi sassosi e rupi, preferibilmente su roccia calcarea o serpentina da 100 fino a 800 m, ma sulle Alpi Apuane fino a 1450 e sulle A. Marittime fino a 2200 m.

Etimologia:

- *Cytisophyllum*: da "Cytisus" - citiso e dal greco "φύλλον" "phýllon" - foglia: con foglie trifogliate come quelle del citiso;
- *sessilifolium*: da "sessilis" - sessile, con piccioli assai brevi o assenti, e da "folium" - foglia: con foglie sessili, prive di picciolo.

Distribuzione in Italia:
La specie non è segnalata solo in Sicilia, Sardegna, Valle d'Aosta e Friuli-Venezia Giulia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
PIGNATTI S., Flora d'Italia, 1982. 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
FERRARINI E., MARCHETTI D., 1994. Prodromo alla Flora della Refione Apuana, Accademia Lunigianese di Scienze Giovanni Capellini , La Spezia
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2524

Cytisus scoparius (L.) Link

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Citiso scopario, Ginestra dei carbonai, Amaracciole
Deutsch: Besenginster
English: Scotch broom
Español: Retama negra, escoba rubia
Français: Genêt à balais.

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Europ. - Areale europeo.
Subatl. - Europa occidentale e anche piu' ad oriente nelle zone a clima suboceanico.
W-Europ. - Europa occidentale dalla scandinavia alla Penisola Iberica.

Antesi: aprile – giugno

Descrizione:
Arbusto caducifoglio, alto da 1 a 3 m, molto ramificato e poco foglioso alla fruttificazione con fusto eretto, glabro, striato e angoloso per 5 coste aguzze longitudinali, con rami giovani verdi e diritti.
Le foglie inferiori dei rami vecchi sono portate da piccioli appiattiti, sono divise in 3 foglioline obovate od oblunghe e leggermente pubescenti, quelle superiori e dei rami giovani sono semplici, lanceolate, subsessili, lunghe 1-2 cm.
I numerosi fiori ermafroditi, di color giallo-oro intenso, sbocciano isolati o appaiati all'ascella delle foglie dei fusti dell'anno precedente, a formare vistose infiorescenze a racemo, portati da pedicelli glabri e biancastri, almeno due volte più lunghi del calice.
Calice bilabiato, glabro, di 6-7 mm, corolla caduca, di aspetto papilionaceo composta dalla carena ottusa, il vessillo smarginato all'apice e arrotondato alla base, le ali oblunghe e glabre, elementi tutti più o meno della stessa lunghezza (16-24 mm).
Androceo con 10 stami (4 lunghi, uno mediano e 5 corti), diadelfi (con i filamenti saldati insieme in due gruppi) con antere basifisse e dorsifisse; ovario con i margini cigliati e stilo glabro o peloso.
Il frutto è un legume ellittico, appiattito, di 20-50 x 7-12 mm, cigliato sui margini, verde poi bruno-nerastro a maturazione, quando con deiscenza esplosiva espelle i semi (generalmente 13) ovoidi o ellittici e appianati, di (2)2,7-4 x 2-3 mm, brunastri o verdastri con strofiolo bianco-giallognolo.

Habitat:
Boschi, brughiere e radure delle zone collinose, al margine dei sentieri, su ogni tipo di suolo anche se predilige i terreni silicei, da. 0-1400 m.

Etimologia:

- *Cytisus*: da "cytisus" nome latino di un'erba medica, questo dal greco "κῡτῖσος" "cýtisos" - citiso, una leguminosa;
- *scoparius*: da scopa: adatto per fare scope o simile a una scopa. In antichità si usava per pulire i forni da pane, poichè i suoi rami sono flessibili e difficilmente infiammabili.
- Il nome volgare "ginestra dei carbonai" proviene dall'uso dei suoi rami che grazie alla loro scarsa infiammabilità, posti sulla cima delle cataste di legna circondate dalla terra, che formavano le carbonaie, consentivano di bruciare lentamente per una miglior qualità del carbone prodotto. Inoltre sempre i carbonai usavano i suoi rami per costruire il tetto delle loro capanne, nei boschi dove in estate lavoravano.

Distribuzione in Italia:
La specie è presente in tutto il territorio tranne il Veneto.

Utilizzi:
Entità officinale
Pianta vasocostrittrice, cardiotonica, catartica, diuretica, emetica, ma
contiene glicosidi tossici la cui ingestione provoca agitazione, nausea, vomito, ipotensione, allucinazioni.
Specie arbustiva per la sua abbondante fioritura e la sua rusticità è coltivata a scopo ornamentale e come per tutte le ginestre viene usata per il consolidamento di scarpate e pendii sassosi. Dalle fibre del fusto si ricavano tessuti, carta, cesti, scope, dai suoi fiori sostanze coloranti e repellenti mentre il suo legno elastico veniva usato per fabbricare balestre.

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2539

Dactylis glomerata L.

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Erba mazzolina comune
Deutsch: Gemeines Knaulgras
English: Cock's-foot
Español: Dáctilo, Pasto ovillo
Français: Dactyle aggloméré, Pied de poule

Forma biologica:
H caesp - Emicriptofite cespitose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con aspetto di ciuffi serrati.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: febbraio – luglio

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, cespitosa, verde-grigiastra, glaucescente, alta 30-120 cm, munita di robusta radice fascicolata e di culmi eretti o ginocchiato-ascendenti, rigidi, caratteristicamente compressi alla base.
Foglie scabre a lamina lineare, canalicolata, larga 4(6)-8(10) mm; ligula oblunga, di 2(3)-(5)10 mm, tronca o acuta, spesso lacerata, senza orecchiette.
Infiorescenza in pannocchia a contorno triangolare, di 3-10 cm, eretta, con 1-2 ramificazioni basali distanziate, rigide ed appiattite, più o meno patenti al momento dell'antesi.
Spighette di 6-7(8) mm, 2-5flore, lateralmente compresse, riunite in glomeruli unilaterali molto densi e compatti all'apice delle ramificazioni nude tra la rachide principale ed i glomeruli.
Glume subeguali, verdi o più o meno violacee, coriacee, di 3-3,5 mm, cigliate o irsute sulla carena e mucronate, l'inferiore uninervia, la superiore trinervia; lemmi (5 mm) membranacei, a 5 venature, cigliati sulla carena; palea lunga più o meno quanto il lemma.
Antere (3-4 mm) gialle o violacee.
Il frutto è un antecario con le cariossidi oblunghe o ellissoidi, leggermente triangolari, più corte dei lemmi, spighette 3-4flore, di 5-9 mm, che si disarticolano sopra le glume e tra i fiorellini, glume volacee di 3-3,5 mm, scabre o cilgliate lungo la chiglia, acute all'apice; lemmi 4-7 mm, scabri o brevemente pelosi.

Habitat:
Prati falciabili, bordi stradali, incolti, siepi, margini boschi, su substrato ricco di azotati, da 0 a 2000 (max 2500) m s.l.m.
Specie mesofila e sinantropica.

Etimologia:

- *Dactylis*: dal greco “δακτυλος” “dáctylos” - dito, per la somiglianza della pannocchia con le falangi di un dito;
- *glomerata*: da “glŏměro” - avvolgere, raggomitolare, addensare, raggruppare: con parti riunite a mazzo all'apice (ad es. fiori raggruppati in un’infiorescenza).

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Curiosità:
Dactylis glomerata, sebbene sia grossa e dura, costituisce un'importante erba da pascolo e da fieno, molto produttiva e longeva, ricca di nutrienti. È molto apprezzata dal bestiame, per cui viene anche ampiamente coltivata come pianta foraggera.
Può essere parassitata da un fungo, comunemente chiamato "segale cornuta" (Claviceps purpurea).

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
JAUZEIN P. Flore des champs cultivés, INRA, Paris. 1995
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
RAMEAU J.-C., MANSION D., DUMÉ G., GAUBERVILLE C., 1989, 1° vol. di Flore forestière française, Institut pour le développement forestier, AgroParis Tech-ENGREF
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2543&nnn=%3Ci%3EDactylis%20glomerata%3C/i%3E%20L.

Daphne laureola L.

Famiglia - *Thymelaeaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Dafne laurella, Dafne laureola
Deutsch: Lorbeer-Seidelbast
English: Spurge laurel
Español: Adelfilla, barrabon
Français: Laurier des bois

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).
Subatl. - Europa occidentale e anche piu' ad oriente nelle zone a clima suboceanico.
Submedit. - Areale prevalentemente mediterraneo.

Antesi: febbraio - aprile

Descrizione:
Pianta arbustiva sempreverde alta 60-120(140) cm.
Fusto eretto, poco ramificato, portante solo foglie apicali; la corteccia prima è verde poi vira al castano chiaro.
Rami carnosi e dicotomi, glabri e grigiastri.
Foglie (25)30-120(130) x (8)10-35(40) mm di forma lanceolato-obovata, subacute, coriacee, sessili o brevemente picciolate, quelle inferiori ripiegate verso il basso, quelle mediane patenti e le superiori erette; sono di un verde intenso e lucente nella pagina superiore (che è anche solcata simmetricamente da una nervatura longitudinale evidente) e più o meno glauche in quella inferiore.
Infiorescenza in racemo ascellare di foglie dell'anno precedente, è formata da fascetti sessili o brevemente peduncolati, con brattee squamose dell'anno precedente subito caduche, portanti 3-7(10) fiori, in antesi prima della comparsa delle nuove foglie.
Fiori giallo-verdastri, glabri, lievemente profumati, lunghi 7-12 /14) mm, quelli femminili subsessili, di 4-5(6) mm, più piccoli di quelli ermafroditi e con ipanzio (5)6-9 mm caduco (rossastro a maturità).
Sepali 2-3 mm di forma, da ovato triangolare a ottusa, lunghi più o meno la metà dell'ipanzio.
Stami raccolti in 2 ordini e sporgenti dal perigonio.
Il frutto è una drupa più o meno sferica di 6-8 mm, molto carnosa, prima verde, rossa e poi nerastra.
Semi ovoidi attenuati all'apice, di 5-10 x 6-10 mm.

Habitat:
Boschi di latifolie a Faggio, Cerro, Castagno, Carpino ecc.; in suoli calcarei o leggermente acidi da 300 a 1500 m slm.

Etimologia:

- *Daphne*: da “Δάφνη” “Dáphne” - Dafne, bellissima ninfa della mitologia greca che per sfuggire ad Apollo si trasformò in pianta di alloro: per le foglie somiglianti a quelle dell'alloro;
- *laureola*: diminutivo di “Laurus” - alloro: con l'aspetto di un piccolo alloro, riferito alla forma delle foglie.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
BIAGIOLI M., GESTRI G., ACCIA B., MESSINA I.A., 2002. Fiori sulla Pietra- Ed. Gramma.
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
ZANGHERI P., 1976 Flora italica I-II, CEDAM, Padova
Enc. Nel Mondo delle Piante, Ed. Motta
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2581

Daucus carota L.

Famiglia - *Apiaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Carota selvatica
Deutsch: Wilde Möhre
English: Wild carrot
Español: Zanahoria
Français: Carotte sauvage

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: febbraio - dicembre

Descrizione:
Pianta bienne, o annua, più o meno ispida. La radice è lunga e a fittone, di colore giallastro, carnosa, fusiforme e ramosa. I fusti sono generalmente eretti, pelosi, a volte striati, semplici e leggermente ramosi nella parte superiore. Raggiunge gli 80 cm di altezza. Tutta la pianta, se stropicciata emana il caratteristico odore di carota. Ha un aspetto molto variabile con portamento compatto oppure slanciato ed espanso. Le foglie sono di aspetto molto variabile, le inferiori hanno segmenti ovali inciso-dentati, le superiori sono divise in lacinie lineari. L'infiorescenza ad ombrella di 5 - 7 cm è costituita da 20 - 40 raggi. I piccoli fiori hanno con petali bianchi, a volte rosa, il centrale porpora-nerastro. Le brattee distese durante la fioritura, si piegano a palla al momento della fruttificazione. I frutti sono degli acheni ellittici.

Habitat:
Negli incolti, nei prati, lungo le strade, in genere negli ambienti aridi; da 0 a 1.400 m s.l.m.

Etimologia:

- *Daucus*: nome latino della carota in Galeno di Pergamo (129 – 199 d. C.), derivato dal greco “δαῦκος” “daucos” (in Dioscoride carota selvatica o una specie di pastinaca) o “δαῦκον” “daucon” (in Teofrasto), a sua volta da “δαίω” “daio” - abbrucciare, riscaldare: per le sue supposte proprietà riscaldanti;
- *Carota*: dal greco “καρωτόν” “karotón” (tardo latino “carōta”) - carota, in Difilo di Siphnos (medico, I sec. a.C.), autore di de Rebus Naturalibus. La denominazione di specie “carota” si trova usata già nel 2° - 3° secolo d.C. da autori che ne spiegavano l'uso in cucina.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.Costituenti principali: olio essenziale, pectina, flavonidi, sostanze minerali, carotene, vitamine B1; B2, C.Si tratta di un’erba aromatica, diuretica, ad azione decongestionate sul tratto digerente e stimolante sull'utero.Indicata contro i calcoli urinari, cistite, gotta, edemi, nella digestione con flatulenza, nei problemi mestruali. L'infuso dei semi stimola la digestione ed è di sollievo nelle affezioni delle vie urinarie. Le carote fresche o il loro succo, per l'alto contenuto in oli essenziali possono essere impiegate come vermifugo. L'olio viene utilizzato nei prodotti cosmetici per il suo contenuto in beta-carotene. L'uso cosmetico dell'estratto oleoso migliora lo stato delle pelli secche e screpolate. Per le proprietà emollienti, restitutive e protettive cutanee, è ampiamente utilizzato in emulsioni e unguenti per il trattamento delle pelli secche e nei prodotti antinvecchiamento, per stimolare l'abbronzatura e per curare le impurità della pelle. L'olio estratto dai semi è inoltre utilizzato nella fabbricazione di liquori; la parte centrale porporina del fiore, viene impiegata dagli artigiani nella miniatura.

Curiosità:
L’antenata della carota commestibile era conosciuta sin dall'antichità. Poche sono le notizie storiche della pianta, ma è noto che veniva apprezzata da greci, latini, slavi e germani soprattutto per il suo profumo aromatico. In epoca romana erano sottili e nodose, il gusto era acre il cuore biancastro, il colore violaceo e la consistenza “dura come pietra”. Mentre il fittone radicale della carota selvatica è legnoso, sottile e di odore sgradevole, quello che consumiamo oggi fu selezionato nel XVI secolo, si ingrossa ed è ricchissimo di caroteni. È raffigurata negli affreschi di Pompei e Plinio la cita per le proprietà cicatrizzanti, diuretiche e stimolatrice dell'apparato gastrico. In Inghilterra, durante il regno di Giacomo I, si instaurò fra le dame la moda di adornarsi i capelli con rami fioriti di carota selvatica. Ci sono diverse leggende che riguardano questa pianta: si riteneva che un fiore di carota, raccolto nelle notti di luna piena, servisse a curare l'epilessia, oppure che aiutasse il concepimento: per favorirlo era necessario bere un bicchiere di vino, nel quale fossero stati bolliti i fiori della pianta. Probabilmente a causa della sua forma, era considerata afrodisiaca e atta a curare l'impotenza maschile.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
FERRARI M. e MEDICI D. 2003 "Alberi e arbusti in Italia" Edagricole 2003
UBALDI D. 2003 "la vegetazione boschiva d'Italia" Clueb
BERNETTI G.e PADULA M. 1984 “Le latifoglie nobili nei nostri boschi” Quaderni di Monti e Boschi, Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=222

Digitalis micrantha Roth ex Schweigg.

Famiglia - *Plantaginaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Digitale appenninica, Digitale a fiori piccoli
Français: Digitale du Sud

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Endem. Ital. - Presente allo stato spontaneo solo nel territorio italiano.

Antesi: aprile - luglio

Descrizione:
Pianta erbacea perenne h. 50-90 cm, munita di un rizoma orizzontale legnoso bruno-scuro e di un fusto eretto, cilindrico, glabro, semplice o ramoso nella parte superiore.
Foglie alterne, oblungo-lanceolate, le inferiori attenuate in picciolo, quelle del caule sessili, gradatamente più piccole, tutte glabre, appena cigliate al margine e debolmente dentate.
Infiorescenza riunita in un lungo e vistoso grappolo terminale, generalmente unilaterale, ma anche multilaterale, compatta con fiori contigui, brevemente picciolati. Colori dominanti del perianzio: giallo o arancio.
La corolla è tubulosa, piccola, giallognola di 2-3 x 9-11 mm e con la fauce larga 5 mm. I lobi laterali piccoli diritti, non riflessi, con macule brunastre ben evidenti, il lobo del labbro superiore bilobo, quello inferiore obovato munito di peli corti e densi, ornato di striature rossicce, che servono da guida agli insetti impollinatori.
Il calice è composto da lacinie di 1,5 x 5,5 mm ovato-lanceolate, completamente glabre, molto più larghe alla base, che si sovrappongono coi loro margini.
Frutto capsula più o meno globosa, bruscamente acuminata all'apice.

Habitat:
Cresce in pascoli aridi, in faggete ed in boschi misti dell'Italia centro-meridionale, da 300 a 1800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Digitalis*: da “digitus” - dito, per la corolla a forma di ditale: nome pubblicato da Fuchs latinizzando il tedesco “fingerhut” - ditale;
- *micrantha*: dal greco “μικρός” “micrós” - piccolo e da “ἄνθος” “ánthos” - fiore: dai fiori piccoli.

Distribuzione in Italia:

È presente a partire dall’Emilia-Romagna verso sud, escluse le isole.

Utilizzi:

Entità officinale

In tutte le specie del genere Digitalis sono contenuti dei glucosidi cardioattivi, ma solo la Digitalis lanata Ehrh. (coltivata), originaria dell'Europa orientale e la D. purpurea sono le due specie che vengono utilizzate su scala industriale per scopi famaceutici, per la estrazione di principi attivi cardiotonici.

Bibliografia:

PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982

ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova

CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2701

Dioscorea communis (L.) Caddick & Wilkin

Famiglia - *Dioscoreaceae R.Br.*

Nomi volgari:
Italiano: Tamaro, Cerasiola, Uva tamina, Vite nera, Viticella
Deutsch: Gemeine Schmerwurz
English: Black bryony
Español: Nueza negra
Français: Tamier commun

Forma biologica:
G rad - Geofite radicigemmate. Piante con organi perennanti sotterranei che portano le gemme da cui, ogni anno, si riforma la parte aerea.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: marzo – maggio

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, con radice tuberosa, rampicante ed avviluppante, con fusti esili e flessuosi, che ricadono verso il basso, glabri, di colore verde scuro tendente al marrone rossastro. I tralci maschili sparsi di minute bratte fogliacee, quelli femminili più sottili, portano foglie picciolate. Altezza 1 - 4 m.
Le foglie sono lungamente picciolate, alterne, cordate, cuoriformi, acuminate all'apice di colore verde brillante.
I fiori unisessuali, sono riuniti in racemi ascellari allungati, i maschili hanno 6 stami, fiori solitari o in fascetti di 2 - 3 elementi, i femminili in brevi racemi 3 - 5 elementi, hanno ovario infero, 1 stilo, 3 stimmi bilobati. Il perigonio verde pallido, con 6 lacinie campanulato patenti.
I frutti sono bacche ovoidi, che si presentano riunite in apparenti grappoli, rosse, lucide, con punta scura, contengono 6 semi sferici rossi.

Habitat:
Pianta tipica del sottobosco, radure, luoghi cespugliosi, siepi. Generalmente fra 0 - 800 m s.l.m. in Sicilia sino a 1.400 m.

Etimologia:

- *Dioscorea*: genere dedicato a Pedanio Dioscoride Anazarbeo (di Anazarbo Asia Minore), medico di cultura greca, botanico e farmacista, vissuto nel I secolo d.C.;
- *communis*: comune, banale.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale
Costituenti principali: ossalato di calcio e di potassio, saponine, tannini e una sostanza simile all'istamina.
Pianta emolitica, antiecchimotica, diuretica, emetica.
In passato la pianta era impiegata nella terapia dell'alopecia, dei reumatismi e delle contusioni, le bacche erano impiegate nella cura dei geloni.
Solo la radice, ricca di ossalato di potassio, viene oggi impiegata per facilitare il riassorbimento delle ecchimosi.
I giovani germogli, sono preferibili quelli prodotti dalle piante maschili perché sono più grossi, possono essere utilizzati cotti come gli asparagi, in frittate e zuppe, ma hanno sapore amaro-saligno!
I frutti, acri e caustici, sono causa di avvelenamenti anche gravi, che si manifestano con forte bruciore alla bocca, irritazione delle mucose intestinali, vomito e diarrea persistenti, difficoltà di respirazione, aumento della temperatura corporea.

Curiosità:
In Francia il Tamaro è noto come "Herbe aux femmes battues", cioè "erba per le donne picchiate". Tale denominazione nasce dall'uso terapeutico della polpa grattugiata della radice applicata come impacco su contusioni, ematomi e distorsioni.
Nella bergamasca questa pianta viene chiamata "ligabosch" per il portamento avviluppante.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
ARIETTI N., 1974. La flora economica e popolare del territorio bresciano. Geroldi. Brescia
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7616&nnn=Dioscorea%20communis

Dipsacus fullonum L.

Famiglia - *Caprifoliaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Scardaccione selvatico, Cardo dei lanaioli selvatico, Cardo
Deutsch: Wilde KardeTeasel
English: Fuller's Teasel
Español: Cardencha, cardo de cardadores
Français: Cardère sauvage

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: maggio – agosto

Descrizione:
Pianta bienne, con robusta radice a fittone, fusti eretti, tubulosi, forcuti all'apice, solcati, con spine molli e patenti, raggiunge i 2 m di altezza.
Le foglie basali in rosetta oblungo-subovali, presentano spine sulla nervatura centrale, sulla pagina inferiore e a volte anche su quella superiore. Le foglie cauline sono opposte, saldate a 2 a 2 alla base (connate), lanceolate larghe, i margini, la nervatura centrale e la pagina superiore sono spinosi e dentati.
I fiori biancastri o color malva, sono riuniti in capolini ovali, avvolti da brattee lineari spinose e più lunghe dei fiori. Le corolle hanno lobo superiore più sviluppato degli altri tre; tra i fiori sono presenti numerose brattee acute sporgenti.
La fioritura ha inizio all'equatore dell'ovoide-ricettacolo, per poi proseguire verso i poli opposti.
Lo sfasamento temporale e progressivo dall'antesi, è una strategia vegetale che favorisce la fecondazione.
I frutti sono piccoli acheni di forma allungata, con involucretto quadrato, 4 dentelli sugli angoli e calice a coppa.
Nel genere Dipsacus, l'irrigidimento e allungamento, sino a formare un uncino, delle brattee, assieme all'habitus simile a quello dei Cardi, rendono possibile il catapultamento degli acheni quando la pianta viene sfiorata dagli animali.

Habitat:
Pianta comune dei bordi delle strade, dei luoghi incolti, dei fossi e delle macerie, 0 - 1.400 m s.l.m.

Etimologia:

- *Dipsacus*: dal greco “διψα” “dípsa” - sete: riferito alla conca che le foglie connate formano presso la loro inserzione sul fusto, in questa conca, si raccoglie l'acqua piovana. Il nome “dipsacos” - cardo da cardare, viene citato da Plinio
- *fullonum*: genitivo plurale di “fullo, fullonis” - lavandaio e in seguito anche follatore, cardatore: dei cardatori, per le infruttescenze spinose che venivano usate per cardare il lino e la lana

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale
La pianta ha proprietà sudorifere, aperitive, diuretiche e depurative. Nel passato, veniva usata dalla medicina popolare come rimedio contro la pelle screpolata e nella cura delle fistole anali.

Curiosità:
Il cardo è stato utilizzato nella lavorazione della lana fin dai tempi più antichi della civiltà egiziana; ne fa menzione anche Carlo Magno nei Capitolari (812 d.c.), raccomandando la coltivazione dei "cardones" nell'orto, accanto alle altre colture per la "familia". Alle congregazioni religiose, molto probabilmente si deve l'opera di selezione, introdussero la coltivazione nei terreni incolti e la diffusero ampiamente in Francia.
La specie coltivata Dipsacus sativus (L.) Honck., è infatti derivata dalla selezione fatta dall'uomo nei secoli sulle piante che presentavano capolini più uniformi e compatti e per questo più adatti al lavoro della garzatura. Tale utilizzo, in Italia, portò alla coltivazione dei cardi dalla metà del XIX secolo, ad opera di Sisto Bocci (proprietario del lanificio di Soci): si importarono semi francesi per migliorarne la qualità aumentando la dimensione del capolino. Da quel momento, per una serie di congiunture politiche che favorirono lo sviluppo di una vera e propria industria tessile in Italia, anche la connessa coltura industriale del cardo decollò, inserendosi stabilmente nel sistema colturale del Casentino.
La coltura trovò negli anni 50 - 60 la sua massima espansione e il declino iniziò con l'aumento del costo della manodopera e con il mutamento degli indirizzi tessili.
I "garzi" (infruttescenze) vengono ancora oggi usati, per garzare eliminando la borra superficiale dei tessuti di lana, rendendoli più morbidi e lucenti, nella lavorazione dei tessuti pregiati e del tradizionale "Panno del Casentino", per ottenere il tipico "ricciolo". Il cardo vegetale infatti, a differenza di quelli di acciaio o plastica, ha spine anche sulle pagine delle brattee e permette di ottenere una lavorazione più fine.

Bibliografia:
PIGNATTI S., Flora d'Italia.Edagricole, Bologna. 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma. 2005
JAUZEIN P. Flore des champs cultivés, INRA, Paris. 1995
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI). 2005
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2721

Echium vulgare L.

Famiglia - *Boraginaceae' Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Viperina azzurra, Viperina comune
Deutsch: Gewöhnlicher Natternkopf
English: Viper’s bugloss
Español: Viborera, melera
Français: Vipérine commune

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Europ. - Areale europeo.
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: marzo – settembre

Descrizione:
Pianta erbacea bienne alta 30 - 90 cm.
Fusto eretto e ramoso, talvolta con 1-2 rami fioriferi, irto di peli setolosi inseriti in un tubercolo di colore rosso-bluastro.
Foglie basali, formanti una rosetta, sono di forma oblanceolata, lineare-spatolata, ricoperte di tubercoli e peli molli; le superiori alterne, sessili e più arrotondate, decrescenti e ristrette alla base.
Fiori riuniti in piccoli grappoli scorpioidi formanti una pannocchia racemosa, lassa, cilindro- piramidata.
Calice formato da lacinie di 4 - 5 mm, lineari ed acuminate.
Corolla campanulata azzurro - violacea, raramente rossastra, zigomorfa con 5 lobi ineguali 10-17 (20) mm, dei quali i due posteriori sono più lunghi, quello mediano e gli anteriori più piccoli e riflessi.
Stami riflessi, inseriti nel tubo corollino, più lunghi della corolla e posti su sottili filamenti glabri di lunghezza variabile 2 -3,5 mm, stilo esile e biforcato più lungo degli stami.
Frutto racchiuso in esili sepali e formato da 4 nucule angolose con evidenti linee in rilievo.

Habitat:
Incolti, luoghi sassosi, pascoli aridi da 0 a 1700 m.

res herbis

Etimologia:

- *Echium*: dal greco “ἔχις” “ékhis” - vipera: pianta delle vipere, da qui la traduzione popolare in "erba viperina" quale collegamento delle antiche pratiche mediche;
- *vulgare*: da “vúlgus” “volgo” - molto comune, ordinario per la grande diffusione, banale.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Nella medicina popolare vengono usate sia le radici che le foglie come emollienti, espettoranti e contro la tosse. È specie mellifera. Secondo alcuni antichi erboristi l'infuso di semi di E. vulgare scaccia la malinconia ed è in grado di stimolare il flusso del latte nelle madri.

Curiosità:
Dodoens ricorda e trascrive una leggenda in cui Nicandro e Alcibiade, essendo stati morsi da una vipera ed essendo a conoscenza delle proprietà di questa pianta, la masticarono, inghiottendone i succhi, il resto della poltiglia lo misero sulla ferita inferta dalla vipera e in tal modo guarirono.
Esistono varietà coltivate, utilizzate per abbellire i giardini con i loro colori sgargianti.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" - Edagricole
BIAGIOLI M., GESTRI G., ACCIA B., MESSINA I.A., 2002. Fiori sulla Pietra- Ed. Gramma.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
Encicl. - Nel Mondo delle Piante - Edizioni Motta - 1980
AESCHIMANN D. et al., 2004. Flora Alpina - Zanichelli
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2802

Equisetum telmateia Ehrh.

Famiglia - *Equisetaceae de Candolle*

Nomi volgari:
Italiano: Equiseto massimo, Equiseto maggiore, Coda di cavallo maggiore
Deutsch: Riesen-Schachtelhalm
English: Giant horsetail
Español: Equiseto mayor
Français: Grande prêle

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Periodo di sporificazione: febbraio - maggio

Descrizione:
Pianta erbacea perenne e rizomatosa alta 40-200 cm con fusti fertili semplici, di colore bruno pallido misurano fino a 40 cm con diametro di 1-2 cm, hanno ad ogni nodo guaine fogliari con 20-30 denti al margine, che ricoprono interamente l'internodo, all'apice sviluppano un racemo a forma di spiga, lungo 6-8 cm, formato da sporangi a forma di piccoli scudi, dove si sviluppano le spore.
Avvenuta la sporazione i fusti fertili appassiscono e dal terreno spuntano i fusti sterili verdi, che a completo sviluppo raggiungono altezze apesso assai superiori al metro; sono costolati, profondamente solcati e ruvidi con una cavità centrale che misura 2/3 del diametro; hanno internodi gialli, il primo dei quali uguale o più corto della guaina caulina adiacente e al contrario di quelli fertili che solo raramente possono portare alcuni rami, hanno numerose ramificazioni in verticilli densi ed allargati che in alto superano il fusto; hanno anche questi, al posto delle foglie guaine fogliari applicate al fusto, cilindriche, tanto lunghe che larghe, con grossi denti membranacei, marroni, appuntiti all'apice e persistenti.
Strobili bruni più o meno chiari, ottusi all'apice, lunghi fino a 4 (10) cm.

Habitat:
Terreni umidi e freschi, acquitrini luoghi paludosi, sponde corsi d'acqua, boschi misti dal piano fino a 1.500m.

Etimologia:

- *Equisetum*: dal genitivo di “équus” - cavallo e da “sétum” - setola, crine: che ricorda i crini della coda di cavallo, per l'aspetto dei fusti sterili della pianta;
- *telmateia*: dal greco “τελματιαῖος, α,” ” telmataῖos, a,” - palustre, che vive nelle paludi (derivato da “τέλμα télma” - stagno, palude): riferimento all'ambiente di crescita.

Distribuzione in Italia:
Molto comune in tutto il territorio

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Grazie ai suoi principi attivi quali sali di ferro, potassio, manganese, magnesio e calcio, acido silicico, malico e ossalico, tannini, resina, sostanza amara, saponoside equisetonina, alcaloide equisetina, flavonosidi isoquercitrina e luteolina, sembra godere di diverse proprietà, antiemorragiche, astringenti, depurative, diuretiche e per via esterna decongestionanti e vulnerarie sulle emorroidi, epistassi, varici, infiammazioni del cavo orale e ferite cutanee. Tutte queste proprietà venivano sfruttate nella medicina popolare preparando tinture, decotti, polveri da usare a seconda dei casi.
Ma anche la moderna fitocosmesi impiega queta pianta per preparazioni nutrienti e rassodanti per pelli secche e senescenti ed anche detergenti e rivitalizzanti per pelli foruncolose.
In cucina vengono usati i germogli giovanissimi dei fusti fertili, prima che induriscano con l’accrescimento, e vengono consumati crudi in insalata o lessati o preparati in altri numerosi modi (fritture, sformati, polpette).

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=91

res herbis

Erica scoparia L.

Famiglia - *Ericaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Erica da scope, Scopa gentile, Scopiglio
Deutsch: Grünblütige Heide
English: Green heather
Español: Brezo blanquillo, Brezo de escobas
Français: Bruyère à balais, Bruyère mâle

Forma biologica:
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
W-Medit. - Zone occidentali del Mediterraneo.

Antesi: aprile - giugno

Descrizione:
Si tratta di un alto arbusto sempreverde, alto 50 -150 cm, con foglie aghiformi glabre e di colore verde scuro lunghe 4 - 7 mm e larghe 1 mm, rivolute al margine. I fusti sono numerosi, eretti e legnosi a corteccia bruna; i rami giovani glabri con la corteccia di colore bruno chiaro e screpolature o placche argentine. I fiori sono molto piccoli (lunghi 0,15-0,30 cm), bianco verdastri e non sono profumati, hanno una corolla globulosa a 4 lobi e caratteristici stimmi rossi.

Habitat:
I terreni preferiti sono quelli acidi. L'erica da scope è una specie mediterranea di boschi termofili, macchie e garighe su substrati silicei, soprattutto dopo ripetuti incendi, con l'optimum nella fascia del leccio. Arriva fino al piano collinare (0 – 500 m s.l.m.).

res herbis

Etimologia:

- *Erica*: dal greco “ἐρείκω” “ereíko” - tritare, sbriciolare: per l'habitat di sfasciumi;
- *scoparia*: da scopa: adatto per fare scope o simile a una scopa.

Distribuzione in Italia:
È presente lungo i litorali occidentali italiani e sui rilievi prossimi alle coste, dalla Liguria al Lazio, se ne conoscono due piccoli subareali disgiunti in Emilia-Romagna (nella fascia collinare a Sud di Imola) e in Abruzzo. In Toscana e Liguria, dove è abbastanza frequente e talvolta assai abbondante, forma spesso fitte e impenetrabili macchie assieme all'erica arborea. Si rinviene sporadicamente nella fascia esterna degli stagni temporanei sardi a contatto con la macchia mediterranea.

Utilizzi:
Entità officinale.
È usata, da tempi remoti, per la costruzione di scope, ramazze e granate e per i tetti delle capanne. Ha una facile infiammabilità ma è anche fra le prime specie che ricolonizzano i terreni arsi dagli incendi.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2927
https://it.wikipedia.org/wiki/Erica_scoparia
http://www.sardegnaflora.it/linkarbusti/erica_scoparia.html

res herbis

Erodium cicutarium (L.) L'Hér.

Famiglia - *Geraniaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Becco di grù comune, Becco di grù cicutario, Cicutaria
Deutsch: Gewöhnlicher Reiherschnabel
English: Redstem filaree
Español: Alfilerillo cicaturo
Français: Bec, De-grue commun

Forma biologica:
T caesp - Terofite cespitose. Piante annue che formano ciuffi serrati, normalmente con più steli fiorali.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica...

Antesi: febbraio - novembre

Descrizione:
Pianta erbacea annuale o perenne, alta 3-60 cm, con radice fittonante e fusto ridotto o subnullo lungo 1-5 cm peloso con peli eretto-patenti, spesso con sfumature rossastre; aspetto variabile in funzione della stagione e dell'habitat.
Foglie basali completamente pennato-divise, larghe 1-2 cm e lunghe 3-5 cm con 9 - 11 segmenti ovati, pennato partiti con incisioni più profonde di mezzo della lamina.
Fiori ermafroditi, attinomorfi, 5ciclici, 5meri, cime o ombrelle 2-3-4 flore su peduncoli lunghi circa 1 cm, eretti solo durante l'antesi; brattee alla base del capolino largamente ovali; calice formato da 5 sepali liberi lunghi 5-6 mm con breve mucrone apicale; fiore a 5 petali rosei in genere poco più lunghi dei sepali pelosi sull'unghia; 5 stami, alternati a 5 staminoidi squamiformi tutti saldati alla base; ovario supero; stili concresciuti in un becco che prolunga l'ovario; stimmi lineari.
Frutto su peduncoli sempre ripiegati alla fruttescenza, formato da una porzione inferiore avvolta dal calice ed un becco lungo 3-4 cm; la porzione inferiore contiene 5 acheni irsuti, lunghi 4-5 mm, con un solco all'apice della fossetta; gli acheni a maturità si separano per avvolgimento igroscopico dello stilo, che si lacera in reste ritorte a spirale.

Si tratta di specie ad alta variabilità: in popolazioni sviluppatesi durante l'estate o su terreni più pingui può presentare fusti lunghi fino a 60 cm abbondantemente fogliosi, le foglie possono essere 2-3 pennatosette con ombrelle 3-10 flore. Le dimensioni dei petali sono molto variabili; anche il colore può essere più o meno sbiadito o con una macchia scura alla base dell'unghia.

Habitat:
Incolti, bordi di strade, prati asciutti, vigne, suoli sabbiosi dal livello del mare a 1800 metri.

res herbis

Etimologia:

- *Erodium*: dal greco “ἐρῳδιός” “erodios” - airone, per la forma del frutto, la cui lunga punta richiama il becco dell'airone (da cui anche il nome italiano becco di gru);
- *cicutarium*: da Cicuta: con l'aspetto di cicuta (usualmente per la forma delle foglie pennatosette).

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale
Si utilizza tutta la pianta, privata delle radici, raccolta al momento della fioritura e i semi. Contiene tannino, acido ellagico, acido gallico e sali potassici. Ha effetti diuretici, antiemorragici ed è stimolante del tono uterino.

Curiosità:
Anche altri generi della famiglia Geraniaceae hanno ricevuto il loro nome per la somiglianza del loro frutto con il becco dei trampolieri.
Geranium deriva dal greco “geranòs” che significa gru e Pelargonium deriva dal greco “pelargòs” che significa cicogna.
I semi di Erodium vengono lanciati fuori dal frutto e possono attaccarsi al pelo degli animali grazie alle lunghe reste spiralate; in questo modo vengono diffusi; le reste spiralate permettono ai semi di penetrare facilmente nel terreno, quando cambia l'umidità atmosferica.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2963

Euonymus europaeus L.

Famiglia - *Celastraceae R.Br.*

Nomi volgari:
Italiano: Fusaria comune, Fusaggine comune, Berretto da prete, Berretta da prete, Evonimo comune, Corallini
Deutsch: Gewöhnliches Pfaffenhütchen
English: European Spindletree
Español: Boj montés, Bon etero
Français: Fusain d'Europe

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Europ. - Areale europeo.

Antesi: marzo - giugno

Descrizione:
Arbusto cespuglioso deciduo, raramente alberello. Fusto brunastro con rami opposti, i giovani quadrangolari di colore verde opaco punteggiati di chiaro, presentano sottili rilievi longitudinali. Il legno è di colore giallo con odore di mela. Gemme apicali dei rami principali 2 - 4 mm. Altezza 1 - 5 m.
Le foglie sono picciolate, opposte, ellittiche o lanceolate con apice acuto e margine finemente dentato; la pagina superiore verde scuro, quella inferiore più chiara.
I fiori in cime ascellari multifiori con 2 - 9 elementi, sono ermafroditi, raramente anche unisessuali, tetrameri, si sviluppano contemporaneamente alle foglie; hanno breve peduncolo, calice gamosepalo verde, persistente, sepali verdi, petali di forma allungato-lineare, di colore bianco-giallastro o bianco-verdastro, lunghi più o meno il doppio del calice. Gli stami sono più corti della corolla.
I frutti sono capsule pendule, carnose, con 4 lobi marcati, prima verdi, poi in autunno di colore rosso o rosa, lucide, Ø 10 - 15 mm, i lobi aprendosi evidenziano uno pseudoarillo di colore arancione che riveste i semi, che sono tossici.

Habitat:
Cresce ttra lo strato arbustivo dei boschi di latifoglie o nelle siepi, dalla zona basale fino a quella montana; generalmente fra 0 - 800 m, ma in Sicilia fra 400 - 1.300 m s.l.m.

Etimologia:

- *Euonymus*: dal greco “ἐῦ” “éu” - vero, bene, alla perfezione e “ὄνομα” “ónoma” - nome, fama, reputazione: di buon auspicio, dalla buona fama, in senso ironico poiché tutte le parti delle piante di questo genere sono velenose; nome utilizzato da Teofrasto;
- *europaeus*: da Europa: specie del continente europeo.
- I singolari nomi volgari attibuiti a questa specie, Fusaria e Berretto del prete, si riferiscono il primo, all'antico uso del legno dei fusti, con il quale si realizzavano i fusi per filare la lana; il secondo alla forma e al colore dei frutti simili al “tricorno”: il berretto a spicchi con pompon centrale, tipico dei sacerdoti di campagna di un tempo.

Utilizzi:

Uso forestale

Costituenti principali: evonimina, acido evonico, asparagina, resine.

Erba amara, astringente, diuretica, che stimola il flusso della bile: L' evonimina che è un glucoside cardioattivo ad azione digitalica, è nota anche per la sua capacità di favorire il movimento di tipo peristaltico intestinale, provocando la secrezione biliare. Per uso interno, nei disturbi del fegato e della cistifellea. Per uso esterno contro geloni, ascessi, acne e ferite, i frutti ridotti in polvere, o il loro decotto, sono utili contro i parassiti cutanei: pidocchi, e acari della scabbia; la polvere va impiegata frizionando a secco la testa.

È una pianta velenosa: i semi, le foglie e la corteccia contengono una sostanza che provoca convulsioni e diarrea, l'ingestione dei frutti può risultare mortale.

Curiosità:

Per la sua duttilità, questo legno, era impiegato nella fabbricazione di stuzzicadenti, per lavori di intarsio e per fare archetti per viole (fino al medioevo).

I giovani rami, carbonizzati, erano utilizzati dai pittori come carboncino, mentre il carbone ricavato da questa pianta era impiegato nella fabbricazione di polvere da sparo.

L'olio estratto dalla pianta può essere impiegato per la produzione di saponi.

I fiori sono impollinati soprattutto da mosche; la disseminazione avviene ad opera di merli, pettirossi, tordi e altri uccelli, che sono attratti dai frutti vistosi.

Bibliografia:

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3021

Euphorbia helioscopia L.

Famiglia - *Euphorbiaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Euforbia calenzuola, Erba verdona, Erba calenzuola, Calenzola
Deutsch: Sonnenwend-Wolfsmilch
English: Sun spurge
Español: Lecherula, Tornagallos
Français: Euphorbe réveil-matin, Petite éclaire

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta annua, erbacea, subglabra; fusti robusti, cilindrici, generalmente eretti, semplici, con peli patenti solo in alto, quasi sempre arrossati e con cicatrici alla base dove le foglie sono cadute, sormontati da ombrelle composte; altezza 10-40 cm. La pianta contiene latice irritante.
Le foglie sono alterne, glabre, si ingrandiscono dal basso verso l'alto della pianta, la lamina è ovato-spatolata, arrotondata, ad apice finemente dentato.
I fiori formano un'infiorescenza a ombrella composta da 5 rami, detta ciazio, che appare come fiore unico, ma è composto invece da un involucro con 4 lobi al cui interno sono 5 fiori maschili ridotti ad un solo stame e quello femminile ridotto ad un solo pistillo con 3 logge. Ogni ciazio è circondato da brattee obovate di color verde-giallastro. Nei fiori sono presenti delle piccole ghiandole profumate che attirano gli insetti.
I frutti sono capsule lisce, senza ali, a 3 nocche, profondamente striate, di colore giallastro; i semi sono di colore marrone, ovali e verrucosi.

Habitat:
Negli incolti, nelle vigne è comune delle zone coltivate, specie ad accentuato carattere nitrofilo, frequente nei terreni degradati e nelle aree antropizzate, da 0 - 1.200 ma anche sino a 1.800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Euphorbia*: da “Εὔφορβος” “Euphorbos” - Euforbo, medico greco di Giuba II re della Numidia (1° sec a.C.), che - secondo Plinio - scoprì le virtù medicinali di questa pianta; il nome Euforbo deriva da “ἐῦ” “éu” - bene e da “φέρβω phérbo” “nutrire” o da “φορβή” “phorbé” - nutrimento: ben nutrito. Secondo la Treccani dal latino classico “euphorbium/euphorbia”;
- *helioscopia*: dal greco “ἥλιος” “hélios” il sole e da “σκοπέω” “skopéo” - guardare, rimirare: per le infiorescenze che tendono a rivolgersi sempre verso il sole. Secondo Plinio la pianta si volta verso il sole, ma non è vero, può darsi Plinio si riferisse ad un'altra pianta.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale
Pianta velenosa con lattice caustico.
La medicina popolare indica questa pianta per la cura di sciatica, artrite, pleurite e verruche.

Curiosità:
In un testo del XIV secolo attribuito a Rinaldo da Villanova si trova l'Euphorbia helioscopia, indicata come rimedio per il mal di denti, riporto il testo originale:
“Experimentu a duluri di denti e di gengivi
Cui si lava la bucca una fiata lu mesi cum lu vinu dundi siamu cocti radicati di titimallu non avi mai duluri di denti et sana lu duluri”.
Rimedio al mal di denti e di gengive
Chi si lava la bocca una volta al mese con il vino dove sono state cotte radici di titimaglio (Euphorbia helioscopia), non ha mai mal di denti, ed è un rimedio al dolore.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982 - Flora d'Italia. Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005 - Checklist of the Italian Vascular Flora. Roma
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3063

Festuca heterophylla Lam.

Famiglia - - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Festuca eterofilla, Festuca a foglie disuguali
Deutsch: Verschiedenblättriger Schwingel
English: Various-leaved fescue
Español: Festuca de varias hojas
Français: Fétuque à feuilles de deux sortes

Forma biologica:
H caesp - Emicriptofite cespitose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con aspetto di ciuffi serrati.

Tipo corologico:
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: aprile - luglio

Descrizione:
Pianta alta 50 – 150 cm, densamente cespitosa, molto lassa alla base, eretta, non rizomatosa. Culmo eretto leggermente genicolato alla base, con 2-3 nodi. Guaine chiuse su tutta la lunghezza, lisce. La pannocchia è di 6 – 20 cm, lassa e pendente. Spighette di 8 – 10 mm con 2-7 fiori verde pallido; gluma superiore di 1,1-1,4 x 4,6-7 mm; lemma di 1,7-2 x 5-8,4 mm, con resta di 2-6 mm. Anteceto con cariosside obovoide-oblunga, pelosa all'apice, ilo lineare lungo quanto la cariosside.

Habitat:
Cresce nel sottobosco di boschi evoluti, spesso nelle faggete, su suoli argillosi abbastanza freschi e profondi, da neutri a subacidi, al di sotto della fascia montana superiore. Arriva fino a 1800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Festuca*: da “festuca” - gambo, fuscello, stelo;
- *heterophylla*: dal greco “ἕτερος” “héteros” - variabile, differente, irregolare e da “φύλλον” “phýllon” - foglia, lamella: che ha foglie o lamelle irregolari o di forme diverse.

Areale:
Si tratta di una specie a distribuzione prevalentemente europea con tendenza submediterranea.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia esclusa la Sardegna. La distribuzione regionale è molto ampia, ma con lacune nella pianura friulana dovute alla sparizione dell'habitat.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3183

res herbis

Ficaria verna Huds.

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Ranuncolo favagello, Favagello
Deutsch: Scharbockskraut, Feigwurz
English: Lesser celandine, fig buttercup
Español: Celidonia menor
Français: Ficaire fausse-renoncule

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: novembre - maggio

Descrizione:
Pianta perenne alta 5 - 30 cm, glabra con presenza di tuberetti sotteranei bianchi e fusiformi.
Fusto internamente cavo, prostrato o ascendente e radicante ai nodi.
Foglie radicali lucide e picciolate con margine crenato e con apice smussato, talvolta con macchia scura al centro, 5 - 9 nervature terminanti con un punto bianco e portanti all'ascella dei bulbilli; foglie cauline 1 o poche, più piccole.
Fiori solitari su lungo peduncolo, posto all'ascella della foglia, formati da una corolla di 7 - 8 petali di colore giallo lucente con nervatura poco ramificata.
Calice con 3-4 sepali bianco-verdastri, patenti e con ricettacolo pubescente.
Stami con antere gialle; nettario più o meno lungo quanto largo, bilobo; frutto formato da 4 - 8 acheni sferici cosparsi di aculei o tubercoli e ciascuno contenente un seme.

Habitat:
Prati e campi umidi, lungo i fossi, boschi ombrosi, a margine di sentieri costeggiati da fossetti, da 0 a 1400 m.

Etimologia:

- *Ficaria*: dal latino “ficus” fico: per le radici costituite da tubercoli che ricordano dei piccoli fichi;
- *verna*: da “ver, véris” primavera: primaverile, riferimento al periodo di fioritura o di comparsa.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale
Tutti i ranuncoli contengono succhi acri e spesso dannosi alla salute perchè contengono anemonina che è particolarmente tossica. Il ranunculus ficaria è la sola specie commestibile se raccolta prima della fioritura, in questa fase è ricca di vitamina C e le giovani foglie possono essere utilizzate cotte, insieme alla bietola e spinaci; è durante e dopo la fioritura che si sviluppa l'anemonina tossica per l'uomo. Questo alcaloide perde parte della tossicità durante la fienaggione. Anche se il fiore è così appariscente non viene bottinato dalle api. Anche le radici sono commestibili se lessate e condite con olio e sale. La pianta è nell'elenco delle alimurgiche del botanico fiorentino Targioni Tozzetti (Da utilizzare nei casi di carestia o di guerra).

Curiosità:
La famiglia, già citata da Dioscoride, Plinio e Galeno, perchè dotata di meravigliosi effetti, al dire di Sallustio che, racconta, ricordando che vegetano nell'isola di Sardegna e che se mangiati procurano dolori" ora hominum et rictus dolore contrhait, et quasi ridentis interimit".

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
BIAGIOLI M., GESTRI G., ACCIA B., MESSINA I.A., 2002. Fiori sulla Pietra- Ed. Gramma.
Encicl. - Nel Mondo delle Piante - Edizioni Motta - 1980
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6331

Ficus carica L.

Famiglia - *Moraceae Gaudich.*

Nomi volgari:
Italiano: Fico comune, Fico
Deutsch: Echte Feige
English: Common fig
Español: Higuera
Français: Figuier

Forma biologica:
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Medit.-Turan. - Zone desertiche e subdesertiche dal bacino mediterraneo all'Asia centrale.

Antesi: gennaio – maggio, agosto - settembre

Descrizione:
Piccolo albero poco longevo (3-10 m) o, spesso, arbusto non più alto di 5 m, con apparato radicale molto espanso; fusto breve e contorto, con rami numerosi, fragili, formanti una chioma schiacciata; corteccia sottile, verde e erbacea su rami e fusti giovani, scabra grigio-cenere su tronco e rami vecchi; gemme di tre tipi, tutte presenti su rami di 1 anno: foglifere, fiorifere e miste; le prime, piccole e spesso dormienti, sono in posizione laterale; le fiorifere sono grosse e tondeggianti; le ultime, apicali e coperte da due squame, hanno forma conica.
Foglie alterne palmato-lobate (raramente semplici), con picciolo di 3-6 cm, a 3-5-(7), lobi oblunghi, disuguali espansi in alto, dentellati al margine, a base cordata o tronca e lamina (5-10 x 8-15 cm) verde scura, ruvida superiormente, pubescente e più chiara di sotto; grande varietà della profondità dei lobi, con nervature in forte rilievo. Spiccata eterofillia per età della pianta e tra le varietà.
Infiorescenza-infruttescenza: L'infiorescenza che poi si trasforma in infruttescenza, detta comunemente "frutto", è un siconio (sicono in vecchi testi), ossia un involucro cavo con un pedicello che lo fissa al ramo ed una apertura all'apice opposto detto ostiolo. Il colore dell'epidermide esterna va dal verde–giallo fino al violetto-bluastro.
La specie è "funzionalmente" dioica, cioè sono presenti piante a funzione di alloggio dell'insetto impollinatore (Blastophaga psenes) nei siconi, dove è anche prodotto il polline per l'impollinazione. Tali piante sono dette Fico maschio (o Fico capro, o Caprifico), dato che svolgono la funzione maschile. Per il fatto che esso spesso non è coltivato è detto talvolta Fico selvatico.
La pianta comunemente detta Fico (fico a frutti commestibili) svolge funzione femminile, non alloggia impollinatori all'interno del siconio, ma invece sono qui contenuti i piccolissimi fiori femminili che possono essere impollinati e produrre frutti e semi.
Nel fico commestibile il siconio racchiude i pedicelli che hanno portato i fiori femminili e che poi portano i semi, contenuti in piccoli acheni (fino a 800-1000 per "frutto", botanicamente parlando, i veri frutti). Tra i pedicelli si trova una polpa succosa dolce e commestibile.
Nel caprifico l'infruttescenza ha fiori maschili (diverse centinaia) locati presso l'ostiolo, mentre i fiori femminili (ovari) al fondo, sono trasformati in galle (diverse centinaia) per l'alloggio dell'insetto impollinatore, che vive strettamente in simbiosi con la pianta.
Alla sciamatura l'insetto può trasportare il polline. Tale insetto ha tre generazioni all'anno.
I frutti del caprifico non sono commestibili: sono asciutti (privi di succo) e stopposi, non dolci.

Fruttificazioni: sia il Caprifico che il Fico a frutti commestibili possono produrre tre fruttificazioni all'anno, che sono sincrone alle generazioni dell'insetto.
Nei caprifichi è critica la sopravvivenza della generazione invernale dell'insetto impollinatore, che è supportata nella fruttificazione delle "mamme" dei caprifichi, così dette appunto perché proteggono l'insetto in fase di larva viva nel freddo invernale (i frutti sono visibili sugli alberi spogli).
La sopravvivenza dell'insetto è indicata a -9°C, anche se è probabile che la temperatura possa essere inferiore, se si considera la differenza causata dallo spessore della buccia e la locazione dei frutti: infatti solo gli alberi in posizione più riparata alloggiano la generazione invernale degli insetti in regioni fredde.
Le tre fruttificazioni del fico a frutti commestibili sono: i fioroni precoci (sempre senza semi) a giugno-luglio, i forniti tardo estivi (agosto-settembre); la terza fruttificazione (autunnale) dei cimaruoli, è di norma di scarso rilievo nel nostro paese, e di nessun rilievo al Nord.
Esistono varietà che producono solo fioroni (in tal caso a volte si dà impropriamente il nome di fiorone alla varietà), o solo forniti, oppure ambedue, in tal caso la varietà è detta "bifera" (cioè che porta due); quelle che ne portano tre sono solo un paio nel nostro paese.
La diffusione dei semi del fico è affidata agli uccelli, i semi rimasti nel siconio non germinano.
Modificazioni: la specie ha subito profonde modifiche selettive recate dalla sua concomitante presenza temporale e territoriale con lo sviluppo dell'agricoltura nella civiltà umana occidentale nella Mezzaluna Fertile (Mesopotamia, Palestina, Egitto) negli ultimi 10-12 mila anni. Questo ha prodotto da un lato una forte segregazione di caratteri di migliore qualità dei frutti, e, per motivi di mobilità della specie umana, la selezione di varietà a possibile maturazione partenocarpica (fruttificano anche se non sono fecondate), più facili da trasferire, (senza doversi curare se verranno impollinati o no).
Tale ultima caratteristica ha motivo nel fatto che il complesso sistema riproduttivo del fico non è affatto facile da trasferire, come lo è invece la sola pianta femmina, (può essere trasferita per talee).
La quasi totalità (99%) delle varietà da frutto, ed in generale reperibili nei vivai nel nostro paese (come nel resto del mondo) sono di tipo "partenocarpico". Nella maggior parte del nostro paese dove cresce il fico, si è comunque esteso in modo naturale il sistema riproduttivo perfetto, e quindi spesso sono in ogni caso fecondate.
Solo nei casi in cui la fecondazione deve essere assicurata in modo ottimale (ad esempio per le coltivazioni di fichi detti di tipo "Smirne", o tipo "San Pietro" che devono obbligatoriamente essere fecondati, altrimenti i siconi cadono immaturi), anche i fichi maschi, produttori di polline sono inquadrati nella coltivazione, ovvero si provvede alla "caprificazione": in epoca della sciamatura degli insetti, i siconi sono prelevati dalle piante di caprifico (coltivate), sono trasferiti e distribuiti sugli alberi femmina, in modo che gli insetti contenuti sciamino e fecondino i frutti femminili.
Mentre il sistema riproduttivo del fico si mantiene naturalmente in ambito originario, il suo trasferimento per motivi commerciali in altri continenti è stato molto difficile.
In alcuni luoghi (California, Australia) dove il sistema è stato trasferito, il fico inselvatichito è considerato infestante, dato che si sostituisce alla flora originaria.
Sono segnalate situazioni di monoicità della specie in zone orientali dell'areale originario.

Habitat:
Pianta eliofila e termofila, vegeta su suoli calcarei o neutri asciutti e pietrosi, sviluppandosi talvolta anche ai piedi di muri e sui muri stessi, se vi trova delle fenditure; fondamentale in luoghi aridi la presenza di piccole risorse idriche, manifeste o meno.
Presenta una estrema variabilità della resistenza al freddo, che è quasi costante in tutte le varietà per la sopravvivenza della pianta (in Italia), ma è invece amplissima per quanto concerne le condizioni vitali legate alla lignificazione delle parti erbacee. In sintesi una pianta giovane, o in crescita intensa, o con eccessiva irrigazione o concimazione può essere gravemente danneggiata a temperature di -6°C. Una pianta anziana con rami legnosi, in suolo arido e soleggiato resiste senza problemi fino a -18°C.
Condizionante è invece la varietà di pianta per la maturazione dei frutti, esistono varietà con frutti a epidermide robusta, meno soggetti allo sviluppo di muffe e con ostiolo "chiuso" che permettono la fruttificazione in climi più freddi ed umidi.

Etimologia:

- *Acer*: nome latino dell'acero, citato in Plinio e Ovidio, che potrebbe derivare da "acer acris" = "a punta, pungente", per i lobi appuntiti delle foglie o forse per l'uso dell'acero nella fabbricazione delle lance;
- *campestre*: da "campus" = "luogo piano, campo", quindi che cresce nei campi.

Areale: Presente in natura in zone desertiche e subdesertiche, calde ed aride, con poche ma sicure risorse idriche; è ampiamente coltivato in tutto il territorio nazionale, in zone aride, ben drenate e soleggiate.

Distribuzione in Italia:
Dal settentrione al meridione da 0 a 600-800 m di altitudine in esposizione sud; fino a 1000 m sull'Etna.

Utilizzi:
Entità commestibile, officinale e ha uso forestale.
I frutti sono di proverbiale dolcezza e prelibatezza. Vengono consumati allo stato fresco oppure essiccati: mangiati freschi in gran quantità sono lassativi, mentre i frutti secchi, ricchi di zuccheri, proteine, vitamine e sali minerali, contengono principi emollienti ed anticatarrali. Alle foglie si riconoscono proprietà bechiche (contro la tosse) ed emmenagoghe (stimolano le mestruazioni). Il latice, contenuto in gemme, rametti, foglie, siconi immaturi, possiede doti digestive e gastroprotettive, antinfiammatorie, risolventi per calli e verruche, ma può essere caustico per la pelle, soprattutto se esposta al sole.
Il latice contenuto nei rametti di fico veniva in passato usato per far cagliare il latte.
Il legno bianco-giallastro, fragile e tenero, è ricco di succhi lattiginosi ed è di scarso valore come combustibile.

Curiosità:
In ambito di lingua inglese si confonde talvolta la fecondazione con caprificazione, la prima è un evento naturale, mentre la seconda è una attività colturale "artificiale" umana, una tradizione che data da millenni, realizzata come aggiuntiva per rendere migliore/certa la fecondazione stessa.
Ugualmente si definiscono erroneamente i fichi partenocarpici come "autofertili".

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" - Edagricole
ARRETINI C., 1956. Monti e Boschi - T.C.I.
FENAROLI L., 1967. Gli alberi d'Italia - Ed. Martello, Milano
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora. - Palombi Editore
ZENARI S., 1956. Flora escursionistica - Zannoni Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3244

Fragaria vesca L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Fragola comune, Fragolina di bosco
Deutsch: Wald, Erdbeere
English: Wild strawberry
Español: Fresa silvestre
Français: Fraisier des bois

Forma biologica:
H rept - Emicriptofite reptanti. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con fusti striscianti.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Eurosiber. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Eurasia.

Antesi: marzo - giugno

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, rizoma obliquo e ramificato, fusti esili, brevi e debolmente lignificati portanti le foglie in rosetta. Altezza 5 - 20 cm.
Le foglie erette, lunghe circa quanto lo scapo, con lungo picciolo pubescente, sono ovali, sessili, hanno lembo trifogliato e sono munite di un aculeo terminale rossastro, la fogliolina centrale ha un breve picciolo; la pagina superiore è verde scuro, quella inferiore biancastra, sparsamente pubescente, soprattutto sui nervi. Dalla nervatura principale, si diramano 6 - 9 nervature laterali, il margine è grossolanamente dentato (meno dentato il margine interno). Stoloni aerei, raramente radicanti, portanti una squama ad ogni internodio.
Scapo 1 - 3 floro, fiori eretti (alla fruttificazioe penduli), epicalice a lacinie lineari, sepali tringolari, 5 petali bianchi eretto-patenti a margine sovrapposto.
I frutti sono acheni neri e piccoli, sparsi sul ricettacolo rigonfio, carnoso, ovale e rosso, facilmente staccabili dal calice. L'insieme forma la fragola.

Habitat:
Predilige le radure di montagna, faggete e pinete, le siepi, da 200 - 1.900 m, anche se raramente può svilupparsi sino a 2.400 m s.l.m.

Etimologia:

- *Fragaria*: da “frágum” - fragola, probabilmente derivato da fragrans fragrante. Fragaria è il nome che ricorre sin dai tempi di Plinio il Vecchio.
- *vesca*: da “véscor” - mangiare, pascersi: commestibile, o da “vescus” - molle.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Protezione:
Entità protetta in Lombardia, Friuli-Venezia Giulia e Molise.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Le fragole, le cui radici e foglie contengono tannini, sono sempre state fonte di rimedi casalinghi.
Erba rinfrescante, astringente, tonica, leggermente diuretica e lassativa, ad azione benefica sulla digestione e per la pelle.
Le parti utilizzate: frutti, foglie e radici contengono tannino, flavonidi e vitamina C, B1 B2, fosforo, sali minerali, sodio ferro e calcio.
Oltre a essere consumate fresche, sono utilizzate anche per la preparazione di creme, confetture, gelati, marmellate, liquori, sciroppi, vino, sorbetti, succhi, gelatine, il loro utilizzo in cucina è praticamente infinito: risotti, frittate, minestre, salse per accompagnare la selvaggina etc.

Curiosità:
La fragola di bosco, è citata già nella Bibbia, nei poemi, nelle favole mitologiche e nei più antichi trattati di medicina e botanica. Viene elogiata da molte fonti: Virgilio la chiama "nascentia fragra", avvertendo però i golosi di raccoglierla guardandosi dai serpenti; Plinio la descrive come un prezioso frutto del bosco da amare ed apprezzare.
Sulle tavole dell'antica Roma questo frutto compariva per le feste in onore di Adone, alla morte del quale, vuole la leggenda, Venere pianse lacrime che, giunte a terra, si trasformarono in rosse fragole.
Nel Medioevo, fu definita"frutto cuore" perché la sua forma riusciva a placare le passioni d'amore; negli scritti di quel tempo invece veniva sempre associata alle sofferenze di Cristo e dei martiri, secondo alcuni, ciò sarebbe da ricercare nel colore rosso del frutto che ricorda il sangue.
Nel Rinascimento, ad introdurre in Francia le prime grosse fragole fu Frézier, (dalle quali poi quelle coltivate) al ritorno da una missione in America, le presentò a Luigi XIV, il re Sole, il quale avendo una vera predilezione per questa delizia, le fece coltivare nei giardini di Versailles.
Nella tradizione popolare, si riteneva che la fragola avesse virtù magiche, in particolare per evitare il morso dei serpenti, si dovevano raccogliere le foglie il 24 giugno (magica notte di S. Giovanni), farle essiccare e confezionare con esse una cintura. Nessuna serpe avrebbe osato avvicinare chiunque indossava la cintura.
Shakespeare scriveva: “La fragola, che cresce sotto l'ortica, rappresenta l'eccezione più bella alla regola, poiché innocenza e fragranza sono i suoi nomi", ne era golosissimo, la definisce "cibo da fate".
Linneo, fondatore della moderna botanica nel XVIII° sec., la definì "bene di Dio", affermando che era un incomparabile rimedio contro la gotta.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
PRIHODA A., 1993. Le piante officinali della salute. Melita, La Spezia.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3269

res herbis

Fraxinus ornus L.

Famiglia - *Oleaceae Hoffmanns. & Link*

Nomi volgari:
Italiano: Frassino da manna, Orniello, Avorniello, Orno
Deutsch: Manna-Esche
English: Manna ash, south European flowering ash
Español: Fresno florido
Français: Ornier, Frêne à fleurs

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).

Antesi: marzo – maggio

Descrizione:
Albero o alberetto, alto fino a 25 metri, ma di norma 8-10 m, a chioma tondeggiante, fusto solitamente diritto, ma spesso anche tortuoso, da cui si dipartono molti rami ascendenti o eretti; il diametro raramente supera in esemplari vecchi i 35 cm. Apparato radicale generalmente profondo e con fittone robusto, con forti e numerose radici laterali. La corteccia è grigia-cinerina, a volte con macchie più chiare e liscia, anche nei rametti. Le gemme, sia le apicali che le laterali opposte, sono ugualmente grigio cenere.
Foglie opposte, imparipennate, caduche, formate da 5-9 (per lo più 7) foglioline ellittico-lanceolate, rotondate o cuneate alla base, cuspidate e brevemente ma chiaramente picciolate; lamina fogliare verde opaca, più chiara inferiormente, a margine dentellato-seghettato.
Fiori ermafroditi diclamidati, in vistose dense pannocchie bianche, odorosi, molto abbondanti, con calice a 4 lacinie di 1 mm e corolla formata da 4 petali lineari di 7-15 mm; compaiono contemporaneamente alle foglie o poco dopo.
Frutti costituiti da samare (acheni alati) oblungo-lanceolate, con alla base un minuscolo residuo del calice, lunghe 2-3 cm, con unico seme (achenio) a sezione tondeggiante.
Il legno ha alburno bianco-rosato e durame chiaro biancastro; è resistente ed elastico.

Habitat:
Vegeta a quote medio-basse, potendo salire però nel Meridione d'Italia sino a 1400-1500 metri. In senso lato la specie vegeta su suoli poco evoluti, derivati prevalentemente da rocce carbonatiche, a reazione neutro-basica e con ridotta disponibilità idrica.
Nelle trattazioni vegetazionali l'orniello è quasi sempre associato al carpino nero (Ostrya carpinifolia): orno-ostrieti, perché le due specie presentano esigenze coincidenti in termini edafici (substrati calcareo-dolomitici) e climatici (versanti esposti a sud e quindi caldi e secchi).

Etimologia:

- *Fraxinus*: da “fraxinus”, nome in latino classico del frassino in Virgilio e altri, derivato dal greco “φράξο” “phráxo” - assiepare, chiudere: albero adatto per formare siepi
- *ornus*: nome latino del frassino in Virgilio e Columella: orno od orniello in italiano, "ornus", dal latino = di pregio ornamentale.

Protezione:
Entità protetta in Umbria.

Utilizzi:
Entità commestibile, officinale e ha uso forestale.
Della pianta si usano le radici, la corteccia dei rami giovani, le foglie, i frutti, le gemme e la manna. Si è già accennato alla manna; le radici essiccate danno una droga ad azione diuretica; la corteccia, anch'essa essiccata, ha proprietà eupeptiche, toniche (decotto), febbrifughe e antidiarroiche (polvere); le foglie e i frutti sono diuretici, antireumatici e lassativi (infuso); le gemme raccolte fresche in primavera danno un macerato con azione benefica biliare, renale, anticellulitica e antigottosa.
Il legno, pur avendo caratteri e proprietà simili a quelle del frassino maggiore, ha impieghi meno nobili, per le ridotte dimensioni dei tronchi e viene frequentemente usato come ottimo combustibile. In epoca recente l'orniello viene sovente impiegato in impianti artificiali in zone collinari e planiziali per produzione di biomasse legnose.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
FENAROLI L., 1967. Gli alberi d'Italia, Ed. Martello, Milano
MAGINI E., 1956. Monti e Boschi. Ed. T.C.I.
ZENARI S., 1956. Flora escursionistica. Zannoni Editore
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
AA.VV., DEL FAVERO R. (a cura di), 1998. La vegetazione forestale e la selvicoltura nella Regione Friuli-Venezia Giulia. Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3281

Galega officinalis L.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Capraggine, Galega officinale, Capriaggine comune, Avanese
Deutsch: Geissraute, Pockenraute, Suchtkraut
English: Goat's rue, french lilac
Español: Galega, ruda cabruna
Français: Galéga officinal

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
E-Europ. - Europa orientale.
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).

Antesi: maggio - agosto

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, da 50 a 100 cm di altezza, con robusto rizoma, da cui parte un abbondante sistema radicale.
Fusto erbaceo, un po' serpeggiante, glabro, cavo.
Foglie composte, provviste di stipole, imparipennate con 11-15 segmenti, lanceolate-lineari, mucronate all'apice e margine intero.
Fiori sono riuniti in infiorescenze racemose allungate di 15-20 cm, fiorifere nella metà superiore del peduncolo.
Calice di forma campanulata, con tubo di 2 mm e 5 denti lineari di 2-3 mm; la corolla di color lillacino pallido lunga 10 mm, è formata da 1 carena, 2 ali ed 1 vessillo.
Frutto è un legume glabro, ristretto tra i semi, contiene 2-3 semi.

Habitat:
Predilige i terreni freschi ed incolti, rive dei fossi, fiumi e canali, anche zone subsalse (da 0 a 1300 m).

Etimologia:

- *Galega*: dal greco “γάλα” “gala” - latte e da “ἄγω” “ago” - muovere, smuovere: per la presunta proprietà di favorire la produzione di latte;
- *officinalis*: da “offícina” - laboratorio medioevale: piante usabili in farmaceutica, erboristeria, liquoristica, profumeria e simili.

Distribuzione in Italia:

Presente in tutta Italia, non segnalata in Sicilia e Valle d’Aosta.

Utilizzi:

Entità officinale

Nella tradizione popolare questa pianta erbacea era nota per un'azione favorevole e stimolatrice della secrezione lattea. Il suo potere galattogeno era così apprezzato, che in alcune zone della pianura padana, la somministravano alle puerpere. Era impiegata inoltre come vermifuga e per uso esterno in caso di morsi di serpenti e punture di insetti.

La galega rientra a far parte ancora oggi nelle preparazioni galeniche e tisane per aumentare la secrezione lattea e la diuresi.

In tempi passati fu annoverata tra le piante commestibili. sembra che la fama fosse sorta a seguito del grande consumo che si fece durante la peste in Lombardia. tanto da credere che avesse proprietà antidote contro questa pestilenza. Queste sue qualità erano conosciute anche oltre i confini ed in Germania era nominata “Pestilenzkraut”, ossia l’erba della peste.

È stata ampiamente coltivata quale foraggera per i suoi principi attivi stimolanti la secrezione lattea nelle bovine e conservare a lungo la portata di latte.

Furono in seguito constatati casi di intossicazione e morte del bestiame. Alcuni studiosi, tra cui Leclerc affermarono che la pianta diventava tossica durante la fioritura e la fruttificazione, perciò si consigliò di utilizzare la droga prima della fioritura.

I semi alla maturazione contengono un alcaloide, la galegina in percentuale elevata, che si forma proprio all'inizio della fioritura e che può variare a secondo dei fattori culturali e geologici e che determina gli effetti di malessere generale o di avvelenamento, se l'uso della droga è prolungata e senza controllo medico.

È stato accertato poi che la galegina contenuta nei semi ha un potere ipoglicimizzante, dovuta alla presenza di sali di cromo che contribuiscono a questa azione, anche se la presenza della percentuale di alcaloidi e sali di cromo variano a secondo della qualità della pianta.

Purtroppo non tutti i ricercatori sono concordi sulla sua efficacia e deve essere ancora affrontata una verifica più approfondita sugli effetti della droga.

Bibliografia:

PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole

CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore

https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3345

Galium aparine L.

Famiglia - *Rubiaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Caglio asprello, Attaccamano, Attaccaveste, Attaccaroba, Caglio asperello, Rasparella
Deutsch: Kletten-Labkraut
English: Cleavers, Sticky-willie
Español: Amor de hortolano, lapa
Français: Gaillet grateron

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: dicembre – settembre

Descrizione:
Pianta annua erbacea, strisciante o ascendente, spesso rampicante su altre piante; fusti angolosi, robusti e tenaci, scabri per la presenza di irti aculei reflessi; lunghezza sino a 2 m.
Le foglie sono verticillate 6-9, lineari-lanceolate o ellittiche hanno apice mucronato spinulose sul bordo e sulla nervatura centrale, sulla pagina inferiore del lembo file di peli duri.
I fiori formano cime bipare ascellari e peduncolate, piccole corolle bianco - verdi, i lobi della corolla sono nettamente separati.
I frutti sono diacheni violacei a maturazione, coperti di setole uncinate, che si fissano solidamente ad ogni appiglio, facilitando in questo modo la dispersione.

Habitat:
Comune sui bordi stradali, campi incolti, siepi, boscaglie 0 - 1.700 m s.l.m.

Etimologia:

- *Galium*: dal greco "γάλα" "gála" - latte: perché alcune specie appartenenti a questo genere venivano usate per cagliare il latte
- *aparine*: dal greco "ἁπᾰρίνη" "aparíne", pianta citata da Teofrasto (secondo A. Gentil deriva da "ἁπαίρω" "apaíro" - togliere, portare via, riferimento alla presenza di spinule, uncini e simili che si attaccano ovunque)

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio, isole comprese.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Erba amara rinfrescante dal sapore salato, leggermente lassativa
depurativa, diuretica, antinfiammatoria, astringente, tonica sul sistema linfatico.
Come la maggior parte dei Galium ha fama di alterativo e tonico linfatico, efficace in caso di eczema e psoriasi e altre condizioni infiammatorie croniche.
Per uso interno in caso di febbri ghiandolari, tonsilliti, cistite, eczema psoriasi.
Per uso esterno in caso di ulcere, infiammazioni cutanee, piccole lesioni e psoriasi.
In cucina i cinesi lo utilizzano come verdura, mentre i semi tostati possono essere utilizzati come surrogato del caffè.

Curiosità:
Diverse specie appartenenti al genere Galium contengono asperuloside, che produce cumarina la quale conferisce alle foglie essiccate un caratteristico odore di fieno appena tagliato (sostanza usata anche in prodotti farmaceutici per aiutare sapore).
Le radici di molte specie contengono un colorante rosso simile a quello prodotto dal Rubia tinctorum L.
Alla famiglia delle Rubiaceae appartengono alcune piante economicamente importanti nelle zone tropicali, prima fra tutte il caffè (Coffea arabica L.)
I Penobscot, indiani d'America che facevano parte della confederazione Abnaki, un tempo stanziati nell'attuale New England, curavano la gonorrea con un decotto nel quale uno degli ingredienti era l'Attaccamano.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
VOGEL V.J., 1998. Erboristeria e medicina naturale dei pellerossa. Rusconi, Milano.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3358

Geranium robertianum L.

Famiglia - *Geraniaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Geranio di San Roberto, Geranio roberziano, Erba Roberta, Cicuta rossa
Deutsch: Stinkender Storchschnabel, Ruprechtskraut
English: Herb-Robert, red robin, stinking Bob
Español: Hierba de San Roberto
Français: Géranium herbe-à-Robert

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile - ottobre

Descrizione:
Pianta erbacea annua o più spesso bienne, vellutato-ghiandolosa, spesso rossastra con cattivo odore e con una corta radice a fittone di colore rosso.
I fusti prostrato-ascendenti, pelosi e con sfumature rossastre, ramificati, rigonfi ai nodi, misurano 15-50 cm.
Le foglie basali in rosetta persistente a livello del suolo, pelose su entrambe le facce, portate da lunghi piccioli, larghe 3-8 cm, hanno contorno pentagonale e sono divise fino alla nervatura mediana (rachide) in 5 lobi romboidali a loro volta divisi in segmenti lanceolati, dentati, arrotondati e mucronati all'apice, le foglie superiori simili, opposte, con picciolo più corto. Tutte con stipole rossastre, ovate, glabre e cigliate.
Infiorescenze in racemi biflori su peduncoli che sorpassano la foglia ascellare, sono lunghi 15-22 mm, con fiori di colore violetto, rosso, rosa ma anche bianco, hanno calice vellutato, con 5 sepali mucronati, eretti e conniventi, corolla formata da 5 petali eretto-patenti, raramente retusi, interi, ovali, arrotondati all'apice, con tre strisce bianche longitudinali, misurano 1-1,5 cm e sono due volte più lunghi del calice. Bratteole ovate, glabre, connate, rossastre, peduncoli eretti, pelosi più lunghi della foglia ascellante. 10 stami violetti tutti con le antere aranciate, filamenti rosei, polline giallo, Stimmi rosei, 5 pistilli saldati e prolungati in un lungo becco.
Il frutto è uno schizocarpo dal lungo becco che misura cira 2,5 cm che a maturità si divide in 5 singole porzioni (mericarpi) che contengono i semi rossicci.

Habitat:
Vegeta nei boschi ombrosi, siepi, muri e aree antropizzate, su terreni soffici e suoli azotati ed umidi dal piano fino a 1.600 m.

Etimologia:

- *Geranium*: dal greco “γεράνιον” “gheranion” - geranio in Dioscoride, derivato da “γέρανος” “ghéranos” - gru: per i frutti simili al becco delle gru;
- *robertianum*: dal nome latino medioevale “herba roberti”, forse in ricordo di Robertus (San Roberto, † 1067) un ecclesiastico francese che fondò l'Ordine dei Certosini, oppure da Rupert, arcivescovo di Salisburgo († 717) o Riberto, Duca di Normandia (1000-1035) o altri ancora.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale
Pianta con proprietà tonico-astringenti, antinfiammatorie, antiemorragiche e antidissenteriche. Ha azione emostatica e antisettica e le sue foglie fresche vengono usate per cicatrizzare piaghe e ferite della pelle e delle mucose.
Da questa pianta si ricavano repellenti e coloranti.
Curiosità: La credenza popolare consigliava di tenere alcuni rametti di questo Geranium con due castagne d'india (frutti dell'ippocastano) negli armadi, per tenere lontane le tarme.

Curiosità:
I geranium hanno elaborato una speciale tecnica per la disseminazione: quando il frutto schizocarpico (regma) è maturo si separa in cinque porzioni (mericarpi) contenenti ciascuna un solo seme appeso ad una codetta collegata ad un asse centrale. Questa coda avvolgendosi su sé stessa per igroscopia, riesce a lanciare i semi lontano dalla pianta, favorendo in tal modo la colonizzazione del territorio.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
DELLA BEFFA M.T., 2001. Erbe, Istituto Geografico De Agostini S.p.A., Novara
PHILIPPE JAUZEIN, 1995. Flore des champs cultivés, Inra, Paris
LAUBER K., WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
Flora Iberica - Plantas vasculares del la Peninsula Iberica e Islas Baleares
LANZARA P., 1997. Piante medicinali, Orsa Maggiore Editrice. Torriana (RN)
DELLA BEFFA M.T., 1999. Fiori di Campo, Istituto Geografico De Agostini S.p.A., Novara
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3532

Geum urbanum L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Cariofillata comune
Deutsch: Echte Nelkenwurz, Benediktinerkraut
English: Wood avens, St. Benedict's herb
Español: Benedicta, hierba de San benito
Français: Benoîte des villes, Benoîte commune, herbe de Saint Benoît

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: aprile - luglio

Descrizione:
Pianta erbacea vivace, ricoperta di peli rigidi, con un corto, duro, ruvido e robusto rizoma, contornato da radichette bruno-chiare dal quale si diparte il fusto peloso, eretto, dicotomo e ramoso alto fino a 100 cm
La rosetta basale è formata da foglie con corto picciolo e irregolarmente pennate con la fogliolina terminale avente base acuta, ma tutte di forma ovale e dentate, le foglie cauline, sessili, sono costituite da tre foglioline oppure da una sola foglia divisa in tre lobi.
L'infiorescenza apicale variamente ramificata costituita da fiori caduchi, profumati, ermafroditi, grandi sino a 2 cm con 5 sepali triangolari e 5 petali giallo-oro, giallo-pallido.
I frutti sono una massa di acheni ricoperti da peli patenti, di colore rosso-scuro, ciascuno dei quali terminante con una spina ricurva, simile ad un amo.

Habitat:
Diffusa dal mare alla zona montana (fino a 1600 m) dove vive nei boschi di latifoglie, nelle macchie, terreni abbandonati, muri e in genere in luoghi freschi e ombrosi.

Etimologia:

- *Geum*: dal greco "γεῦμα" "gheúma" - assaggio, gusto, buon sapore o dal greco "geno" - che genera un piacevole profumo, riferentesi al gradevole odore di chiodo di garofano, della sua radice;
- *urbanum*: da "urbs, úrbis" - città: di città, per la sua diffusa presenza in ambienti urbani.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
I suoi principi attivi, contenuti principalmente nel rizoma, quali il glucoside geina, olio essenziale e tannini, le conferiscono proprietà digestive, astringenti, emmenagoghe.
In fitoterapia: stimola l'appetito e la digestione e viene usata in caso di inappetenze ed atonie dell'intestino.
Il potere astringente derivato dai suoi contenuti di tannini ne consigliano l'uso in caso di diarrea, catarri intestinali ed infiammazioni del tubo digerente.
Per uso esterno se ne fanno colluttori e gargarismi per le infiammazioni della bocca e mal di denti ed alitosi.
Le vengono attribuite anche proprietà febbrifughe, cardiotoniche e antinevralgico.
In cucina: le foglie tenere raccolte in primavera vengono consumate miste ad altre erbe, in insalata oppure lessate per altre preparazioni.
La radice essiccata per il suo caratteristico odore viene anche usata al posto dei chiodi di garofano, per aromatizzare brodi e stufati, ma anche birra, vino e liquori.
In considerazione delle sue forti proprietà astringenti, è consigliato un consumo moderato di questa pianta che in dosi elevate può procurare disturbi allo stomaco e all'intestino.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3547

Hedera helix L.

Famiglia - *Araliaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Edera, Ellera
Deutsch: Efeu, Gemeiner Efeu
English: Ivy, Common ivy, English ivy, European ivy
Español: Hiedra, Hiedra común
Français: Lierre, Lierre grimpant

Forma biologica:
P lian - Fanerofite lianose. Piante legnose incapaci di reggersi da sole e quindi con portamento rampicante.

Tipo corologico:
Subatl. - Europa occidentale e anche piu' ad oriente nelle zone a clima suboceanico.
Submedit. - Areale prevalentemente mediterraneo.

Antesi: agosto - ottobre

Descrizione:
Pianta arbustiva, lianosa sempreverde, rampicante o strisciante al suolo e radicante; i fusti volubili, aderiscono a mezzo di radici avventizie, emesse in corrispondenza dei nodi delle ramificazioni, a qualsiasi elemento ne permetta lo sviluppo verticale, ove ciò non fosse possbile, assumono portamento strisciante aderendo al suolo. I fusti dapprima erbacei, poi semilegnosi e villosi per la presenza di radici avventizie, hanno prima corteccia liscia e glabra, poi scabra, in quelli più vecchi la corteccia è grigiastra e fessurata. Può raggiungere i 20 m di lunghezza.
Le foglie sono sparse, persistenti coriacee con margine liscio, di un colore verde cupo con nervature biancastre, lucide nella pagina superiore, picciolate e di forma variabile. Nelle foglie di questa specie si può osservare il fenomeno dell'eterofillia: le foglie dei rami giovani, striscianti sul terreno o rampicanti sulla parte bassa dei tronchi, hanno forma palmato-lobata, mentre sui rami fiorieri più alti, in pieno sole, le foglie sono ovato-romboidali.
Le infiorescenze sono costituite da 2 - 3 piccole ombrelle nude riunite all'apice dei rami fertili, ciascuna composta da 8-20 fiori giallo verdastri che appaiono in autunno e sono ricchi di nettare; il calice è da è coperto da peluria biancastra ha 5 denti saldati all'ovario, 5 petali lanceolati ripiegati verso il picciolo, 5 stami alternati ai petali con antere gialle e un solo pistillo; ovario infero pentaloculare, stigma sessile.
I frutti che compaiono nella primavera successiva, sono bacche ovoidali prima verdi, poi rossastre, nero-bluastre a maturazione, contenenti 2 o 3 noccioli ad endocarpo cartaceo. I semi sono oblunghi, rugosi e rossicci. I frutti sono velenosi per l'uomo.

Habitat:
Pianta ubiquitaria, invasiva, vegeta allo stato spontaneo abbarbicandosi ai muri, alle rocce, ai tronchi, oppure aderendo al suolo divenendo tappezzante, sempre preferendo i luoghi freschi, umidi ed ombrosi. 0 - 1.450 m s.l.m.

Etimologia:

- *Hedera*: dal nome latino “hĕdĕra” (in Plinio e Virgilio), assonante con hadaéreo aderire, cosa che fanno i fusti sulle superfici;
- *helix*: dal greco “ἕλιξ -ῐκος” “helix –ikos” - attorcigliamento, spirale: riferimento ai fusti che si avvolgono attorcigliandosi.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale
Tutte le parti della pianta, in particolare le foglie giovani e le bacche, sono tossiche. Per uso interno possono provocare intossicazione, che si manifesta con sintomi di nausea e vomito e depressione del sistema nervoso centrale, fino a coma con depressione respiratoria. Per contatto possono provocare gravi irritazioni e allergie cutanee.
La capacità dell'Edera di emettere radici dal fusto le permette di aderire con grande tenacia al substrato; perciò, è ampiamente coltivata e diffusa a scopo ornamentale per ricoprire muri e pergole in mezz'ombra.
L’Edera è considerata erroneamente una pianta parassita in grado di succhiare la linfa delle piante tramite le radici avventizie, queste invece hanno esclusivamente una funzione di sostegno. L’edera contribuisce alla selezione naturale del bosco quando "abbraccia" i tronchi, con il suo peso, appesantisce a fa cadere gli alberi meno resistenti e già malati, accelerando il rinnovo del bosco e il completamento del ciclo biologico.
I suoi fiori, disponibili fra settembre e novembre, quando sono scarse o assenti altre fioriture, sono di enorme importanza per le api che li visitano assiduamente bottinando grandi quantità di nettare e polline.
La NASA, Ente Spaziale Americano, ha divulgato le caratteristiche di alcune piante con proprietà "fitodepurative" evidenti. Fra queste figura l'Hedera helix, che pare abbia dimostrato proprietà notevoli: secondo la Nasa assorbe il 90%, del benzene ed oltre il 10% del tricloroetilene, quindi possiamo senz'altro definirla “pianta anti-inquinamento”

Curiosità:
L' H. helix era uno dei simboli di Dionisio (Bacco per i romani), egli era infatti chiamato anche Kissós, nome greco della pianta. Narra il mito che essa comparve subito dopo la nascita di Dionisio per proteggerlo. I tebani consideravano sacra al dio una corona di rami d'edera chiamata “perikiósos” che significa “avvolgitore di colonne”
Nell'Europa centrale e settentrionale, l'edera era usata insieme all'Agrifolgio, appesa sulle travi e sulle porte delle case e sui camini, come decorazione natalizia, usanza nata per tener lontani i folletti dispettosi dalle abitazioni.
I presunti poteri magici di questa pianta, cambiavano a seconda delle località, ad esempio in Scozia si attribuiva all'Edera il compito di proteggere dal malocchio le vacche e il loro latte.
In Grecia si offrivano corone di Edera ai novelli sposi e i sacerdoti prima delle funzioni, se ne cingevano il capo.
In Egitto era sacra alla dea Osiride e simboleggiava la vita nella sua totalità.
Gli imperatori ed i poeti romani venivano coronati con ghirlande di edera, pare che Nerone ne avesse in capo una corona mentre Roma bruciava. Catone, Plinio, ma molti altri scrittori latini citano l'edera nelle loro opere.
I druidi utilizzavano H. helix mischiata a vino e birra per creare le loro visioni.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Zanichelli, Bologna.
E. BANFI, G. GALASSO 2010. La Flora Esotica Lombarda. Museo di Storia Naturale di Milano.
CHESSI E., Erbe e piante medicinali. Libri Net.
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005 Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
CATTABIANI A. 1996. Florario. Arnoldo Mondadori Editore, Milano.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3621

res herbis

Helleborus viridis subsp. bocconei (Ten.) Peruzzi

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Elleboro di Boccone
Deutsch:
English:
Español:
Français:

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Endem. Ital. - Presente allo stato spontaneo solo nel territorio italiano.

Antesi: gennaio - aprile

Descrizione:
Pianta erbacea perenne h 20 -50 cm, con apparato radicale rizomatoso di colore bruno.
Il fusto fiorale vegeta prima delle foglie.
Foglie basali talvolta svernanti con picciolo lungo 30 - 40 cm, 5-7 segmenti delle foglie lineari lanceolati, tutti divisi o almeno fino alla metà e grossolanamente dentati (4 - 8 mm), i laterali a loro volta divisi in 2 - 4 segmenti; di colore verde chiaro con nervature della pagina inferiore lievemente pubescenti.
Foglie bratteali divise più o meno in 3 segmenti con il centrale quasi sempre triforcato.
Fiori prima bianchicci poi tendono al verde chiaro, rivolti verso il basso con peduncolo di 7 - 10 mm.
Tepali 5 ovali o subrotondi, numerosi stami di colore verde;10 nettari.
Il frutto è formato da 2-5 follicoli con appendice lunga per meno della metà dello stesso, ed a maturazione si aprono rilasciando piccoli semi di colore brunastro.

Habitat:
Preferisce boschi cedui, siepi, scarpate, a margine di boschi, chiarie in luoghi freschi e ombrosi, da 0 a 1700 m s.l.m.

Etimologia:

- *Helleborus*: da “ἑλλέβορος” “elléboros” antico nome di questo genere in Dioscoride (latinizzato in Helleborus da Plinio), derivato da ἑλω hélo io elimino, uccido e da βορά borá cibo, pasto: da non cibarsene perché velenoso o di una pianta che consuma la vita per le sue proprietà velenose; secondo alcuni deriva dal semitico "helebar" che tradotto in greco indicava una pianta impiegata contro la follia;
- *viridis*: per l'aspetto generale della pianta;
- *bocconei*: in onore del medico e botanico cistercense siciliano Paolo 'Silvius' Boccone (1633-1704), esploratore della flora mediterranea e autore di Museo di Piante rare della Sicilia, Malta, Corsica, Italia, Piemonte, Germania.

Distribuzione in Italia:
Diffuso nell'Italia centro-meridionale (Emilia-Romagna, Toscana, Umbria, Marche, Lazio, Abruzzo, Molise, Campania, Basilicata, Calabria, Sicilia).

Utilizzi:
Entità officinale
Detto "erba nocca" perchè in veterinaria serviva per curare (annoccare) alcuni animali come caprini, suini, canidi e bovini, quando presentavano infezioni. L' introduzione della radice nella parte malata rilasciava un alcaloide, l'elleborina, in grado di stimolare le difese dell'organismo facendo così maturare il "bubbone". Gli animali "annoccati" erano facilmente riconoscibili e quindi deprezzati alla vendita.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
Enc. - Nel Mondo delle Piante - Edizioni Motta - 1980
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3696&nnn=Helleborus%20viridis%20subsp.%20bocconei%20(Ten.)%20Peruzzi

Hepatica nobilis Mill.

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Erba trinità, Anemone fegatella, Anemone epatica, Fegatella
Deutsch: Gewöhnliches Leberblümchen
English: Common hepatica, Liverwort, Kidneywort
Español: Hierba del higado, Hierba de la Trinidad
Français: Hépatique noble

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Europ. - Areale europeo.

Antesi: febbraio - maggio

Descrizione:
Pianta a corto rizoma fibroso e scuro, con fusto peloso, nudo e alto da 5 a 20 cm più o meno come le foglie, che appaiono cordate alla base e caratteristicamente a tre lobi uguali e interi, esse sono persistenti in inverno e per lo più violacee al di sotto; fiori solitari, blu-violacei o più raramente bianchi o rosa, a 6-9 tepali (7-9 x 5-6 cm); le tre foglioline cauline, intere, ovali e pubescenti, appressate sotto il fiore simulano un calice; frutto a carpelli pelosi e a becco breve.

Habitat:
Vegeta in ambienti di semiombra: boschi e siepi; rara in pianura e più comune dalla collina alla montagna (da 100 a 2000 m).

Etimologia:

- *Hepatica*: dal greco "ἦπαρ, ἥπᾰτος" "hépar, hépatos" - fegato: per il colore della faccia inferiore e la forma delle foglie;
- *nobilis*: dal latino, si traduce come nobile, riconoscibile, famoso, rinomato, eccellente: per le loro famose notevoli proprietà curative (probabilmente risalenti alla rinascimentale teoria delle "Signatura" che vedeva nel colore dalla pagina inferiore delle foglie un "legame terapeutico" col fegato).

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia esclusa la Sardegna, la Sicilia e Puglia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto
A dispetto della teoria della "Signatura" è pianta tossica come la maggior parte delle "Ranunculaceae"; è utilizzabile solo per u.e., ma la sua reale azione terapeutica non è comprovata. È coltivata nei giardini.

Bibliografia:

CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005 – Checklist of the Italian Vascular Flora. Roma
COSTE H., 1937 – Flore descriptive et illustrée de la France, de la Corse et des contrées limitrophes. Nouvel tirage 1998, 3 tomes. Paris.
NEGRI G., 1979 – Erbario figurato. Milano
PIGNATTI S., 1982 – Flora d'Italia. Bologna
Tutin T.G. et Al., 1993 - Flora Europaea. Second edition. Cambridge
ZANGHERI P., 1976 – Flora italica. Padova
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=3711

Humulus lupulus L.

Famiglia - *Cannabaceae Martinov*

Nomi volgari:
Italiano: Luppolo comune
Deutsch: Hopfen, Echte Hopfen
English: Hop, Common hop
Español: Lúpulo, Lupio
Français: Houblon, Houblon grimpant

Forma biologica:
P lian - Fanerofite lianose. Piante legnose incapaci di reggersi da sole e quindi con portamento rampicante.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: aprile – agosto

Descrizione:
È una pianta perenne e dioica con grosso rizoma carnoso e ramificato dal quale si sviluppano in primavera i fusti legnosi, striati e ramosi, alti da 3 a 7 metri, che incapaci di sostenersi si avvinghiano con le piccole spine uncinate di cui sono rivestiti, a qualsiasi sostegno vicino.
Le foglie portate da lunghi piccioli spinulosi, sono normalmente opposte sui nodi e divengono alterne nelle infiorescenze femminili; hanno la lamina a contorno circolare, cuoriforme e sono divise in tre-cinque lobi ovali-ellittici, con apice acuto e margine acutamente dentato e mucronato, quelle più alte meno lobate e le terminali generalmente intere.
I fiori delle piante maschili (staminiferi) sono riuniti in pannocchie ricche pendule all'apice dei rami, hanno 5 petali di colore bianco-giallognolo e 5 stami; quelli delle piante femminili (pistilliferi) posti a due a due, all'ascella di brattee fogliacee ovate e acuminate riunite in amenti a formare caratteristici coni ovoidali, che circondano l'ovario sormontato da 2 stimmi allungati e pelosi
Il frutto composto (Achenocono) formato da frutticini di circa 3 mm, cinerini, subrotondi, avvolti dalle brattee accresciute e diventate di consistenza cartacea con la superficie tappezzata da numerose ghiandole secernenti una sostanza resinosa gialla.

Habitat:
Margine dei boschi umidi, fossi, incolti, siepi prediligendo ambienti freschi e terreni fertili, dal piano fino a 1.200 m.

Etimologia:

- *Humulus*: diminutivo da “húmus”, in latino, terra ricca di sostanze organiche: riferimento all'ambiente di crescita preferito, ma anche all’andamento prostrato della pianta; per alcuni dall’olandese hommel luppolo;
- *lupulus*: diminutivo di “lúpus” - lupo: perché strozza i giovani arbusti cui si abbarbica, come il lupo con le sue prede, o per il suo portamento indomito e selvaggio restio ai tentativi di piegarsi come pianta coltivata.

Distribuzione in Italia:
Comune nell'Italia Settentrionale ed Appennino fino all'Abruzzo, più rara nelle zone mediterranee e isole

Protezione:
Entità protetta in Friuli-Venezia Giulia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Ha proprietà aromatizzanti, amaro-toniche, sedative della sfera nervosa e sessuale e del climaterio derivanti dai principi attivi quali resina (contenente ululone) olio essenziale (mircene e umulene) flavonoidi, antociani, steroli, fitoestrogeni.
Viene usato per combattere isterismo, depressione, carenza di estrogeno, insonnia, menopausa, crampi mestruali, nervosismo, rilassamento, tensione del seno, disturbi del sonno, disturbi gastrici.
Appartiene alla stessa famiglia della Cannabis e di questa come questa è conosciuta sin dai tempi più remoti per i suoi effetti soporiferi e calmanti. I lavoratori delle vecchie fabbriche di birra, trattando il luppolo, dopo lungo tempo accusavano sonnolenza e dovevano interrompere il lavoro periodicamente per evitare di cadere addormentati.
Nell'antico Egitto e all'epoca Romana in Europa, il luppolo veniva usato per curare le malattie del fegato, i disturbi digestivi, alcune malattie femminili e come purificante del sangue.
I giovani getti primaverili sono eduli e ricercati per essere cucinati come gli asparagi selvatici.
Le infiorescenze femminili essiccate vennero aggiunte alla birra nel XIII secolo da Gambrinus, leggendario Re della Birra, conferendo a questa bevanda l'attuale aroma piacevolmente amaro.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4089

Hypericum perforatum L.

Famiglia - *Hypericaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Erba di San Giovanni comune, Iperico perforato, Fugademoni, Pilatro, Cacciadiavoli
Deutsch: Echtes Johanniskraut
English: Common St. John's wort
Español: Hierba de San Juan, Hipérico, hipericón, Corazoncillo
Français: Millepertuis perforé, Millepertuis officinal

Forma biologica:
H caesp - Emicriptofite cespitose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con aspetto di ciuffi serrati.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, rizomatosa, fusti glabri, prostrati e lignificati alla base, con rami orizzontali afilli più o meno arrossati, rami fiorieri eretti e ramosi, con steli che presentano 2 rilievi che danno l'impressione di stelo appiattito. La pianta raggiunge il metro di altezza.
Le foglie sono opposte, quasi sessili o con brevi peduncoli, hanno lamina ovato-lanceolata cosparsa di ghiandole traslucide che in trasparenza sembrano forellini e ghiandole scure sul bordo.
I fiori sono riuniti in corimbi apicali multiflori, di colore giallo-oro; hanno 5 sepali acuti interi, con ghiandole nere al margine e 5 petali ovali, asimmetrici, dentatellati, con ghiandole scure sul bordo.
I frutti sono capsule triloculari setticide di 5-9 mm, da ovoide a subconiche, rossastre, con 2 linee longitudinali per ogni valva e ghiandole rossastre, oblunghe e oblique ai lati. Semi cilindrici o ellittici, a volte ricurvi, con superficie reticolata, rossi o rosso-nerastri, che misurano 0,8-1 mm.

Habitat:
Prati aridi, margini delle strade, luoghi erbosi e incolti; 0 - 1.600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Hypericum*: dal greco “ὑπέρ” “hypér” - sopra e da “εἰκων” “eikon” - immagine, dipinto, ricamo: forse per la presenza delle ghiandole nere simili a un ricamo presenti sui fiori di molte specie di questo genere; "-ico" risale al verbo “eico” = sembro simile a, appaio;
- *perforatum*: da “pérforo” - perforare: perché le foglie, ricche di ghiandole traslucide, appaiono punteggiate da piccoli fori se guardate in controluce.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale
Costituenti principali: derivati dall'antracene (ipericina, pseudoipericina), flavonidi, xantoni, olio essenziale, tannini e derivati dell'acido caffeico.
Erba dal sapore amaro-dolciastro ad azione antidepressiva, sedativa, ansiolitica, rinfrescante, astringente e antinfiammatoria, localmente è anche analgesica e antisettica.
Trova impiego nella preparazione di liquori, per le proprietà aromatiche e digestive.

Curiosità:
Molte sono le leggende che riguardano l'origine del nome dell'erba di S. Giovanni, probabilmente è stata così chiamata dai primi cristiani, perché le foglie e i fiori, contengono ghiandole che, se pizzicate liberano un olio di colore rosso, in onore di Giovanni Battista, ritenendo che essa secernesse l’olio rosso il 29 agosto, in corrispondenza con l’anniversario della decapitazione del santo.
Fa parte di quel gruppo di 9 erbe “magiche”, che vengono tradizionalmente colte nella notte che, anticamente era fissata nella data del solstizio, successivamente spostata al 24 giugno.
Si ritieneva, che nella notte di incontro tra Sole e Luna le proprietà delle piante raggiungessero il massimo della loro efficacia.
Nell'antica Roma la pianta era sacra a Giove e considerata il simbolo della luce che disperde l'oscurità e che permette di scacciare i fantasmi e i demoni della notte; da queste credenze popolari il nome di “cacciadiavoli”.
La pianta raccolta la notte di S. Giovanni, condizione indispensabile per la sua efficacia, si riteneva guarisse le più diverse malattie, predicesse l'avvenire attraverso l'aspetto del suo succo e proteggesse dal fulmine.
Nel passato la medicina tradizionale usava l'iperico per curare il morso dei serpenti.
Il latice di colore sanguigno, detto “sangue di S. Giovanni” era ingrediente indispensabile nella composizione di filtri e pozioni, con le quali si riteneva di poter influenzare la volontà umana.
La presenza in grande quantità nel foraggio può colorare il latte di rosso, ciò una volta era considerato sintomo di malocchio.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D.M., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina, Zanichelli editore, Bologna
PRIHODA A., Le piante officinali della salute. Melita, La Spezia. 1993.
PŘÍHODA A., 1990. Le piante della salute, Fratelli Melita Editori, La Spezia.
AGRADI A., REGONDI S., 2005. ROTTI G., Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
BOWN D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses, Dorling Kindersley, London
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4135

Isatis tinctoria L.

Famiglia - *Brassicaceae Burnett*

Nomi volgari:
Italiano: Glasto comune, Isatis dei tintori, Guado
Deutsch: Färberwaid
English: Woad, Dyer's Woad
Español: Hierba pastel
Français: Pastel des teinturiers

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
S-Europ.-S-Siber. - Entità delle zone calde dell'Europa e della fascia arida della Siberia meridionale: di solito piante steppiche. Se l'areale gravita attorno al Mar Nero sono dette Pontiche.
Asiatica - Pianta del continente asiatico.

Antesi: aprile - luglio

Descrizione:
Pianta erbacea biennale, glabra o pubescente, alta 40-120 cm con fusto eretto, trigono, robusto, munito di peli patenti sparsi e ramificazioni erette corimbose nella metà superiore.
Foglie basali in rosetta, picciolate, oblungo-lanceolate, acute, quelle del caule, gradualmente più piccole, sessili, astate-lanceolate, con orecchiette amplessicauli allungate ed acute, tutte intere o irregolarmente dentate, cerose, di colore verde glauco, sparsamente pelose.
Infiorescenza distribuita in densi racemi corimbosi. Corolle gialle con lungo pedicello a 4 petali obovati di 3-4 mm munite di sepali gialli eretto-patenti di 2,5 mm, non gibbosi alla base.
I frutti sono siliquette pendule, da glabre a tomentose, appianato-alate, molto compresse ai margini, indeiscenti, lunghe 3-5 volte la larghezza, nere a maturità, contenenti un solo seme liscio, oblungo, brunastro.

Habitat:
Incolti, ruderi, lungo i bordi stradali e suoli calpestati, preferibilmente su suoli basici, ma anche su sabbie silicee, da 0 a 2100 m.

Etimologia:

- *Isatis*: da "ισάτις" "isátis", nome classico greco del guado in Dioscoride e Ippocrate (da "ισάζω" "isázo" - pareggiare, levigare): per le proprietà abrasive di alcune piante di questo genere;
- *tinctoria*: da "tíngo" - tingere: utilizzato per tingere stoffe.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità officinale, ma anche tossica. I componenti principali contenuti nelle foglie della pianta sono: ferro, iodio, fosfati di calcio e magnesio, indacano e vitamine A e C.
È stata impiegata per l'alto contenuto di sali minerali e di vitamine, per la cura dello scorbuto, delle anemie, delle debilitazioni fisiche con annesso dimagrimento e come stimolante per la crescita dei bambini. Quale astringente e cicatrizzante per uso esterno, contro le dermatiti, le ulcere, le piaghe e le ferite.
Ottimo foraggio per il bestiame ed anche come fertilizzante agricolo.
Raramente usata nell'alimentazione, causa la sua difficile digeribilità.
Ma la fama maggiore del guado è legata alle sue peculiarita' tintorie. Già nell'epoca preistorica era nota e veniva coltivata per estrarre dalle sue foglie i pigmenti coloranti, dai quali si otteneva l'indaco, la colorazione blu più utilizzata dal genere umano. Indaco è un termine che deriva dal latino indicum riferendosi al paese d'origine, l'India, paese che per secoli esportò in tutto il mondo, questa materia tintoria, ritenuta la migliore in assoluto per qualità.
L'isatis ebbe la sua maggiore espansione in Europa nel Medioevo, sembra sia stata introdotta dai Mori. Dapprima si diffuse in Inghilterra ed in Francia poi in Italia dove le coltivazioni ebbero una grande rilevanza economica, a carattere industriale. Nei secoli 14° e 15° l'esportazione del guado era una delle voci più importanti del bilancio dello stato. L'Umbria fu una delle regioni di maggiore produzione, la cittadina di nome Gualdo, vicino a Nocera, ne è testimonianza.
La materia prima si ricavava dalle foglie, mediante tagli regolari che permettono alla pianta di ricacciare nuove foglie, ottenendo fino a 4-5 raccolti stagionali. Il pigmento veniva estratto dalle foglie, macinate nei frantoi, lasciate macerare per la fermentazione in acqua con l'aggiunta di calce ed altri prodotti alcalini, tra cui l'urina. Con questo processo si otteneva un liquido giallastro, che agitato, ossidato e lasciato a riposo faceva precipitare il pigmento blu. Il composto ottenuto si lasciava essiccare in piccole formelle che al momento dell'utilizzo si scioglievano, come sapone, direttamente in acqua bollente.
Il suo declino iniziò nel XVII secolo quando sul mercato si iniziò ad importare un'altra materia tintoria blu, che si estraeva dall' Indigofera tinctoria, (da cui prende il nome il colore indaco), proveniente dall'India, dalla quale si otteneva un prodotto di maggiore qualità e resa. Poi nella seconda metà dell'800 si scoprirono in Germania i primi coloranti sintetici, meno costosi e con colori più costanti che determinarono la fine delle coltivazioni del guado e dell'utilizzo dei coloranti naturali.

Curiosità:
Ultimamente sulla scia di una maggiore coscienza di tutela dell'ambiente e sopratutto della salute delle persone, si sta riscoprendo l'importanza dei colori naturali, che hanno un vasto campo d'applicazione sopratutto nel settore alimentare, tessile, cosmetico, farmaceutico e industriale; sostituendo o riducendo in parte i processi chimici inquinanti. Questa inversione di tendenza, è stata registrata da oltre un decennio in Franca, dove la coltivazione del guado è stata ripresa e valorizzata, producendo ottimi risultati. Speriamo che questo ritorno di passione per il guado e per i coloranti naturali, stimoli nuovo interesse anche in Italia e che si ricominci a produrre, questo ineguagliabile pigmento blu.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4221

Juglans regia L.

Famiglia - *Juglandaceae DC. ex Perleb*

Nomi volgari:
Italiano: Noce comune, Noce
Deutsch: Echte Walnuss
English: Common walnut
Español: Nogal común
Français: Noyer commun

Forma biologica:
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
W-Asiatica - Asia occidentale.

Antesi: marzo - maggio

Descrizione:
Albero piuttosto longevo, alto fino a 25 m, con diametro massimo del fusto di oltre 1 m.
Fusto diritto e vigoroso, con corteccia grigio chiara e liscia in soggetti giovani, quindi, a maturità, scura e fessurata longitudinalmente.
Rami grossi patenti, inseriti a non grande altezza, da giovani grigio-rossastri, poi anch'essi grigi chiari. Chioma ampia e globosa, alquanto densa.
Ramicelli grossolani e tozzi, portanti all'apice vistose gemme fogliari grigie scagliose e tomentose, accompagnate da due laterali più ridotte e, più in basso, gemme fiorali maschili coniche a piccole squame verdi-grigiastre, unitamente ad altre gemme fogliari piccole a schiusura più tardiva.
Foglie grandi di odore fragrante, imparipennate composte da 5-9 segmenti subsessili, ellittico-lanceolati od obovati, a margine intero, i 3 apicali di 2-5 x 5-10 cm, con pagina superiore verde scuro ed inferiore verde nettamente più chiaro; nervature secondarie molto evidenti, che raggiungono quasi il margine.
Fiori unisessuati: amenti maschili penduli (1 x 5-8 cm), di colore verde-bruno, a perigonio con 5-6 lobi e numerosi stami; fiori femminili, all'apice dei rametti dell'anno in gruppi di 1-5, ad ovario infero e con due tipici stimmi ricciuti voluminosi, bianco-giallastri e ricurvi all'infuori.
I frutti, solitari o a gruppi, sono caratteristiche drupe, ovali o globose (3-4 x 4-6 cm) con epicarpo carnoso verde ricchissimo di tannino (mallo), che copre un endocarpo legnoso marrone chiaro leggermente solcato (noce), proteggente a sua volta il seme (gheriglio) a 4 lobi, meandriforme, oleoso e commestibile.

Habitat:
Preferisce terreni silicei, freschi e profondi. Teme le temperature molto basse e dunque predilige le esposizioni soleggiate, soprattutto alle quote superiori in cui vegeta; non tollera altresì l'eccessivo calore e l'aridità e rifugge i terreni eccessivamente impregnati d'acqua. Non è specie gregaria ed è dunque difficilissimo ritrovarla in formazioni boschive, salvo ai margini e nelle radure.

Etimologia:

- *Juglans*: dal latino “Iupiter” - Giove e da “glans” - ghianda: ghianda di Giove, poiché presso gli antichi il noce era sacro a Giove;
- *regia*: da “rex, régis re”: regale, degno di un Re per colore, portamento, dimensioni o altre caratteristiche, oppure riferito al re degli dei, cioè allo stesso Giove.

Distribuzione in Italia:

Pianta che si ipotizza originaria dell'Asia centro-occidentale, secondo alcuni nativa anche dell'Estremo Oriente e della penisola balcanica, non della penisola italica. È comunque stata diffusa da epoca antichissima in tutta l'Europa sud-occidentale, Italia compresa. Qui è stata largamente coltivata fino all'abbandono agrario delle campagne negli anni 60 del '900.
È presente e naturalizzata in quasi tutte le regioni italiane (assente in Puglia), dalla pianura fino a 1200 m.

Protezione:

Entità protetta in Umbria.

Utilizzi:

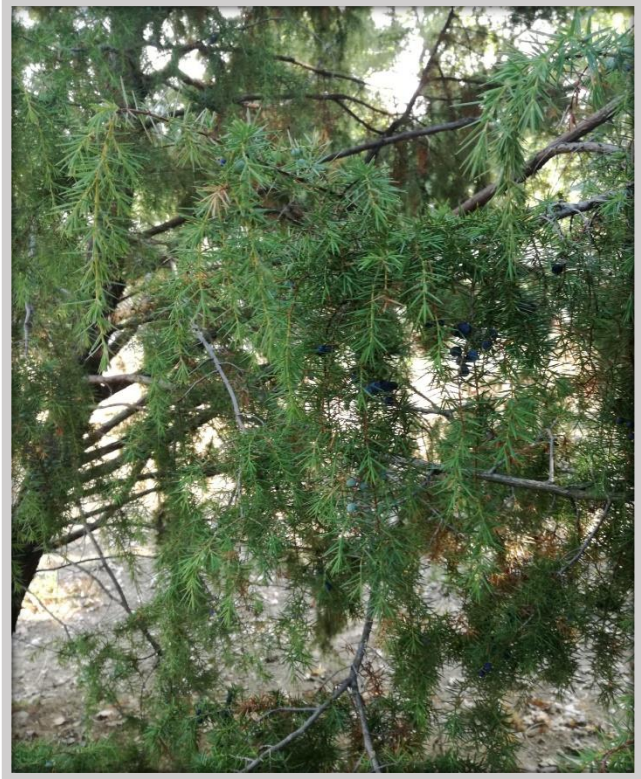
Entità commestibile, officinale e ha uso forestale.
Albero molto apprezzato e noto, economicamente importante sia per il valore del legno sia per il frutto.
Il legno, ad alburno grigio chiaro e durame bruno scuro, talora venato, è semiduro e pesante, facilmente lavorabile e dall'antichità fino ad oggi è stato impiegato, sia massiccio sia come sfogliato o tranciato, nella fabbricazione di mobili di pregio e di lusso. Raffinatissime sono le marezzature presenti nelle radiche e nelle capitozze, adatte per intarsi. In anni recenti, grazie a finanziamenti erogati da Regolamenti dell'Unione Europea, molti impianti da legno di noce comune sono stati realizzati nel nostro paese, soprattutto in zone di pianura e collina.
I frutti si consumano allo stato fresco (in realtà necessitano di un periodo di essiccazione) oppure si destinano all'industria dolciaria; le noci sono apprezzate anche in cucina, per varie ricette. Le noci non ancora mature sono usate per la preparazione di un particolare liquore - il nocino - tradizionale nel Trentino. Particolarmente ricercate sono le noci di Sorrento (SA), una delle migliori varietà del mercato. L'olio di noci, presente al 25% circa nei semi, è di gran valore ed è impiegato nell'industria alimentare, farmacologica e cosmetica. Mallo, foglie e gemme hanno proprietà astringenti, depurative, ipotensive, digestive, antinfiammatorie, antisettiche.
Infine merita ricordare che la pianta è stata spesso impiegata in passato per alberature stradali, ancor oggi visibili soprattutto nell'Italia meridionale ed in paesi di montagna.

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
FENAROLI L.,1967. Gli alberi d'Italia, Ed. Martello, Milano
MORANDINI R., 1957. Monti e Boschi. T.C.I.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4243

Juniperus communis L.

Famiglia - *Cupressaceae Bartling*



Nomi volgari:
Italiano: Ginepro comune
Deutsch: Gemeiner Wacholder
English: Common juniper
Español: Enebro común
Français: Genévrier commun

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Eurosiber. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Eurasia.
Medit.-Mont. - Specie con areale simile a quello delle Steno-mediterranee oppure delle Euri-mediterranee, ma limitatamente alle zone montane.

Antesi: gennaio - luglio

Descrizione:
Arbusto perenne o piccolo albero sempreverde, a crescita molto lenta, resinoso, di aspetto molto variabile: eretto espanso o prostrato. In pianura si presenta come un alberello sino a 5 - 6 m di altezza, in montagna assume forma cespugliosa, ad alta quota e in zone particolarmente ventose, si riduce ad un arbusto prostrato. Questo poliformismo si esprime anche fra i sessi, infatti molti degli esemplari con chioma fastigata, sono maschi, frequentemente quelli femminili sono a chioma larga.
La corteccia è inzialmente liscia e lucente, poi diviene cartacea e rugosa, grigio-rossastra e si sfalda in fibre longitudinali ondulate ai bordi.
I fusti sono tortuosi e ramificati, i ramoscelli di colore giallo o verde quando sono giovani, diventano marroni e più rigidi con il passare degli anni. Rami eretti, quelli inferiori pendenti, i giovani a sezione triangolare. Il legno fortemente profumato, presenta alburno giallastro e durame bruno-rossastro, è di tessitura fine, ma di fibratura irregolare.
Le foglie sono aghiformi, lanceolate ad apice acuto e pungente, rigide, raggruppate a 3, sessili di colore verde glauco e biancastre, pagina inferiore con una linea sporgente, quella superiore percorsa da una larga linea biancastra che corrisponde alla carena del dorso fogliare.
Pianta dioica, con fiori maschili e femminili su piante diverse: quelli maschili sono gialli posti all'ascella delle foglie, riuniti in piccoli coni formati dalle antere protette da squame triangolari, quelli femminili sono piccoli e verdi, raccolti in piccoli amenti all'ascella delle foglie. Nei fiori femminili le 3 squame fertili che si saldano tra loro dopo la fecondazione; entrambi i fiori sono di aspetto insignificante.
I frutti, detti galbule o coccole, di 4-5 mm, in realtà sono falsi frutti che derivano dalla modificazione carnosa delle brattee apicali, di colore verde il primo anno, assumono il caratteristico colore nero-bluastro solamente nel secondo anno di vita, quando giungono a maturazione. Sono coperti da una pruina opaca cerosa, linee rilevate delimitano un triangolo un po' infossato alla sommità delle 3 squame che li compongono, contengono 2 - 3 semi duri e triangolari di colore bruno chiaro, saldati alla polpa per la metà inferiore, liberi nella parte superiore; detti impropriamente "bacche".

Habitat:
Ampiamente diffuso dalle regioni marine alle zone montane, nei pascoli aridi, nelle brughiere o boscaglie; è specie molto longeva, presente in tutte le regioni temperate dell'emisfero settentrionale. Pianta resistente alle basse temperature, tollera aridità e vento forte, si adatta facilmente a terreni inospitali essendo indifferente al substrato.

Etimologia:

- *Juniperus*: da "iúnix" - giovenca e da "pário" - dare alla luce, partorire: per presunte proprietà favorenti il parto. Secondo altre interpretazioni, il nome del genere deriva dal celtico "juneprus" = acre, come il sapore aspro dei frutti;
- *communis*: comune, banale, indica l'ampia diffusione.

Distribuzione in Italia:
Dal piano sino 3.500 m s.l.m. (M.te Rosa), presente in tutta Italia, esclusa la Puglia.

Protezione:
Entità protetta in Umbria e Molise.

Utilizzi:
Entità commestibile, officinale e ha uso forestale.
Componenti principali: olio essenziale contenente α-pinene, β-mircene, sabinene, limonene, β-cariofillene, β-pinene, terpinene-4-olo, tannini, diterpeni, flavonoidi, monosaccaridi, proantocia-nidine oligomeriche.
In cucina le coccole, sono usate per aromatizzare le carni, in particolare selvaggina, porchetta, arrosti, prosciutti; si aggiungono alle verdure sottaceto e si abbinano bene alle verdure della famiglia delle Brassicaceae, come il Cavolo.
I frutti dopo fermentazione e distillazione forniscono l'acquavite di ginepro, il famoso "Gin" inglese e anche il tirolese " Kranawitter"; messi a macerare in alcool, forniscono invece un ottimo amaro, tonico.
Il Gin fu inventato nel XVII secolo dall'olandese Franciscus Sylvius, professore di medicina interessato alla formulazione di una tintura diuretica. La parola "gin" deriva infatti da "geniver", Ginepro in olandese.
I tordi sono particolarmente ghiotti di coccole di Ginepro.
Nei paesi nordici il legno viene utilizzato per la fabbricazione di bastoni e cestini, mentre con la corteccia si realizzano corde. In veterinaria, l'olio essenziale è un rimedio naturale e un valido antiparassitario, impiegato contro acari e pulci degli animali.
Il Ginepro colonizza facilmente terreni poveri, ed è usato per il consolidamento di pendici instabili.
Dalla specie originaria sono state selezionate molte varietà a scopo ornamentale.

Bibliografia:
PIGNATTI S., Flora d'Italia.Edagricole, Bologna. 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma. 2005
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli. 2004
ARIETTI N., La flora economica e popolare del territorio bresciano. Geroldi. Brescia 1974.
TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990.
PRIHODA A., Le piante della salute. Melita, La Spezia. 1993.
BOWN. D., Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London. 1995
LOMAZZI G. Curarsi con le piante di (Key Book/Rusconi libri, 2000)
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI). 2005
DALBY, A. (2002). Dangerous Tastes: The Story of Spices. University of California Press. p. 33.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=168

Juniperus oxycedrus L.

Famiglia - *Cupressaceae' Bartling*

Nomi volgari:
Italiano: Ginepro ossicedro, Ginepro rosso
Deutsch: Stech-Wacholder
English: Cade, Cade juniper, Prickly juniper, Prickly cedar, Sharp cedar
Español: Enebro rojo, Enebro de la miera
Français: Cade, Genévrier cade

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).

Antesi: gennaio – aprile

Descrizione:
Arbusto o alberello sempreverde di 1-5 m (raramente arborescente 13 -15 m). Ha foglie aghiformi larghe 2 mm e al massimo lunghe 15 – 25 mm. Ha portamento eretto come il ginepro comune, dal quale si distingue per le foglie, che presentano due righe bianche (file di stomi) anziché una.
Lo pseudofrutto detto arcestida (galbulo), deriva dall'ingrossamento delle brattee fertili del cono, inizialmente di colore giallo-verdastro, a maturità rossastro scuro, di forma da globosa a piriforme, con un diametro da 8 a 15 mm, contenente in genere 3 semi oblungo-ovoidi a sezione grossolanamente triangolare, leggermente compressi, di 6-8 x 4-4,5 mm, brunastri, con una faccia ruvida e opaca ed una pallida e un poco lucida

Habitat:
Cresce su terreni rocciosi, aridi, con suoli a scarsa fertilità, neutro-subacido e in luoghi soleggiati, legati all'ambiente del bosco sempreverde mediterraneo e nella macchia, in stazioni caldo-aride. Si trova dal livello del mare a 1600 m di altitudine, nel meridione penetra fino alla fascia montana.

Etimologia:

- *Juniperus*: da "iúnix" - giovenca e da "pário" - dare alla luce, partorire: per presunte proprietà favorenti il parto;
- *oxycedrus*: dal greco "ὀξύς" "oxýs" - acuto, aguzzo e dal genere "Cedrus" - cedro: con foglie come quelle di un cedro, ma aguzze.

Areale:
Originario del Mediterraneo ed è presente in Marocco e Portogallo, in Francia, in Iran e nel sud del Libano e in Israele.

Distribuzione in Italia:
Presente in Piemonte, Liguria, Emilia-Romagna, Toscana, Abruzzo, Puglia, Basilicata, Calabria e Sardegna.

Utilizzi:
Entità officinale e con uso forestale.
Dal suo fusto si ricava un legno pregiato, scuro e profumato, duro da lavorare. In Italia il taglio è vietato.
Fornisce, inoltre, un catrame vegetale ancor oggi impiegato nelle affezioni locali della pelle, incorporato in pomate.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://it.wikipedia.org/wiki/Juniperus_oxycedrus
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=169

res herbis

Leontodon crispus Vill.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Dente di leone crespo
Deutsch: Krauser Löwenzahn
English: Curly hawkbit
Français: Liondent crépu

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
S-Europ.-S-Siber. - Entità delle zone calde dell'Europa e della fascia arida della Siberia meridionale: di solito piante steppiche. Se l'areale gravita attorno al Mar Nero sono dette Pontiche.

Antesi: marzo - giugno

Descrizione:
Pianta perenne polimorfa alta 20-40 cm con rizoma verticale fittonante, scapi indivisi numerosi, sottili, eretti, rigidi, per lo più ispido-setolosi e spesso ingrossati in alto.
Foglie basali in rosetta non appressate al suolo, oblungo-lanceolate, pennato-partite, di solito non più larghe di 1 cm e lunghe 5-20 cm, a base ristretta in lungo picciolo; indumento irsuto-ruvido per peli lunghi 0,5-1 mm con (2)3(4) raggi <=0,4 mm.
Capolini sottili (diam. 2-3 cm), inclinati prima dell'antesi, con involucro (12-15 mm) a squame ispide (con peli semplici o, talora, brevemente forcati su bordi e carena), le esterne triangolari e le interne lineari-lanceolate; fiori solo ligulati gialli, spesso inferiormente arrossati, lunghi 12-15 mm.
Pappo color bianco-sporco o brunastro (raramente candido), con setole pennate lunghe quanto l'achenio.

Habitat:
Pascoli e prati aridi, garighe, incolti, luoghi rocciosi o sassosi asciutti; di preferenza su calcare. Da 0 a 1200(1900) m.

Etimologia:

- *Leontodon*: dal greco “λέων” “léon” - leone e dal greco ionico “ὀδών” “odón” - dente: dente di leone, probabilmente allude al margine dentato delle foglie;
- *crispus*: da crispo increspare, arricciare: increspato, ricciuto, crespo, sempre riferito al bordo delle foglie.

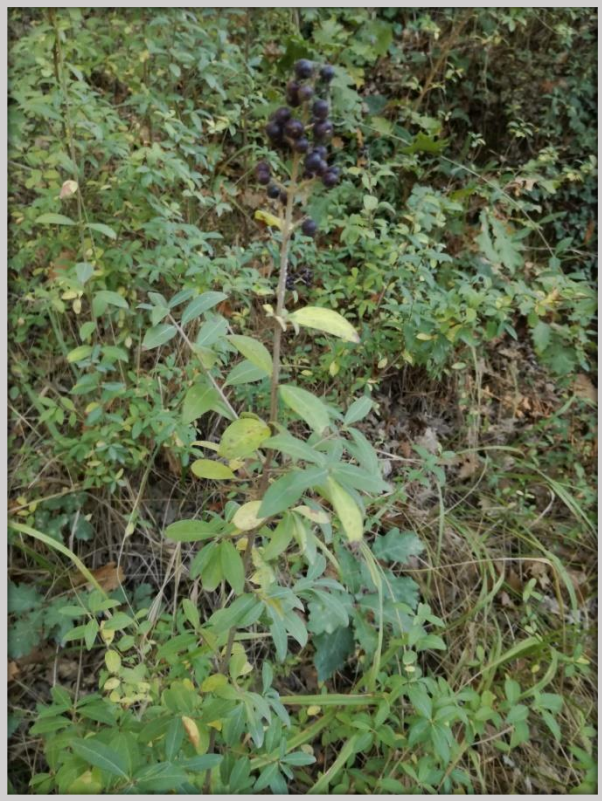
Distribuzione in Italia:
In tutto il territorio, isole escluse.

Utilizzi:
Entità commestibile

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
MAINARDIS G., 2005. Flora del Parco delle Prealpi giulie, Regione autonoma Friuli Venezia Giulia
ZENARI S., 1956. Flora escursionistica, Zannoni Editore, Padova
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4512

Ligustrum vulgare L.

Famiglia - *Oleaceae Hoffmanns. & Link*



Nomi volgari:
Italiano: Ligustro, Ligustro comune, Olivella
Deutsch: Gewöhnlicher Liguster
English: Common privet
Español: Aligustre, alheña
Français: Troène commun

Forma biologica:
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: marzo - maggio

Descrizione:
Arbusto generalmente caducifoglio, alto da 0,5 a 2(3) m, con apparato radicale forte, rizomatoso e pollonifero, chioma densa, rami giovani spesso pubescenti; corteccia da grigio-verdastra a marrone chiara da giovane, grigio scura in età avanzata, provvista di rade lenticelle trasversali; rami eretti, flessibili, con rami secondari regolari; gemme appaiate, decussate (alternativamente opposte a croce), piccole, appressate al ramo e scure; legno molto duro, color avorio, con midollo più chiaro.
Foglie opposte, decussate, brevemente picciolate, consistenti, ellittico-ovali o lanceolate, di circa 10-15 x 30-60 mm, acute all'apice e a margine liscio, color verde intenso lucido superiormente, un po' più chiare ed opache di sotto; generalmente sono caduche, ma in alcuni casi, in ambiente a clima mediterraneo, persistenti.
Fiori numerosi, odorosi, in pannocchie terminali dense, piramidali ed erette (5-8 cm); calice di 1 mm, caduco a 4 denticoli; corolla imbutiforme (4-5 mm), tetramera, a petali piccoli, acuminati, bianchi; 2 stami con antere gialle ricche di polline, 1 pistillo bianco.
Frutti a bacche subsferiche, a maturità nero-bluastre lucide, di diametro 5-7 mm, non commestibili, ma gradite dagli uccelli, con 2-3 semi piccoli, ovoidi e scuri.

Habitat:
Con predilezione per i suoli calcarei; specie eliofila, frequente dall'orizzonte submediterraneo al submontano (raramente raggiunge i 1300 m di quota); si rinviene spesso (coltivata) in siepi o (spontanea) in boscaglie e boschi radi caducifogli insieme ad altre specie arbustive, quali Viburnum lantana, Cornus sanguinea, Euonimus europaeus, Prunus spinosa, Crataegus monogyna.

Etimologia:

- *Ligustrum*: assonante con ligustrínum ligure, di Liguria, un'altra interpretazione è che derivi dal latino "ligare", per la flessibilità dei rametti, usati nelle campagne come legacci;
- *vulgare*: da "vúlgus" - volgo: molto comune, ordinario per la grande diffusione, banale

Areale:
Specie Europeo-W-Asiat., diffusa in tutta l'Europa centro-occidentale, compresa la Scandinavia meridionale e le isole britanniche, vegeta anche nell'Africa mediterranea, vicino Oriente, Asia minore e area pontica.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni italiane.

Utilizzi:
Entità officinale e con uso forestale.
Del ligustro si usano la corteccia, i fiori, le foglie, le gemme e i getti giovani; le foglie, le gemme ed i frutti hanno azione lassativa, mentre l'infuso dei fiori, i getti e la corteccia esplicano proprietà astringenti, antinfiammatorie, stomachiche e toniche; i principi attivi fanno capo essenzialmente a due glucosidi, la siringina (o ligustrina) e il ligustrone. Le bacche per l'uomo sono molto tossiche!

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
ARRIGHETTI A. & D., 1976. Il margine del bosco. Ed. Manfrini
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
ZENARI S., 1956. Flora escursionistica. Zannoni Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4591

res herbis

Lolium perenne L.

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Loglio comune, Loglio perenne, Loglierella
Deutsch: Deutsches Weidelgras, Ausdauerndes Weidelgras, Englisches Weidelgras, Englisches Raygras, Dauer-Lolch, Dinkelspelze
English: Perennial ryegrass, English ryegrass, Winter ryegrass, Ray grass
Español: Ballica, Ballica inglesa, Ballico, Césped inglés, Raigrás inglés, Raigrás perenne, Vallico
Français: Ray-grass anglais

Forma biologica:
H caesp - Emicriptofite cespitose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con aspetto di ciuffi serrati.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: febbraio - ottobre

Descrizione:
Erba perenne di 2 – 4 dm, densamente cespugliosa con culmi ginocchiato-eretti, glabri, lisci e lucidi. La lamina è verde scura, lucida, larga 3 – 5 mm. La ligula è troncata 1 mm o meno. La spiga è lineare (6 – 15 cm), eretta o un po' incurvata; le spighette 5-10-flore sono lunghe 11 – 17 mm, appressate al rachide durante la fioritura. Le antere del fiore sono gialle e di 4 mm.
Il frutto è un antecario con cariossidi di 3-5,5 x 07-1,5 oblunghe o ellittiche, compresse dorsalmente, striate longitudinalmente. Spighette 5-7(10) flore, lunghe 11-17 mm; glume lanceolate di 7-9,5 mm, con 3-9 venature; lemmi erbacei, oblunghi di 1,5 x 6-7 mm, con 5 venature, lisci, generalmente mutici; palea cigliata lunga quanto il lemma.

Habitat:
Si trova in ambienti freschi e fertili, in luoghi calpestati e prati stabili, regolarmente destiti dall'uomo mediante concimazione, irrigazione e falciatura. È sensibile alla siccità e alle basse temperature. Arriva fino ai 2000 m di altitudine.

Etimologia:

- *Lolium*: da “lolium”, nome latino del loglio, pianta che si riteneva nociva alla vista in Virgilio e Plinio;
- *perenne*: perenne, che dura più anni, dal prefisso rafforzativo “per-“ e da “ánnus” anno: per la longevità della pianta o per la fioritura nel corso di tutto l'anno.

Areale: Il suo areale comprende la maggior parte dell'Europa centrale e meridionale, ad est raggiunge la Vistola e il Don, al nord la Scozia e l'Irlanda, manca nella Fennoscandia, a ovest si rarefà nella penisola Iberica, ma si ritrova nelle zone fresche dell'Africa settentrionale, dell'Anatolia pontica (Mar Nero), raggiunge il Caucaso e i monti dell'Iran.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Utilizzata per i campi da calcio, è una specie tipicamente pascolata (buona foraggera, di notevole interesse agrario) in quanto mostra una vegetazione bassa e densa con buon ricaccio e accestimento.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4803
https://it.wikipedia.org/wiki/Lolium_perenne

res herbis

Lonicera caprifolium L.

Famiglia - *Caprifoliaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Caprifoglio comune, Madreselva comune, Abbracciabosco, Legabosco, Uva di San Giovanni, Manicciola
Deutsch: Gartengeißblatt
English: Italian honeysuckle, Italian Woodbine
Español: Madreselva de los jardines
Français: Chèvrefeuille des jardins

Forma biologica:
P lian - Fanerofite lianose. Piante legnose incapaci di reggersi da sole e quindi con portamento rampicante.

Tipo corologico:
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).
S-Europ. - Europa meridionale.
SE-Europ. - Soprattutto nella regione Carpatico-Danubiana.

Antesi: aprile - luglio

Descrizione:
Pianta lianosa caducifoglia, con fusti volubili e rampicanti, lunghi sono a 5 m, con ramosità quasi cespitosa data dalla presenza di gemme multiple presenti nelle zone ascellari del fusto. I fusti giovani presentano una certa pubescenza, mentre la corteccia con l'invecchiamento assume colorazione bruno-verdstra.
Le foglie dei rami sterili sono brevemente picciolate, nei rami fertili sono picciolate solo le foglie inferiori, quelle mediane invece sono variamente congiunte alla base, quelle terminali sono amplessicauli; caduche, semplici, opposte, ovato-ellittiche, quasi coriacee; la pagina superiore di colore verde chiaro, quella inferiore verde scuro con riflessi glauchi; il margine è intero.
L'infiorescenza è formata da fiori sessili 5 - 6, disposti in fascetti inseriti al centro dell'ultimo paio di foglie connate.
I fiori sono ermafroditi, delicatamente profumati, riuniti in fascetti apicali, sessili. Il calice gamosepalo è formato da un breve tubo aderente all'ovario terminante con 5 denti; la corolla con labbra 15 - 18 mm, è gamopetala con fauce bilobata caratterizzata dal labbro superiore diviso a sua volta in 4 lobi, si presenta solitamente di colore bianco con striature rosee e alla fine della fioritura diviene giallo-crema con i lobi riflessi. Gli stami sono 5, i filamenti staminali sono inseriti nel tubo corollino terminano con antere gialle e superano la fauce della corolla; lo stilo è glabro anch'esso sporge dalla corolla; l'ovario è infero tricarpellare.
I frutti sono bacche ovoidi, carnose, succose e velenose, di colore rosso o arancio, contenenti pochi semi discoidi.

Habitat:
Predilige i terreni calcarei e ombrosi del sottobosco, le macchie, i vigneti, le boscaglie e i margini dei boschi caducifogli: querceti, castagneti, sino a 1.200 m.

Etimologia:

- *Lonicera*: genere dedicato da Linneo, nel 1753, al medico e botanico tedesco Adam Lonitzer (latinizzato in Lonicerus, 1528-1586), autore di un trattato sulle erbe medicinali;
- *caprifolium*: dal latino "capra" - capra e "fólium" - foglia: forse perché appetite dalle capre.
- Il nome comune di "Abbracciabosco" deriva dal portamento rampicante, che spesso avvolge le piante vicine, danneggiandole.

Areale: Il suo areale comprende la maggior parte dell'Europa centrale e meridionale, ad est raggiunge la Vistola e il Don, al nord la Scozia e l'Irlanda, manca nella Fennoscandia, a ovest si rarefà nella penisola Iberica, ma si ritrova nelle zone fresche dell'Africa settentrionale, dell'Anatolia pontica (Mar Nero), raggiunge il Caucaso e i monti dell'Iran.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia, isole escluse ed eccetto la Valle d'Aosta.

Utilizzi:
Entità officinale
Costituenti principali: acido salicilico, glucosidi, tannini e oli essenziali.
Erba leggermente dolciastra, ad azione rinfrescante, antibatterica, diuretica, antipiretica, antinfiammatoria, ipotensiva, antispastica e sudorifera.
Per uso interno, efficace in caso di artrite reumatoide, orecchioni, infezioni delle prime vie respiratorie, febbre, congiuntivite, infiammazioni della gola e infezioni del tratto urinario.
Per uso esterno, efficace nelle stomatiti, nelle dermatosi e sulle ferite.
L'olio assoluto di Caprifoglio è ampiamente utilizzato in aromaterapia.
Attenzione ai frutti che nonostante l'aspetto appetibile, sono velenosi, contengono alcaloidi e se ingeriti provocano nausea e attacchi diarroici
Esistono diverse varietà coltivate a scopo ornamentale, adatte per la costruzione di pergolati o per rivestire muri e barriere e che presentano spesso foglie persistenti o semipersistenti.
I fiori attraggono soprattutto farfalle notturne e diurne, che con la loro lunga proboscide, riescono a raccogliere il nettare contenuto, nel lungo tubo corollino.
Nel linguaggio dei fiori è simbolo del legame d'amore.
Vuole la tradizione popolare che i fiori, posti nella stanza di una fanciulla, favoriscano i sogni d'amore, così come, tenuti in casa delle fanciulle nubili, propizierebbero il matrimonio

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
FERRARI M. e MEDICI D. 2003 "Alberi e arbusti in Italia" Edagricole
UBALDI D. 2003 "la vegetazione boschiva d'Italia" Clueb
BERNETTI G.e PADULA M. 1984 "Le latifoglie nobili nei nostri boschi" Quaderni di Monti e Boschi, Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=222

Lotus hirsutus L.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Trifoglino irsuto
Deutsch: Behaarter Backenklee
English: Hairy canary-clover
Español: Hierba de pastor
Français: Dorycnium hérissé

Forma biologica:
Ch suffr - Camefite suffruticose. Piante con fusti legnosi solo alla base, generalmente di piccole dimensioni.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: aprile - giugno

Descrizione:
Suffrutice perenne a base legnosa, cosparso di peli sul fusto, sulle foglie ed anche nei fiori che conferiscono un aspetto irsuto ed un colore grigiastro.
Fusto eretto-ascendente e ramificato, alto circa 50 cm, legnoso fino alla metà inferiore.
Foglie sericee, persistenti, di colore grigio-verde con riflessi bluastri, alterne e sub-sessili, divise in 5 foglioline dimorfe, obovato-oblunghe, mucronate, lunghe fino a 2,5 cm, delle quali le due inferiori più piccole da sembrare a volte, un paio di stipole che spesso abbracciano il fusto.
Fiori lunghi fino a poco meno di 2 cm, riuniti in 5-11 in una infiorescenza globosa terminale a capolino, portata da un peduncolo di 10-30 mm, circondata da una brattea fogliosa divisa in 3 foglioline. Calice rosa-brunastro o purpureo, con denti lineari-lanceolati più lunghi del tubo; corolla papilionacea con vessillo spatolato, eretto e ali laterali di colore bianco-rosato. Androceo con la parte libera dei filamenti più corta del tubo.
Il frutto è un legume deiscente, lungo 6-12 mm, cilindrico, ottuso, di colore bruno rossastro, con all'apice un mucrone rappresentato dal residuo indurito dello stilo e contenente diversi semi ovali, maculati. I frutti sono disposti a stella e, a maturità, le valve si attorcigliano e così i semi vengono lanciati lontano.

Habitat:
Vegeta nei prati aridi, incolti, scarpate, ghiaioni, dune, terreni sabbiosi fino a 1300 m.

Etimologia:

- *Lotus*: nome latino di una varietà di trifoglio citata da Virgilio;
- *hirsutus*: irsuto: per la presenza di peli minuti o radi

Distribuzione in Italia:
Assente solo in Piemonte, Valle d'Aosta, Friuli-Venezia Giulia e nel Veneto.

Utilizzi:
Entità officinale
Ha proprietà sedative, calmanti, antispasmodiche, i suoi fiori vengono utilizzati in tisane per combattere l'insonnia e per uso esterno in tinture o aggiunti nell'acqua del bagno per le sue virtù astringenti e vulnearie nelle infiammazioni della pelle.
È buona pianta mellifera dalla quale vengono prodotti mieli chiari, delicatamente profumati. Viene bottinato anche il polline, che è di colore grigio o marrone.

Bibliografia:
BANFI E., CONSOLINO F., 2000. La flora mediterranea, Istituto Geografico De Agostini, Novara
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=2739

Malus florentina (Zuccagni) C.K. Schneid.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Melo ibrido
Deutsch: Weissdornblättriger Apfel
English: Florentine crabapple, hawthorn-leaf crabapple
Français: Pommetier florentin, Pommetier à feuilles d'aubépine

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Anfiadriat. - Presente sulle due sponde dell'Adriatico.
NE-Medit. - Mediterraneo nord-orientale.

Antesi: aprile – maggio

Descrizione:
Pianta cespugliosa- arbustiva inerme, caducifolia, con radice legnosa e fittonante, alta 1 - 6 m.
Fusto ricoperto da corteccia sfogliante di colore aranciato da giovane e grigiastro da adulto.
Rami principali patenti; rametti inizialmente verdastri, poi bruno-grigiastri; gemme rossastre e poi verdi.
Foglie verdi, bianco-tomentose nella pagina inferiore, semplici, alterne, ovato - cuoriformi e troncate o cordate alla base (3 - 4 lobi simmetrici per lato, profondi 1/3 della semilama) con margine irregolarmente dentato-seghettato 2-4 x 3-5 cm e portate da un corto picciolo di 0,5-2 cm; in autunno assumono colori che variano tra il giallo-rosa ed i rosso-viola.
Infiorescenza corimbosa semplice, con fiori dialipetali e ermafroditi di 15 - 20 mm di Ø, posta all'ascella delle foglie.
Corolla con 5 petali bianchi, sub-rotondi con margine ondulato, c. 8 mm
Calice peloso, con 5 sepali ovato-lanceolati, caduchi e di 3-4 mm.
Stami numerosi di colore giallo-oro.
Stili 2, gialli, lievemente divaricati e connati alla base.
Ovario pluricarpellare.
Il frutto è un pomo ellissoide di circa 1 cm di Ø, rosso a maturità, contenente pochi semi e posto su un lungo picciolo; la superfice risulta cosparsa di sclereidi.
Semi ovato-acuti, appiattiti e di color nerastro.

Habitat:
Boschi submediterranei mesofili, umidi e preferibilmente argillosi, tra i (100) 300 - 800 (1200) m; forma associazioni con Hieracio racemosi-Quercetum petraeae o Lonicero-Quercetum cerridis.

res herbis

Etimologia:

- *Malus*: da “malus”, nome latino del melo, citato da Varrone e altri autori;
- *florentina*: da Florentia oggi Firenze: fiorentino, indica l'areale di primo ritrovamento.

Distribuzione in Italia:
La specie è presente in Emilia-Romagna, Toscana, Umbria, Marche, Lazio, Abruzzo, Molise, Campania, Basilicata, Calabria.

Protezione:
Entità protetta in Umbria e Molise.

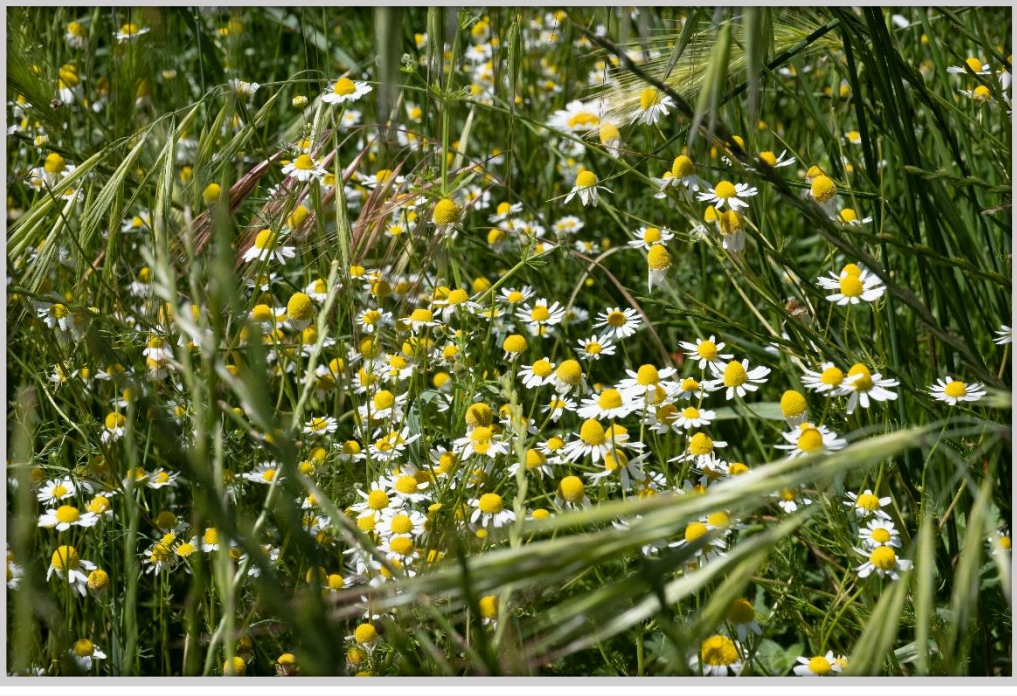
Utilizzi:
Entità commestibile e ha uso forestale.
I frutti sono eduli a maturazione completa, i semi contengono acido cianidrico che conferisce un gusto simile alle mandorle, deve essere quindi consumato in piccole quantità.
Dal punto di vista farmacologico, l'acido cianidrico stimola la respirazione e aiuta la digestione. L'abuso può però causare crisi respiratoria e persino il decesso.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
RICCERI et al., 2006. Biodiversità in Provincia di Prato vol. 3°, Ed.Le Balze srl
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4944

res herbis

Matricaria chamomilla L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*



Nomi volgari:
Italiano: Camomilla comune, Capomilla, Camomilla
Deutsch: Echter Kamille
English: Common chamomile, german chamomile
Español: Manzanilla
Français: Camomille, Camomille vraie

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...
Asiatica - Pianta del continente asiatico.

Antesi: aprile – agosto

Descrizione:
Pianta annua, erbacea, dal gradevole profumo; la radice affusolata sostiene un fusto eretto, sottile, spesso molto ramificato nella parte apicale, non peloso; altezza 10 - 50 cm.
Le foglie sono sessili, alterne a contorno lanceolato, 2 - 3 volte pennatosette, di colore verde chiaro, con segmenti ridotti a lacinie sottili, brevi ed appuntite.
I fiori portati da lunghi peduncoli, sono riuniti in capolini del Ø di 1,5 - 2 cm, presentano un involucro costituito da 12 - 17 brattee verdi con margine bruno, obovato-lanceolate, membranose, disposte secondo 1 - 3 ordini, ed un ricettacolo di forma emisferica o conica, glabro e cavo nella parte interna, il che conferisce al disco interno una certa convessità, che si evidenzia quando i fiori del raggio, che sono presto reflessi, si reclinano verso il basso.
I capolini sono costitutiti da fiori periferici, ligulati, bianchi femminili e da fiori del disco tubulosi, gialli, ermafroditi che contengono 5 stami.
Le ligule di forma ovale allungata sono percorse da 4 nervature con 3 denti terminali, al termine dell'antesi divengono reflesse. I fiori tubulosi presentano 5 stami saldati alle antere a formare un tubo, all'interno del quale si erge il pistillo bifido.
Solo al microscopio è possibile evidenziare che sui fiori e sulle squame del calice, sono presenti peli pluricellulari.
I frutti sono piccoli acheni ovoidali, con 3 - 5 leggerissime costolature nella parte concava, privi di pappo formanti una coroncina; racchiudono un unico seme, che non aderisce al tegumento.

Habitat:
Infestante delle colture dei cereali, presente negli incolti, lungo le strade, presso le case o in discariche, negli orti.
Generalmente fra 0 - 800 m, raramente sino a 1.500 m s.l.m.

Etimologia:

- *Matricaria*: da “matrix” - utero, per le sue proprietà emmenagoghe; alcuni ritengono che derivi semplicemente da “mater” - madre;
- *chamomilla*: dal greco “χᾰμαι” “chamai” - a terra e per estensione piccolo o nano e “μῆλον” “mêlon” - pomo: piccola mela, per l'odore dei fiori che ricorda vagamente quello delle mele.

Distribuzione in Italia:
Specie archeofita, esotica naturalizzata, presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: olio essenziale contenente bisabobolo e camazulene (responsabile del colore blu), flavonidi, idrossicumarine (tra cui l'umbelliferone), mucillagini, tannini.
Erba amara, aromatica, sedativa, spasmolitica, antinfiammatoria, analgesica, curativa. Ha azione benefica sulla digestione e stimolo il sistema immunitario.
Altri usi: si aggiunge ai cosmetici come antiallergenico e ai preparati per capelli come fissativo e schiarente.
Usata per aromatizzare vini e liquori tipo vermuth, la ritroviamo come aromatizzante nelle confetture, nel chewing gum, nelle caramelle.
Piccoli sacchetti di fiori essiccati, ma anche bustine di camomilla già pronte, riposti nei cassetti e negli armadi, allontanano tarme ed altri insetti dalla nostra biancheria. Sempre i fiori essiccati in passato venivano usati come tabacco da pipa. Il suo infuso è in grado di accellerare la decomposizione dei residui organici della cucina, infatti mescolando il tutto con terra e infuso di camomilla si ottiene un ottimo fertilizzante naturale.

Curiosità:
Nell'imbottitura della mummia del faraono Ramsete II sono state rinvenute tracce di polline di Camomilla, infilato con la probabile intenzione di di infondergli la forza e la calma necessarie ad affrontare il viaggio nel regno dei morti.
Il medico greco Dioscoride e il naturalista romano Plinio, consigliavano la Camomilla nel trattamento della cefalea e dei diturbi renali, epatici e vescicali. I medici ayurvedici dell'antica India la impiegavano con applicazioni analoghe.
I popoli germanici usano la Camomilla da tempi antichissimi per curarei disordini digestivi e per alleviare i dolori mestruali.
L'erborista inglese Culpeper la raccomandava per curare febbre, problemi digestivi, dolori, itterizia, calcoli renali e per le proprietà emmenagoghe.
I medici eclettici americani del XIX secolo, raccomandavano impiastri di Camomilla per accellerare la cicatrizzazione delle ferite, infusi per problemi digestivi, crampi mestruali e per tutti i problemi connessi al parto.
Invece Chabrol de Volvic, prefetto napoleonico, nelle sue "Statistiche" risalenti ai primi anni del XIX seecolo, cita la Camomilla tra le piante nocive che causano gravi danni alla coltura del grano.
Oltralpe la Camomilla è così popolare, che molti la definiscono alles zutraut, "capace di tutto".

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI)
CATTABIANI A. 1996. Florario. Arnoldo Mondadori Editore, Milano.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=505666

Medicago lupulina L.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Erba medica lupulina
Deutsch: Hopfen-Luzerne, Zetterklee
English: Black medic
Español: Mielga negra
Français: Luzerne lupuline

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: marzo - luglio

Descrizione:
Pianta erbacea annua o bienne, alta 10-30 (-40) cm, con fusti pubescenti, da prostrati ad ascendenti, di rado un po' lignificati alla base e poco ramificati.
Foglie alterne, composte, trifogliate, portate da piccioli di 5-13 mm con stipole larghe da ovate a lanceolate, acuminate intere o con corti denti alla base. Segmenti fogliari di 5-10 x 5-12 mm, con brevissime rachidi (quella centrale più lunga), hanno la lamina vellutata specialmente nella faccia inferiore, con profilo da obovato a suborbicolare, obcordato all'apice apiculato, con nervi laterali paralleli che raggiungono il margine che è dentellato almeno nel 1/3 superiore, di rado a margine intero.
Fiori zigomorfi, gialli, lunghi 2-3,5 mm, disposti in numero di 10-20 (50) in capolini più o meno sferici, su peduncoli pubescenti come il fusto e più lunghi della foglia ascellante. Calice con 5 sepali con denti pelosi, ineguali, quelli inferiori più lunghi (all'incirca quanto il tubo) di quelli superiori. Corolla con 5 petali 5, caduchi dopo la fioritura, con il petalo superiore (vessillo) più grande dei 2 petali laterali liberi (ali) e dei 2 petali inferiori fusi (carena). Stami 10 dei quali 9 con filamenti saldati e 1 libero (diadelfi). Un carpello in ovario supero.
Il frutto è un legume indeiscente (camara), reniforme o brevemente falciforme e compresso, ripiegato a semicerchio, con nervature reticolate, glabro o peloso, largo 1,5-2(-3) mm, senza spine, bruno-nerastro a maturazione e con un solo seme ovoide.

Habitat:
Campi coltivati e incolti aridi, anche calpestati, su terreni calcarei aridi e secchi, dal piano sino a 1.500 (2.000) m.

Etimologia:

- *Medicago*: da Media, storica area geografica della Persia occupata da Medi che occuparono gran parte dell'odierno Iran centrale e occidentale a sud del Mar Caspio, territorio da cui Teofrasto riteneva provenisse la pianta;
- *lupulina*: diminutivo del latino “lupus” - luppolo in Plinio: per la forma dei fiori che ricorda un piccolo luppolo.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale
Pianta antibatterica e lenitiva.
Pianta utilizzabile come foraggio di buon valore nutrizionale anche se poco produttiva come quantità, a volte viene seminata su terreni aridi e secchi per l'impianto di prati artificiali.
È anche una buona pianta mellifera.
I semi hanno certo valore per gli uccelli ed i roditori.

Bibliografia:

PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
LAUBER K., WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
PHILIPPE JAUZEIN, 1995. Flore des champs cultivés, Inra, Paris
FERRARINI E., MARCHETTI D., 1994. Prodromo alla Flora della Regione Apuana, Accademia Lunigianese di Scienze Giovanni Capellini, La Spezia
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4994

Melampyrum cristatum L.

Famiglia - *Orobanchaceae Vent.*

Nomi volgari:
Italiano: Spigarola dentellata, Melampiro crestato
Deutsch: Kamm-Wachtelweizen
English: Crested Cow-wheat
Español: Enjaulada, Murciélagos, Trigo de vaca
Français: Mélampyre à crête, Mélampyre en crête

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Queste piante possono arrivare fino ad una altezza di 15 – 40 cm. Sono piante "emiparassite": possono vivere sulle radici di altre piante per prelevare acqua e sali minerali, mentre sono capaci di svolgere la funzione clorofilliana (al contrario delle piante "parassite assolute").
Le radici sono tipo fittone. La parte aerea del fusto è eretta e sparsamente pubescente. Le foglie hanno delle forme lineari con apici acuti e lamina intera. Dimensione delle foglie: larghezza 2 – 5 mm; lunghezza 30 – 50 mm.
L'infiorescenza ha la forma di una spiga apicale compatta quasi quadrangolare ricoperta di brattee embricate disposte in quattro serie. Le brattee sono formate da una lamina basale ed una appendice apicale allungata. La lamina è cuoriforme e strettamente conduplicata. I margini sono percorsi più o meno da 15 dentelli aristati lunghi 1 - 2,5 mm. L'appendice ha una forma lineare, la lamina è intera ed è lunga 2 – 3 cm nelle brattee inferiori, mentre in quelle superiori è progressivamente ridotta. L'apice delle brattee è sempre rivolto verso il basso. Il colore delle brattee varia dal basso verso l'alto dal verde o giallo-verdognolo al purpureo/violaceo. Dimensione della lamina delle brattee: larghezza 15 mm; lunghezza 10 mm.
I fiori sono ermafroditi, zigomorfi e tetraciclici. Lunghezza del fiore: 10 – 16 mm. Il frutto è del tipo a capsula a deiscente posteriore; la superficie è glabra o finemente cigliata.

Habitat:
Boschi chiari, i cedui e i cespuglieti; ma anche i margini erbacei meso-termofili dei boschi, i boschetti di collina e le radure erbose. Il substrato preferito è calcareo ma anche calcareo/siliceo con pH basico, bassi valori nutrizionali del terreno che deve essere umido.
Sui rilievi queste piante si possono trovare fino ai 1000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Melampyrum*: dal greco “μέλας” “mélas” - nero e da “πυρός” “pyrós” - grano: per i semi neri;
- *cristatum*: da “crísta” - cresta: crestato.

Areale:
Questa specie si trova in Francia, in Svizzera e in Austria. Sugli altri rilievi europei collegati alle Alpi si trova nei Vosgi, Massiccio del Giura, Massiccio Centrale, Pirenei, Alpi Dinariche, Monti Balcani e Carpazi. Nel resto dell'Europa è presente più o meno ovunque.

Distribuzione in Italia:
In Italia è considerata una specie rara ed è presente nell’Italia centro-settentrionale, a partire dalle regioni Lazio e Molise, assente nelle isole. Nelle Alpi (versante italiano) è presente ad ovest e al centro.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Curiosità:
Queste piante sono emiparassite, ossia in parte producono clorofilla e sono capaci di assorbire in modo autonomo i minerali dal terreno, ma hanno anche la capacità di utilizzare le sostanze prodotte dalle piante a loro vicine (funzione parassitaria). Il meccanismo con il quale assorbono le sostanze di altre piante è basato su piccoli austori posti al livello radicale. La pianta ospite può accettare di buon grado questo insediamento oppure può opporsi con secrezioni di sostanze tossiche. Se l'infestazione nelle colture di cereali supera un certo livello, la farina prodotta è più scura, con un particolare odore e dal sapore più acre e disgustoso dovuto al glucoside velenoso "rinantina".

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5016
https://it.wikipedia.org/wiki/Melampyrum_cristatum

res herbis

Mentha spicata L.

Famiglia - *Lamiaceae Martinov*

Nomi volgari:
Italiano: Menta romana, Mentastro verde
Deutsch: Grüne Minze
English: Spearmint, Garden mint, Common mint, Lamb mint, Mackerel mint
Español: Hierbabuena, Yerbabuena, Menta de jardín
Français: Menthe en épi, Menthe verte

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).

Antesi: maggio - ottobre

Descrizione:
Queste piante arrivano ad una altezza di 3-10 dm. Tutta la pianta ha un forte odore aromatico. Le sostanze aromatiche (oli eterei) sono contenute all'interno di peli ghiandolari. Probabilmente è un allotetraploide ottenuto dalle colture tra la Mentha suaveolens e Mentha longifolia.
Le radici sono secondarie da rizoma. La parte aerea del fusto è ascendente con la superficie più o meno pubescente. Il fusto ha una sezione quadrangolare a causa della presenza di fasci di collenchima posti nei quattro vertici, mentre le quattro facce sono concave. Le foglie sono sessili oppure con picciolo minore di 2 mm e sono disposte in verticilli alternati a 2 a 2 in modo opposto. La lamina è oblunga con forme da lanceolate a ellittiche con la larghezza massima alla base della foglia; l'apice è acuto e i bordi sono seghettati. La superficie è percorsa da semplici nervature poco sporgenti ed è liscia o rugosa. Le foglie sono larghe 1,5–3 cm e lunghe 5–9 cm. Le infiorescenze, posizionate all'apice del fusto, sono formate da numerosi fiori raccolti in una spiga apicale a forma piramidale appuntita (4–10 cm). I fiori sono quasi sessili o brevemente pedicellati. I fiori sono ermafroditi, zigomorfi, proterandri (protezione contro l'autoimpollinazione). Lunghezza del fiore: 3–4 mm. Il colore della corolla è roseo, lilla o violetto, ma anche bianco. Il frutto è uno schizocarpo composto da 4 nucule con forme da ovoidi a cilindroidi con la superficie da liscia a rugosa. La deiscenza è basale o laterale.

Habitat:
L'habitat tipico sono le zone lungo le strade e i sentieri, ma anche i coltivi utilitari. Il substrato preferito è calcareo ma anche siliceo con pH neutro, alti valori nutrizionali del terreno che deve essere umido. Si trova tra i 0 e i 1200 m s.l.m.

Etimologia:

- *Mentha*: dal greco “μίνθᾰ” “mínthă” - una ninfa dei fiumi sfortunata, figlia del dio Cocito, che è stata trasformata in un'erba da Persefone perché amante di Dite;
- *spicata*: da “spíca” - spiga, spilla: con infiorescenze a spiga.

Areale:
Si trova in Francia, in Svizzera e in Slovenia. Nel resto dell'Europa si trova ovunque (esclusa la Russia e la Penisola Iberica). Nell'areale del Mediterraneo si trova in Anatolia, Transcaucasia, Asia mediterranea e Egitto.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia, nelle Alpi ha una distribuzione discontinua, è incerta la sua presenza in Valle d’Aosta.

Protezione:
Entità protetta in Friuli-Venezia Giulia

Utilizzi:
Secondo la medicina popolare questa pianta ha le seguenti proprietà medicamentose:
antisettica (proprietà di impedire o rallentare lo sviluppo dei microbi), antispasmodica (attenua gli spasmi muscolari, e rilassa anche il sistema nervoso), carminativa (favorisce la fuoriuscita dei gas intestinali), diuretica (facilita il rilascio dell'urina), stimolante (rinvigorisce e attiva il sistema nervoso e vascolare), stomachica (agevola la funzione digestiva).
Le parti edibili sono le foglie (crude o cotte) con le quali si può fare il tè, oppure possono essere usate come condimento/spezie.
In Cina questa pianta è coltivata come fonte per l'olio di menta verde, un olio essenziale utilizzato per aromatizzare caramelle, dentifrici, gomme da masticare e altro.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5073
https://it.wikipedia.org/wiki/Mentha_spicata

res herbis

Muscari comosum (L.) Mill.

Famiglia - *Asparagaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Giacinto dal pennacchio, Muscari chiomato, Cipollaccio, Lampagione, Lampascione
Deutsch: Schopfige Traubenhyazinthe
English: Tassel grape-hyacinth
Español: Jacinto comoso
Français: Muscari à toupet

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: marzo - giugno

Descrizione:
Pianta erbacea perenne con un bulbo ovoide, bruno rossastro di 2-4 cm di diametro e scapo eretto, cilindrico, glabro alto normalmente da 15 a 50 cm.
Le foglie 2-5, tutte nascenti dal bulbo, sono carnose, larghe da 0,5 a 1,5 cm, più corte dello scapo, inguainanti alla base, lineari, prostrate o eretto-patenti tendenti ad afflosciarsi, scanalate nella parte inferiore, si restringono superiormente fino ad una punta acuta.
I fiori sono raggruppati in un racemo terminale cilindrico o piramidale, lasso e allungato (spesso più lungo di 20 cm), con fiori fertili inferiormente e sterili (il fiocco) all'apice. I fiori fertili iniziano a metà altezza dello scapo e sono inseriti all'ascella di piccole brattee, con peduncoli dapprima eretti, poi orizzontali e rivolti verso il basso alla fruttificazione, hanno il perigonio sintepalo, cilindrico-urceolato, azzurro-violaceo o giallo fosco, con 6 tepali e sei piccoli denti triangolari giallastri, sei stami con antere rossicce, stilo e stimma bianchi, ovario supero tricarpellare. I fiori sterili, più piccoli e di un bel colore azzurro-violaceo, densamente riuniti all'apice hanno i peduncoli più lunghi e rivolti verso l'alto.
I frutti sono capsule ottuse, ovato-triangolari lunghe fino a 15 mm, con tre valve che a maturità si aprono e lasciano cadere i 6 semi globosi e nerastri.

Habitat:
Campi, incolti, vigne su terreni preferiblmente calcarei fino a 1.500 m di altitudine.

Etimologia:

- *Muscari*: secondo alcuni autori deriva dal sanscrito “mushka” - testicolo, per la forma dei bulbi, mentre altri lo fanno derivare dal greco moderno “μοσχαρι” “moschàri” - giacinto a grappolo o dal greco classico “μόσχος” “mòschos” - muschio, per l'odore di alcune specie di questo genere, secondo U. Quattrocchi da un nome turco registrato da Clusio nel 1583;
- *comosum*: da “cóma” - chioma: munito di chioma, chiomato, allude al "fiocco" dei fiori sterili.

Distribuzione in Italia:
Distribuita ovunque nella regione mediterranea, presente in tutte le regioni, più frequente a sud.

Utilizzi:
Entità commestibile
Ha proprietà diuretiche ed emollienti e tra i suoi principio attivi sono zuccheri e mucillagini. È una pianta con proprietà molto vicine a quelle della cipolla, e viene usata per stimolare le secrezioni urinarie e, per uso esterno, quale emolliente e rinfrescante su pelli irritate, secche e foruncolose.
In cucina il bulbo sotterraneo di questa pianta trova gli stessi impieghi delle cipolle: crudo nelle insalate o cotto come componente di sughi o bolliti in agrodolce, e viene anche conservato sottaceto per antipasti o contorni.
Fa parte dei Prodotti Agroalimentari Tradizionali lucani riconosciuti dal Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali.

Curiosità:
In Spagna è anche chiamata Hierba de los amores.

Bibliografia:
SANDRO PIGNATTI, 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
PHILIPPE JAUZEIN, 1995. Flore des champs cultivés, Inra, Paris
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5207
DELLA BEFFA M.T., 1999. Fiori di Campo, Istituto Geografico De Agostini S.p.A., Novara
BURNIE D., 2002. Fiori spontanei del Mediterraneo, Fabbri editori, Milano

Muscari neglectum Guss. ex Ten.

Famiglia - *Asparagaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Muscari ignorato, Muscari negletto, Muscari atlantico
Deutsch: Weinbergs-Traubenhyazinthe
English: Starch grape hyacinth
Español: Nazareno, agüelicos
Français: Muscari négligé, ail des chiens

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.

Tipo corologico:
Medit.-Turan. - Zone desertiche e subdesertiche dal bacino mediterraneo all'Asia centrale.
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: febbraio - giugno

Descrizione:
Pianta erbacea, perenne, che raggiunge 10/30 cm con bulbo in genere provvisto di alcuni bulbilli.
Foglie flaccide, lineari, lisce, lucide, largamente scanalate, lunghe 20/30 cm; striate sul dorso, leggermente ricadenti, a sezione semicircolare, più lunghe dello stelo fiorale.
I fiori a perigonio ovato/oblungo, passano dall'azzurro più chiaro al blu scuro, con le singole fauci orlate di bianco.
L'infiorescenza è ovale (2-6 cm) e serrata. I fiori apicali sono sterili.
I frutti sono capsule che si aprono in tre valve, liberando semi finemente striati.

Habitat:
Prati incolti, semiaridi, da 0 a 1400 m.

Etimologia:

- *Muscari*: secondo alcuni autori deriva dal sanscrito “mushka” - testicolo, per la forma dei bulbi, mentre altri lo fanno derivare dal greco moderno “μοσχαρι” “moschàri” - giacinto a grappolo o dal greco classico “μόσχος” “mòschos” - muschio, per l'odore di alcune specie di questo genere, secondo U. Quattrocchi da un nome turco registrato da Clusio nel 1583;
- *neglectum*: da “neglego” - trascurare, non porre attenzione: negletto, dimenticato, non considerato, trascurato e pertanto a lungo confuso con qualche taxon simile o per l’aspetto modesto della pianta.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Curiosità:
Se coltivato a livello ornamentale il bulbo va posizionato in pieno sole altrimenti nella crescita della piantina prevarrà lo sviluppo fogliare.

Bibliografia:
SANDRO PIGNATTI, 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5210

Mycelis muralis (L.) Dumort.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J. Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Lattuga dei boschi, Lattuga dei muri
Deutsch: Mauerlattich
English: Wall lettuce
Español: Lechuga de los muros
Français: Laitue des murs

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: giugno - agosto

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, glabra, lattiginosa, alta da 30 a 100 cm, con fusto eretto, liscio e ramificato in alto.
Foglie verde-glauche, pennatifide, profondamente divise in lobi larghi, angolosi e dentati, generalmente rivolti verso la base, con il lobo terminale triangolare o pentagonale, più grande dei laterali; le foglie superiori lirate. Le foglie sono portate da un picciolo alato che, in quelle superiori abbraccia il fusto con due orecchiette arrotondate.
Le infiorescenze in pannocchia ramificata, lassa e divaricata, con numerosi capolini di 7-10 mm. L'involucro con minuscole brattee esterne mentre le interne, lineari, uguali, misurano 8-9 mm; fiori (5) tutti ligulati, ermafroditi, di colore giallo pallido che sono impollinati da api e mosche.
Il frutto è una cipsela (achenio) bruno-scura, di 2,5-3 mm, appiattita, con circa 13 coste, con becco breve (0,5-1 mm) e pappo di peli candidi.

Habitat:
Vegeta in luoghi ombrosi, boschi freschi e ricchi di humus, muri da 100 a 1800 m di altitudine.

Etimologia:

- *Mycelis*: nome antico di oscura derivazione;
- *muralis*: da “murus” - muro: che vive sui muri, riferimento all'habitat.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile
Le foglie giovani possono essere consumate come insalata.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=4361

Myosotis arvensis (L.) Hill

Famiglia - *Boraginaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Nontiscordardimè minore, Nontiscordardimè dei campi
Deutsch: Acker-Vergissmeinnicht
English: Field forget-me-not
Español: No me olvides
Français: Myosotis des champs

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: marzo - luglio

Descrizione:
Alta 1 - 6 dm con soffici peli più o meno ad angolo retto sul fusto. Fusti ascendenti o eretti, spesso ramosi alla base. Foglie basali oblanceolate, subsessili, acute; foglie cauline un po' minori, tutte con peli dritti appressati rivolti verso l'apice.
Infiorescenza multiflora allungata, senza brattee; peduncoli fruttiferi sub-eretti e più o meno appressati all'asse. Fiori grigio-blu, di 3–5 mm di diametro, fauciformi; tubo di sepali con peli a forma di uncino.
Frutti maturi bruno scuri, sottili.

Habitat:
Comune in ambienti aperti su suoli ben drenati; incolti, pascoli aridi e prati. Cresce in vegetazioni disturbate: coltivi, aiuole, scarpate, su suoli argillosi piuttosto freschi, ricchi in basi e composti azotati, dal livello del mare alla fascia montana (a volte anche più in alto, sino a più di 2000 m).

Etimologia:

- *Myosotis*: dal greco “μῦς, μυός” “mys myós” - sorcio e da “οὖς, ωτός” “oús, otós” - orecchio: orecchio di topo;
- *arvensis*: da “arvum” - campo, suolo arativo: degli arativi, riferimento all'ambiente di crescita.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982. "Flora d'Italia". Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5219
https://it.wikipedia.org/wiki/Myosotis_arvensis
http://dryades.units.it/euganei/index.php?procedure=taxon_page&id=4348&num=1058

res herbis

Ornithogalum umbellatum L.

Famiglia - *Asparagaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Latte di gallina comune, Cipollone bianco, Cipolline selvatiche
Deutsch: Dolden-Milchstern
English: Garden star-of-Bethlehem, grass lily, nap-at-noon, or eleven-o'clock lady
Español: Leche de gallina, Leche de pájaro, Leche de ave, Estrella de Belén
Français: Ornithogale en ombelle, Ornithogale à feuilles étroites, Belle-d'onze-heures, Dame-d'onze-heures

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: marzo - maggio

Descrizione:
Questa pianta è perenne con bulbi sottoterra; il bulbo è lungo 15-25 millimetri con un diametro tra i 18 e i 32 mm. Ha dalle sei alle dieci foglie, lineari con una linea bianca sulla superficie superiore, lunghe fino a 30 centimetri per 8 mm di larghezza, e uno scapo di 10–30 cm. I fiori, bianchi con una striscia verde all'esterno, sono raggruppati in un racemo a pannocchia da 6-20 fiori.

Habitat:
Cresce in coltivi, prati e radure, a volte lungo i bordi erbosi delle strade, al di sotto della fascia montana. Arriva fino ai 1200 m s.l.m.

Etimologia:

- *Ornithogalum*: dal greco “ὄρνις, -ῑθος” “órnis, -ithos” - uccello e da “γάλα” “gála” - latte: latte d'uccello popolarmente tradotto in latte di gallina;
- *umbellatum*: da “umbella” - ombrellino, parasole: con infiorescenze a ombrella oppure per il portamento a forma d'ombrello.

Areale: È maggiormente diffusa, quasi integralmente, nell'Europa meridionale e centrale, oltre ad Africa nord-occidentale e Asia sud-occidentale, inoltre è presente anche in America del Nord, importata come pianta ornamentale e oramai diffusa allo stato selvatico in numerose aree.

Distribuzione in Italia:
Riportata per tutte le regioni d'Italia, ma probabilmente confusa con altre specie affini e quindi con distribuzione poco nota.

Utilizzi:
L'Ornithogalum umbellatum contiene, soprattutto nel bulbo, sostanze alcaloidi che la rendono tossica, tuttavia la pianta viene utilizzata in erboristeria come rimedio a disturbi dell'apparato digerente.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5545
https://it.wikipedia.org/wiki/Ornithogalum_umbellatum

Ostrya carpinifolia Scop.

Famiglia - *Betulaceae Gray*

Nomi volgari:
Italiano: Carpino nero, Carpinella
Deutsch: Europäische Hopfenbuche
English: European hop-hornbeam
Español: Óstrya, Carpe negro, Falso carpe
Français: Charme houblon

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).
S-Europ. - Europa meridionale.

Antesi: marzo - maggio

Descrizione:
Pianta per lo più a portamento arboreo, alta fino a circa 20 m, ma talvolta anche arbustivo (2-4 m), con fusti piuttosto regolari cilindrici che, in soggetti molto vecchi, possono arrivare a diametri massimi di 80 cm, giovani rami leggermente pelosi e chioma raccolta di forma conica; apparato radicale robusto ed abbondantemente provvisto di micorrize; corteccia di color bruno-rossastro negli alberi giovani, con presenza di molte lenticelle orizzontali bianchicce, marrone-grigiastra in fusti adulti, con evidenti placche longitudinali facili a distaccarsi; gemme ovate, glabre, subottuse, verdi chiare; legno rosso-bruno, con alburno e durame indifferenziati, alquanto duro.
Foglie alterne ovato-lanceolate, acute, con massima larghezza di norma nel terzo inferiore, brevemente picciolate, a lamina (più o menovellutata al tatto) lar. 2-5 x 5-8(-13) cm, margine doppiamente seghettato, 10-15 paia di nervature secondarie, con, di regola, visibili nervature terziarie in quelle basali.
Infiorescenze maschili in amenti cilindrici penduli, diam. circa 0,5 cm x 5-10(-15) cm, con brevissimi stami marroni pelosi entro una squama cuoriforme concava; infiorescenze femminili in amenti strobiliformi, al termine dei ramuli, più corte (3-5 cm) e dense, prima erette, poi pendule; ovario bicarpellare a 2 stili protetto da due brattee pelose.
Infruttescenza a piccolo grappolo formata da un insieme di cupole vescicolose biancastre (1,5-2 cm) coperte di peli irritanti, derivanti dalla saldatura delle 2 predette brattee e racchiudenti ciascuna un achenio (nucula) liscio di 4-5 mm.

Habitat:
Pianta che può definirsi di ampia adattabilità, con tendenza al carattere pioniero (ad esempio dopo il passaggio di incendi boschivi) su suoli superficiali e primitivi. Di temperamento termofilo e discretamente xerofilo, si consocia spesso, dal livello del mare fino a 600-700 m, con Fraxinus ornus (formando estesi orno-ostrieti) e con Quercus pubescens (talora con Quercus ilex su versanti molto acclivi); ma è pure frequente verso la fascia montana - da circa 700-800 a 1100-1200(-1500) m - ritrovarla insieme a Fagus sylvatica (ostrio-faggeti o faggete con ostria); in entrambi i casi su substrati carbonatici anche magri e idricamente poveri, tuttavia in presenza di consistente umidità atmosferica, di cui si avvantaggia notevolmente nel suo ciclo vegetativo. Pur non tollerando la marcata continentalità climatica (ad es. in pianura padana), si dimostra particolarmente resistente alle gelate, sia autunnali precoci, sia primaverili tardive.
Preferisce i suoli di origine calcarea e dolomitica, ma non manca in quelli a matrice silicatica, rifuggendo soltanto i terreni argillosi (dove cede alla roverella) e, con qualche eccezione, quelli su base cristallina.

Etimologia:

- *Ostrya*: dal greco "ὄστρειον" "óstreion" - ostrica: riferimento ai frutti formati da capsule agglomerate simili a conchiglie;
- *carpinifolia*: da "Carpinus" - carpino e da "folium" - foglia: con foglie da carpino.

Areale: Specie ad areale mediterraneo-montano, diffusa dalla Turchia e dal Mar Nero verso ovest fino alla Francia (in minima parte), con esclusione della penisola iberica e dell'Africa mediterranea; a nord giunge all'incirca fino al 47° parallelo e si trova, marginalmente, nel sud della Svizzera e in Tirolo.

Distribuzione in Italia:
In Italia è presente in tutto il territorio (manca soltanto in VDA) con due areali, alpino ed appenninico, disgiunti, in pianura padana ed alle pendici inferiori delle Alpi occidentali, da condizioni climatiche ed edafiche sfavorevoli.

Utilizzi:
Entità officinale Uso forestale
La risorsa per eccellenza della pianta è rappresentata dal legno, piuttosto duro e resistente, ma inadatto alla lavorazione industriale a causa della fibra molto corta. Un tempo veniva usato per oggetti legati all'economia rurale e famigliare: manici di attrezzi agricoli, raggi e mozzi di ruote, giocattoli, pezzi per telai artigianali, oggetti da cucina; si adoperava anche in fabbrica per confezionare bottoni.
L'impiego più frequente del legno tuttavia era (ed è ancor oggi) come combustibile, di ottima qualità e rendimento, anche previa trasformazione in carbonella. Per avere produzione costante e regolare di legna, quasi sempre la specie viene governata a ceduo, sfruttando la sua elevata capacità di produrre numerosi polloni al colletto dopo il taglio.
In passato, pure foglie e frasche erano usate per la nutrizione degli erbivori domestici e dalla corteccia si ricavavano sostanze tintorie.
Per quanto riguarda le proprietà medicinali dei carpini, risale a Castore Durante (XVI sec.) l'indicazione terapeutica che consigliava di "bere l'acqua distillata delle foglie per arrestare i dolori colici, la dissenteria ed il mal caduco", mentre "i carboni accesi di questo legno, estinti in aceto et bevuti giovano a chi sputa il sangue". In realtà, anche in tempi moderni, preparati (decotti e macerati glicerici) di foglie e gemme di carpini si rivelano utili per contrastare dissenterie e infiammazioni intestinali, bronchiti, tracheiti e sinusiti; per uso esterno invece i decotti servono per benefiche lavande in tutti i tipi di infiammazione.

Bibliografia:
AA. VV., DEL FAVERO R. (a cura di), 1998. La vegetazione forestale e la selvicoltura nella Regione Friuli Venezia Giulia, Regione Autonoma FVG, Udine
DEL FAVERO R., 2004. I boschi delle regioni alpine italiane, CLEUP, Padova
DEL FAVERO R., 2008. I boschi delle regioni meridionali e insulari d'Italia, CLEUP, Padova
DEL FAVERO R., 2010. I boschi delle regioni dell'Italia centrale, CLEUP, Padova
DEL FAVERO R. & al., 1989. Il carpino nero nel Veneto, Regione del Veneto, Venezia
PERONI G. (a cura di), 2007. Curarsi con le piante, Biblioteca di Repubblica-L'Espresso, Macchione Editore, Varese
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
FENAROLI L.,1967. Gli alberi d'Italia, Ed. Martello, Milano
PILLA C., 1955. I carpini, in Monti e Boschi 11-12, T.C.I., Milano
ZENARI S., 1956. Flora escursionistica, Zannoni Editore, Padova
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5597

Papaver rhoeas L.

Famiglia - *Papaveraceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Papavero comune, Rosolaccio
Deutsch: Klatschmohn
English: Red poppy
Español: Amapola silvestre
Français: Coquelicot

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
E-Medit. - Mediterraneo orientale.
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).

Antesi: marzo – settembre

Descrizione:
Pianta annua, erbacea, con radice bianca a fittone; fusti eretti, ramificati e setolosi, ricoperti di peli lunghi e patenti. Altezza 20 - 80 cm.
Le foglie sono dotate di peli segosi e morbidi, quelle basali a rosetta sono pennatopartite con i segmenti lanceolati o ellittici e margine dentato, con apice acuto e base lungamente picciolata, le foglie cauline sono più semplici e sessili.
I fiori solitari, sbocciano all'apice di lunghi peduncoli coperti di peli patenti, sono inodori, larghi 5 - 7 cm, con i boccioli penduli prima della fioritura.
Il calice è composto da 2 sepali setolosi, caduchi; la corolla ha 4 petali tondeggianti anch'essi molto effimeri (durano un giorno o poco più) di colore rosso vivo, macchiati alla base di nero. Numerosi stami di colore nerastro.
I frutti sono capsule ovali glabre, sormontate da uno stigma piatto, contenente numerosi piccoli semi, reniformi, grigiastri e reticolati che, a maturità escono dalle aperture poste sotto lo stigma. Ogni pianta produce mediamente da 10.000 a 20.000 semi che rimangono vitali nel terreno fino a 40 anni.
Tutta la pianta emette un forte odore e produce un succo lattiginoso bianco e acre.

Habitat:
Specie sinantropica presente nei campi, negli incolti secchi e negli ambienti ruderali, ai bordi di strade e ferrovie; infestante dei cereali e delle colture. 0 - 1.900 m s.l.m.

Etimologia:

- *Papaver*: il nome del genere è affine all'arabo "papámbele" e al sanscrito "papavara" = succo pernicioso, ma più comunemente si ritiene derivi dal latino "papaver", che a sua volta proveniva dal celtico "papa" = pappa per i bambini, evidenzia come, probabilmente in passato fosse unito ai cibi, in particolare quelli dei bambini per conciliarne il sonno;
- *rhoeas*: il nome specifico deriva dal greco deriva dal greco "rheo"= scorrer via, indica i petali presto caduchi, che scorron, ad ogni soffio di vento oppure da da "róia" = melograno: per il colore rosso.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Specie commestibile officinale.
Erba dolciastra, astringente, sedativa, ad azione analgesica, antispastica, antinfiammatoria, espettorate.
Contiene l'alcaloide readina, ed alri alcaloidi ancora in fase di studio, resine, mucillagine e sostanze coloranti, la presenza di morfina e acido meconico (presente nell'oppio) non è ancora ben confermata.
Con gli infusi di petali si ottengono dei blandi sedativi, calmanti per la tosse ed espettoranti.
Veniva usato in passato, come rimedio contro la gotta e il fuoco di S. Antonio.
Contro il mal di denti, si usavano compresse imbevute d'infuso che veniva anche usato per massaggiare la pelle arrossata o contro le rughe.
Dai petali è possibile ottenere una tintura rossa per la presenza di antociani rosso vivo; tintura che veniva in passato utilizzata dalle donne per truccare labbra e guance.
Dai semi è possibile estrarre un olio con buone qualità dietetiche e ottimo come lenitivo ed emolliente; essiccati sono comunemente utilizzati nella panificazione e nella confezione di dolci.
Le tenere rosette delle foglie primaverili possono essere consumate in insalata, preferibilmente con altre erbe; sempre in miscuglio con altre erbe possono essere utilizzate per preparare torte salate, sformati o ripieni, oppure prima lessate e poi passate in padella con burro, aglio olio e peperoncino.

Curiosità:
Fra i giochi poveri del passato, ricordo i "timbri" che si ottenevano premendo sulla fronte gli stimmi delle capsule fresche e le "bamboline" preparate dischiudendo i boccioli e tirando un poco fuori i petali raggrinziti, acconciandoli in modo da ottenere un vestitino.
Papaver rhoeas nel mondo anglossassone, è tradizionalmente dedicato alla memoria delle vittime della prima e della seconda guerra mondiale. In Inghilterra nell'Armistice day, è usanza portare un papavero rosso all'occhiello.
"Gli alti papaveri della politica" ma anche "Un grosso papavero gli ha procurato quella carica... " sono frasi ancor oggi ricorrenti. Interessante è sapere che fu Tarquinio il Superbo, re di Roma, che per mostrare al figlio, come impossessarsi di Gabi (antica città del lazio), fece abbattere con un bastone i papaveri più alti del suo giardino, mostrandogli con un'immagine simbolica, che si dovevano prima di tutto eliminare i cittadini più autorevoli; a dare origine a questo modo di dire.
Lo schiocco del suo petalo posto sul pugno della mano e colpito con il palmo dell'altra mano era, nella tradizione popolare una prova della fedeltà e dell'amore ricambiato.
Nel linguaggio dei fiori invece il papavero simboleggia l'orgoglio sopito.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
JAUZEIN P. 1995. Flore des champs cultivés, INRA, Paris.
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
CATTABIANI A. 1996. Florario. Arnoldo Mondadori Editore, Milano
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5662

Petasites hybridus (L.) G. Gaertn., B. Mey. & Scherb.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J. Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Farfaraccio maggiore, Farfaraccio ibrido
Deutsch: Gewöhnliche Pestwurz
English: Butterbur, Pestilence Wort
Español: Mantecona, Pata de caballo
Français: Pétasite officinal

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: febbraio - maggio

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, con grosso rizoma carnoso, lungo e ramificato da cui in primavera si sviluppa il fusto cavo e semplice, eretto, rossastro e ricoperto di scaglie dello stesso colore, senza foglie che appaiono soltanto al termine della fioritura, quando il fusto allungandosi arriva a 50 cm, che poi continua il suo sviluppo fino a superare il metro. Altezza 15 - 120 cm.
Le foglie sono sorrette da un lungo e solido picciolo scanalato, color porporino; molto grandi (anche 80 x 40 cm), reniformi o arrotondate con il margine leggermente e irregolarmente dentato, hanno la pagina inferiore ricoperta da una lanugine biancastra che sparisce con l'età e solo le nervature rimangono coperte di peli glandulari.
I capolini a fiori poligami, sono raggruppati in un racemo terminale, allungato, l'infiorescenza è fitta, cilindrica più allungata dopo la fioritura, di colore rosso rosato, con brattee dello stesso colore. I fiori sono tubulosi, rossastri; i capolini femminili > di quelli maschili, sono i + grandi del genere.
I frutti sono acheni lisci di 2-3 mm, solcati, con un pappo di setole candide di 10 mm.
Tutta la pianta emana un odore fetido che ricorda quello delle cimici.

Habitat:
Luoghi umidi, lungo i fossi, sponde dei corsi d'acqua nei prati freschi e ombrosi; 0 - 1700 m s.l.m.

res herbis

Etimologia:

- *Petasites*: da "pétasus" (in greco "πέτᾰσος" "pétasos") - cappello a grandi falde: per le foglie di grandi dimensioni;
- *hybridus*: bastardo, ibrido, incrocio: di specie ritenute (a torto o a ragione) derivate da incroci di specie diverse.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia eccetto la Sardegna.

Utilizzi:
Entità officinale
Costituenti principali: petasina (sostanza attiva antispastica), mucillagini, tannini, olio essenziale e zuccheri
Ha proprietà antispastiche e analgesiche, agisce come tranquillante e regolatore del sistema neurovegetativo.
Nella medicina popolare è ancora talvolta ultilizzato come diuretico, sudorifero, e in caso di malattie delle vie respiratorie. È stato in passato usato come rimedio contro la peste, il colera, l'epilessia e le febbri in genere e più recentemente la sua azione sedativa lo ha consigliato contro l'insonnia, gli stati ansiosi ed asmatici, l'ipertensione e l'arteriosclerosi.
Per uso esterno è adatto in caso di infiammazione della pelle e delle mucose della bocca, nella cura delle varici, emorroidi e piaghe che cicatrizzano con difficoltà, le foglie fresche sono usate nel trattamento delle ferite.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990
PROSSER F., BERTOLLI A. & FESTI F. 2009. Flora illustrata del Monte Baldo. Museo Civico di Rovereto.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5761

Phragmites australis (Cav.) Trin. ex Steud.

Famiglia - *Poaceae Barnhart*

Nomi volgari:
Italiano: Cannuccia di palude, Canna di palude, Canna da spazzole
Deutsch: Schilfrohr
English: Common reed
Español: Carrizo, Cañavera
Français: Phragmite commun, Roseau

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.
He - Elofite. Piante perenni delle rive di ambienti umidi, paludi, stagni.

Tipo corologico:
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: maggio - ottobre

Descrizione:
Pianta erbacea perennante, munita di un grosso rizoma orizzontale ipogeo generalmente con stoloni allungati fino a 6-10 m, talora epigei e radicanti ai nodi.
Culmi eretti, lisci, cilindrici e fragili, alti fino a 3 m e di 1(2) cm Ø, fistolosi negli internodi e fogliosi fino all'infiorescenza, non persistenti durante l'inverno.
Foglie lanceolato-lineari, larghe fino a 2-3 cm, di colore grigiastro o verde glauco, di consistenza cartilaginea, spesso spinescenti all'apice e con margini scabri e taglienti per la presenza di di piccoli aculei rivolti verso il basso. Esse sono spesso disposte perpendicolarmente nella parte apicale del culmo; ligula nulla, sostituita da una frangia di peli corti.
Infiorescenza riunita in un'ampia pannocchia ricca, di colore bruno-violaceo, generalmente unilaterale, lunga 10-40 cm, inclinata nella maturazione.
Spighette 3-9flore, lunghe di 6-10(17) mm; glume molto disuguali, acuminate, rispettivamente di 3-4 e 5-7 mm, più corte dei fiori; lemma (glumetta inferiore) di 8-10 mm, acuto e lungamente mucronato. La rachilla delle spighette è completamente riempita di lunghi peli (5-10 mm) bianco-setacei che danno alla pannocchia un aspetto argenteo-lucente e probabilmente hanno funzione di disseminazione.
Il frutto è una piccola cariosside con pericarpo aderente.

Habitat:
Paludi, sponde dei laghi, argini dei fiumi, stagni, fossi, in acque poco profonde, ambienti umidi anche lievemente salmastri, da 0 a 1200 (max 2000) m s.l.m.
Specie invasiva che sviluppa densi fragmiteti, spesso associati con Typha latifolia.

Etimologia:

- *Phragmites*: dal greco “φραγμίτες” “phragmítes”: muro, steccato, recinto, siepe, che cresce nelle siepi o adatto a formare siepi; allusione al fatto che la pianta forma fitti e densi popolamenti a volte impenetrabili o perchè se ne fabbricavano recinti e steccati. Già Plinio menziona la pianta con tale nome;
- *australis*: da “auster” - austro, il vento del sud: entità originaria della porzione meridionale dell'area geografica in cui è stata inizialmente rinvenuta.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
Il rizoma contiene sostanze amare, piccole quantità di alcaloidi, sali di potassio, resine. Ha proprietà sudorifere e diuretiche, simili a quelle di Arundo donax L., e viene utilizzato per curare febbre, influenza e raffreddore, bronchiti e per ridurre gli edemi.
Gli indiani d'America adoperavano i sottili semi rossastri per fare farina, i giovani germogli bolliti come verdura, le radici macinate e trasformate in farina e ne bevevano la linfa dolce.
In Cina il rizoma e le radici vengono consigliati per curare nausea, problemi urinari, artriti.
I giovani germogli vengono spesso consumati sia crudi che cotti.
Inoltre i fusti duri e rigidi che persistono per tutto l'inverno e le foglie larghe e coriacee forniscono un materiale ideale per fare tetti di paglia, stuoie, graticci, cesti, carta e persino pipe. Le pannocchie vengono spesso utilizzate per farne scopini. Le piante che crescono in vicinanza delle acque salmastre pare che producano fusti migliori e più resistenti.
La pianta ha inoltre in impiego ecologico importante nel trattamento delle acque inquinate poichè assorbe dall'acqua ogni tipo di impurità. Inoltre offre rifugi e posti di nidificazione per tante specie di uccelli.

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
Guida pratica ai fiori spontanei in Italia -Selezione dal Reader's Digest, Milano, 1993
PATRI G., BONI U., 1979. Le erbe medicinali aromatiche e cosmetiche, Fabbri Editori, Milano
RAMEAU J.-C., MANSION D., DUMÉ G., GAUBERVILLE C., 1989, 1° vol. di Flore forestière française, Institut pour le développement forestier, AgroParis Tech-ENGREF
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5835

Plantago lanceolata var. sphaerostachya Mert. et Koch

Famiglia - *Plantaginaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Piantaggine lanciuola, Piantaggine lanceolata, Piantaggine minore, Piantaggine femmina, Lingua di cane, Cinquenervi, Arnoglossa
Deutsch: Spitzwegerich
English: Ribwort plantain, narrow-leaf plantain
Español, Llantén menor, cinco venas
Français: Plantain lancéolé

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: febbraio - ottobre

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, specie estremamente polimorfa, con breve e grosso rizoma fibroso e con radici fascicolate, altezza 20 - 50 cm.
Le foglie in rosetta basale, sono lunghe, diritte, lanceolate, a margine intero o dentato, munite di un breve picciolo, solitamente glabre, ma talora molto pelose. I lembi fogliari sono percorsi da 5 nervature principali parallele, ben marcate.
All'altezza delle foglie basali spuntano scapi fiorali, coperti di peli irti, afilli, con 5 striature longitudinali, terminano con una spiga ovale o conica, formata da numerosissimi di fiori strettamente appressati l'uno all'altro.
I fiori si sviluppano all'altezza delle brattee membranose brune. Il calice è composto di 2 sepali liberi e di 2 saldati, che sono diritti con una nervatura centrale verde. La corolla è tubolare e in forma di imbuto, divisa in lobi lanceolati brunastri. I 4 stami sono dotati di lunghi filetti e di antere prima gialle, poi aranciate, che oltrepassano la corolla biancastra.
L'aspetto più evidente dell'infiorescenza sono in realtà gli stami, lunghi e vibranti, che formano una coroncina che si sposta progressivamente verso l'apice dell'infiorescenza con il progredire della fioritura. Questa peculiarità, come tutto ciò che avviene in natura, non è casuale: gli stami sono lunghi e vibranti perché l'impollinazione è anemogama, avviene cioè tramite il vento.
I frutti sono capsule a deiscenza trasversale, dette pissidi, ovali, minuscole e brune, che contengono 1 - 2 semi lucidi con la faccia interna concava.

Habitat:
Specie rustica, ubiquitaria, generalmente sinantropica, che si adatta a quasi tutti i climi e i suoli. Presente nei prati e nei pascoli, negli incolti, nelle macerie, nei bordi stradali e negli orti. 0 - 2.000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Plantago*: da “plánta” - pianta del piede: simile alla pianta del piede, riferimento alle dimensioni delle foglie della piantaggine maggiore; per alcuni deriva dal latino "planta" e "agere" = pianta che fa crescere altre erbe. Inoltre le specie di questo genere vivono nelle zone calpestate;
- *lanceolata*: da “lanceola” diminutivo di “láncea” - lancia: a forma di piccola lancia, lanceolato (riferito alle foglie).

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: mucillagini, tannini, glicoside aucubina, vitamina C, acido silicico.
Pianta antibatterica, espettorante, emostatica, astringente, oftalmica, lenitiva, lassativa, emolliente.
I semi contengono sino al 30% di mucillagine che gonfiandosi nell'intestino, agisce da lassativo decongestionando le mucose irritate; un glucoside, l'anacubina, che stimola la secrezione di acido urico; sostanze battericide, flavonoidi, tannino, vitamine A C K, pectine.
Se ne fanno infusi, succhi, decotti. Se ingerita in quantità elevata può provocare stitichezza.
I semi della pianta sono molto ricercati dagli uccelli, chi ne ha in gabbia, può dare loro da mangiare le spighe.
Le foglie giovani, possono essere utilizzate in minima quantità in insalata, nella preparazione di zuppe, oppure cotte come gli spinaci.
Dalla pianta si possono ricavare: amido, fibre e coloranti e concianti.

Curiosità:
La Piantaggine che in passato era anche detta "Erba di Marte", faceva parte del gruppo delle cosidette piante "magiche" (insieme a Giusquiamo, Belladonna, Mandragora, ecc.) e considerate in stretto rapporto con l'astrologia. Nel "Volo dei sette Ibis", ad esempio, troviamo la Piantaggine fra le piante magiche dominate dal volo di Marte e perciò legata ai segni dell'Ariete e dello Scorpione.
La pianta, era nel passato, utilizzata da persone appartenenti a questi segni zodiacali che soffrivano di malattie e disturbi negli apparati genitali e proprio allo stretto legame che le veniva attribuito con il pianeta Marte, la si riteneva efficace nella cura delle ferite e nel migliorare la circolazione.
Il suggestivo nome inglese della Plantago, “white man's foot” = piede dell'uomo bianco, allude ai semi della pianta, che sono stati diffusi ovunque in epoca coloniale, trasportati dagli europei nei risvolti dei pantaloni.
P. lanceolata risulta presente sin da quando le foreste cominciarono ad essere ebbattute dai contadini dell'Età della pietra circa 5.000 anni fa. Da analisi compiute sul polline trovato in torbiere e sedimenti lacustri è stato riscontrato come la pianta fiorisse abbondantemente sin da allora.
La Piantaggine può risultare talvolta infestante, infatti la capacità di ricacciare numerosi nuovi getti dalla rosetta basale, le permette di sopravvivere al calpestio del bestiame nei pascoli e alla falciatura dei prati.
Nelle zone in cui si coltivano i meli, è stato osservato che a primavera, P. lanceolata ospita Disaphis plantaginea l'afide grigio del melo, che su questa pianta compie una parte del suo ciclo vitale, per tornare sui meli in autunno.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5944&pid=-1&nnn=Plantago_lanceolata&p=2

Plantago media L.

Famiglia - *Plantaginaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Piantaggine pelosa, Piantaggine media
Deutsch: Mittelwegerich
English: Hoary plantain
Español: Llantén mediano
Français: Plantain moyen

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, pubescente, con lunga radice sotterranea affusolata e bruna, sovente a + teste; scapo fiorale eretto. Altezza 10 - 40 cm.
Le foglie, tutte basali sono riunite in una densa rosetta appressata al suolo, ellittiche, ottuse intere o dentate, con 5 - 9 nervature parallele, più o meno pelosette, con corto picciolo alato e densamente vellutato che misura 1/4 della lunghezza delle foglie.
Il fusto esterno è assente e gli corrisponde uno scapo fiorale eretto o curvato alla base, lievemente pubescente, afillo, che è + lungo da 2 a 5 volte l'infiorescenza.
L'infiorescenza è una spiga cilindrica, posta all'apice dello scapo, lunga generalmente 2 - 6 cm, all'antesi interrota alla base, che a maturità si allunga arrivando anche a 15 cm. Brattee 2 - 3 mm, ottuse e più corte del calice. I fiori ermafroditi, regolari, profumati; nascono all'ascella delle brattee, il calice è glabro e composto da 4 sepali ovali. La corolla di 4 mm, è divisa in 4 lobi ottusi aperti da dove emergono i filamenti rosati o violetti degli stami ad antera bianco-giallastra. Il pistillo ha un ovario tondo e verde, a stilo rosso.
Il frutto è una capsula, detta pissidio, con deiscenza circumscissile, ovoide, contenente 2 - 5 - (7) semi, piano convessi.

Habitat:
Vegeta in prati poco umidi, pascoli, strade e margini stradali, prediligendo terreni argillosi con un po' di calcare, ricchi di elementi nutritivi; 0 - 2000 m s.l.m.

res herbis

Etimologia:

- *Plantago*: da “plánta” - pianta del piede: simile alla pianta del piede, riferimento alle dimensioni delle foglie della piantaggine maggiore; per alcuni deriva dal latino "planta" e "agere" = pianta che fa crescere altre erbe. Inoltre le specie di questo genere vivono nelle zone calpestate;
- *media*: dall'aggettivo “medius” - medio, intermedio: di taglia intermedia rispetto a quella di altre specie congeneri (Campanula) dal sostantivo medium punto centrale, intermedio: epiteto pubblicato da Linneo senza spiegazioni, secondo alcuni studiosi perché questa pianta avrebbe caratteristiche intermedie rispetto alle altre specie congeneri.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia escluse le isole.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Antica pianta medicinale alla quale sono attribuite proprietà espettoranti, emostatiche, refrigeranti, astringenti, depurative, odontalgiche, oftalmiche, lenitive, diuretiche e lassative derivate dai suoi contenuti di tannino, mucillagini, pectina, aucubina, acidi, sali, saponine.
Le foglie, in infuso o macerate, possono essere impiegate per sciacqui e gargarismi della bocca, bagni oculari, irrigazioni vaginali, immerse in acqua bollente sono eccellenti contro ulcere e piaghe, macerate leniscono il dolore delle punture di insetti, in sciroppo sono un ottimo calmante per la tosse e combattono la raucedine.
Le foglie giovani possono essere consumate in insalata o cucinate con altre erbe per contorni, ripieni e torte.
La piantaggine cotta ha la proprietà di tingere di verde le pietanze in cui è presente.
I semi di Plantago media vengono usati nell'appretto, come mezzo d'ispessimento nella lucidatura della carta.

Curiosità:
Plantago media è pianta nutrice del bruco di Melitaea britomartis Assmann, 1847

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
PRIHODA A., 1993. Le piante della salute. Melita, La Spezia.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5954

Populus nigra L.

Famiglia - *Salicaceae Mirb.*

Nomi volgari:
Italiano: Pioppo nero, Pioppo cipressino, Pioppo d'Italia
Deutsch: Schwarz-Pappel, Saarbaum
English: Black poplar
Español: Álamo negro
Français: Peuplier noir

Forma biologica:
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: febbraio – aprile

Descrizione:
Albero a portamento eretto variabile (raramente arbusto), non estremamente longevo (90-100 anni), talvolta piramidato o colonnare, alto fino a 30 m e con diametro fino ad 1 m, con fusto di norma diritto, spesso deformato da vistose protuberanze; corteccia grigio-brunastra in individui adulti, talora bianco-grigiastra nella parte superiore del fusto ed in piante giovani, dapprima liscia, in seguito screpolata o profondamente fessurata; chioma allargata (nella forma tipica), molto ramificata in alto; gemme marroni-brunastre vischiose, piccole, glabre; rametti subcilindrici, leggermente angolosi, verdi, a volte un po' rossastri.
Foglie brachiblastali (dei rametti fioriferi) a lamina triangolare-romboidale 5-7 x 4-6 cm, con picciolo di 2-6 cm privo di ghiandole basali, ottuse alla base, con bordo dentellato (non alla base), acute od acuminate all'apice, lisce e glabre, verdi scure lucenti di sopra, verde-giallino e più opache inferiormente, con nervature rilevate; foglie turionali (dei rami di allungamento) con le stesse caratteristiche, però più grandi e solitamente triangolari.
Fiori maschili e femminili su individui separati (specie dioica). Gli amenti maschili, lunghi 4-9 cm x 1 cm, precedenti la fogliazione, hanno fino a 30 stami per fiore, con antere inizialmente rossastre, quindi violette ed infine nere dopo la caduta del polline; i femminili sono più lunghi e gracili, pendenti, verdognoli, senza stilo, con stimmi gialli; entrambi hanno brattee fiorali laciniate.
Frutti in capsule bivalvi glabre e semi molto piccoli provvisti di pappo cotonoso bianco per la disseminazione anemofila.

Habitat:
Specie paleotemperata, occupa un vasto areale europeo centro-meridionale, asiatico occidentale e, in parte, africano mediterraneo. Cresce presso i fiumi e i laghi, in terreni umidi, freschi e profondi, anche periodicamente inondati, ma non disdegna suoli poveri sabbiosi e ghiaiosi, purché la falda idrica sia raggiungibile dalle radici. Da 0 a 1200 m s.l.m.; lucivago e mediamente termofilo, forma boschi puri di una certa consistenza in Val Padana; è spesso coltivato, soprattutto in filari e all'interno di parchi (cv. pyramidalis, a forma fastigiata), a scopo ornamentale.

Etimologia:

- *Populus*: dal greco" πάλλω" "pállo" - sussultare, agitarsi, tremare: per il comportamento delle fronde sotto l'azione del vento. Secondo altri il nome del genere, di origine latina, è stato attribuito dagli antichi romani, probabilmente per designare "arbor populi" = "albero del popolo";
- *nigra*: da "niger" - nero: per il colore della corteccia, che allo stato adulto è più scura di quella di altre specie di pioppo.

Distribuzione in Italia:
È comune in tutto il territorio.

Protezione:
Entità protetta in Umbria.

Utilizzi:
Entità officinale
Uso forestale
Si può definire la specie capostipite dell'arboricoltura da legno, per le doti di veloce accrescimento intrinseche alla specie ulteriormente esaltate tramite l'ibridazione con specie nordamericane. Il legno di pioppo è leggero, chiaro, elastico e si usa sia per semilavorati (compensati, pannelli truciolari, impiallacciati, paniforti, legnami ricostituiti), sia per pasta da carta e cellulosa; è buon combustibile, ma brucia molto rapidamente. Si utilizza anche per la fabbricazione di fiammiferi, stecchini per gelati ed imballaggi leggeri. In epoca recente impianti di cloni a rapidissimo accrescimento (2-3 anni) servono per produrre biomasse finalizzate ad ottenere materiale legnoso triturato.
Del pioppo nero si usano anche le gemme e la corteccia. Le gemme, di odore balsamico, contengono oli essenziali, salicina, populina, resine e altre sostanze con proprietà antisettiche, balsamiche, anticatarrali, vasocostrittrici. La corteccia essiccata - contenente populina, salicina, sesquiterpeni, alcol salicilico - esercita azione febbrifuga.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
FENAROLI L.,1967. Gli alberi d'Italia, Ed. Martello, Milano
ALLEGRI E., 1956. Monti e Boschi. T.C.I.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6070

Populus tremula L.

Famiglia - *Salicaceae Mirb.*

Nomi volgari:
Italiano: Pioppo tremulo, Pioppo tremolo
Deutsch: Espe, Zitterpappel
English: Eurasian/European/Quaking aspen
Español: Álamo temblón, Lamparilla
Français: Peuplier tremble, Tremble d'Europe

Forma biologica:
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Eurosiber. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Eurasia.

Antesi: febbraio - aprile

Descrizione:
Albero di piccolo-medie dimensioni, non superante i 25 m di altezza, non molto longevo nei climi caldi, con fusto per lo più diritto e slanciato, chioma arrotondata o globosa, rami sottili ascendenti e rametti glabri; corteccia liscia, grigio-verdastra, a volte grigio-biancastra con grosse lenticelle, screpolantesi in età avanzata; gemme glabre e un po' vischiose.
Foglie turionali (dei rami di allungamento) triangolari-ovate, a base troncata o cordata, con lungo picciolo cilindrico ed apice acuto, superiormente glabre e sovente rossastre da giovani, talvolta più o meno pubescenti (temporaneamente, tuttavia mai biancastre) sotto; foglie dei brachiblasti (rami fioriferi) glabre su entrambe le pagine, sub-orbicolari, con picciolo compresso perpendicolarmente alla lamina - il che le rende estremamente mobili al minimo spirar dell'aria - a bordo crenato-dentato (3-7 x 3-8 cm), acute o (più raramente) arrotondate all'apice, verdi glauche, più chiare inferiormente.
Pianta dioica, con fiori maschili in amenti incurvati, grossi e coperti di fitta e lunga peluria bianco-grigia a ciuffi, con stami (di solito 8) ad antere porporine e brattee fiorali laciniate; amenti femminili più lunghi, ugualmente fittamente pelosi, con brattee fortemente incise e ovario verde con 2 stimmi rossi.
Frutti in capsula conica con numerosi semi.

Habitat:
È il più montano dei pioppi indigeni, spingendosi dal piano basale (dove vegeta raramente e solo a latitudini settentrionali in Italia) fino a 2000 m. Albero che predilige terreni freschi e fertili, ama la luce, ma tollera la copertura in formazioni miste, dove vive sporadicamente o a gruppi. Colonizza con facilità radure boschive e terreni privi di vegetazione ed emette naturalmente polloni radicali. Si riproduce molto difficilmente per talee.

Etimologia:

- *Populus*: dal greco “πάλλω” “pállo” - sussultare, agitarsi, tremare: per il comportamento delle fronde sotto l'azione del vento. Secondo altri il nome del genere, di origine latina, è stato attribuito dagli antichi romani, probabilmente per designare "arbor populi" = "albero del popolo";
- *tremula*: tremulo, tremolante, dal latino “tremo” - tremare: per le foglie che si agitano al più leggero soffio di vento a causa del picciolo lungo e piatto, compresso in senso ortogonale rispetto al lembo fogliare

Areale:
Specie a vastissimo areale euroasiatico, presente anche, limitatamente, sulle montagne dell'Africa settentrionale.

Distribuzione in Italia:
È presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale e con uso forestale
Il legno, tenero ed omogeneo, è di scarso pregio; può venir impiegato nella produzione di cellulosa al bisolfito per l'industria cartaria, per confezione di fiammiferi, per imballaggi e legna da brucio. La corteccia essiccata, contenente tannino e salicina, come quella di altri pioppi, possiede azione febbrifuga.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
FENAROLI L.,1967. Gli alberi d'Italia, Ed. Martello, Milano
ALLEGRI E., 1956. Monti e Boschi. T.C.I.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6071

Potentilla reptans L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Cinquefoglia comune, Potentilla strisciante, Erba pecorina
Deutsch: Kriechendes Fingerkruat
English: Creeping cinquefoli
Español: Cincoenrama, Pie de Cristo
Français: Potentille rampante

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile - settembre

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, con radice a fittone, fusti striscianti, stoloniferi e radicanti ai nodi, stoloni rossastri, lunghi sino a 1 metro; tutta la pianta presenta una pelosità più o meno scarsa. Altezza 10 - 30 cm.
Le foglie basali sono lungamente peduncolate e profondamente pennate, divise in 5 o raramente 7 lobi oblungo-ovati, di colore verde su entrambe le pagine sono glabre o pubescenti, con margine grossolanamente dentato con 6 - 7 denti per lato. Alla base delle foglie, adnate al peduncolo, son presenti stipole fogliacee. Le foglie cauline sono simili alle basali, ma minori e subsessili.
I fiori sono solitari, ermafroditi, attinomorfi, pentameri, ascellari alle foglie basali, su peduncoli eretti, misurano 1 - 2 cm di Ø, di colore giallo oro.
Il calice verde, persistente è formato da 5 sepali pelosi, triangolari-ovati ad apice ottuso, presente l'epicalice; ovario supero.
La corolla è composta da 5 petali + lunghi del calice, obcordati ad apice smarginato; numerosi stami disposti in 3 serie, villosi nella metà inferiore ed inseriti direttamente sul calice; antere ellissodi, prima di colore giallo poi marrone; numerosi carpelli liberi; stili caduchi, elicati.
I frutti sono composti da acheni aggregati, pelosi.

Habitat:
Negli incolti, prati poveri e umidi, tra i ruderi e le macerie, nelle vicinanze degli stagni o fossi, al margine dei sentieri e delle strade; dal piano sino a 1.600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Potentilla*: diminutivo di "pótens" - potente, forte: riferimento alle proprietà medicinali (toniche ed astringenti) di alcune specie di questo genere;
- *reptans*: da "repto" - strisciare per terra: strisciante, reptante, riferito ai fusti.

Distribuzione in Italia:
Specie comune, presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: tannini.
Proprietà astringenti, febbrifughe e debolmente antispasmodiche.
Nella medicina popolare è usata soprattuto in caso di diarrea, emorragie nasali, infiammazioni gengivali e per bagni in caso di ferite difficilmente rimarginabili.
In passato, tutta la pianta godeva fama di antidoto atto a guarire dalle morsicature degli animali velenosi, al succo venivano attribuite proprietà utili nella cura delle malattie polmonari.
Le foglioline giovani possono essere utilizzate nella preparazione insalate.
L'industria cosmetica impiega questa pianta nella produzione di creme antirughe.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Zanichelli, Bologna.
CASTELMAN M., 2001. The New Healting Herbs. Rodale Inc. Emmaus, PA, U.S.A.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6141

Poterium sanguisorba L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Salvastrella minore, Bibinella
Deutsch: Kleiner Wiesenknopf
English: Salad burnet, Small Burnet
Español: Pimpinela menor
Français: Petite pimprenelle

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: maggio – agosto

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, sempreverde, con rizoma legnoso ed ingrossato, fusti eretti e striati, semplici o ramificati in alto, a volte pelosi in basso, spesso di colore rossastro; altezza da 20 - 60 cm.
Le foglie basali sono riunite in rosetta, lunghe da 10 - 20 cm, pennatosette con 5 - 17 foglioline picciolate, i segmenti fogliari lunghi 1 cm, sono ellittici con peli sparsi su entrambe le facce, raramente sono glabri, hanno margine con 4 - 6 denti acuti su ciascun lato; la pagina superiore è verde quella inferiore glauca. Le foglie del fusto sono gradatamente minori e con un numero inferiore di foglioline.
Le infiorescenze in spighe sferico-ovali di 2 cm circa, sono riunite all'apice dei rami; i fiori sono apetali con 4 lacinie ovate sepaloidi, verdi o rossastre con margine bianco. I fiori superiori del capolino sono femminili e hanno stimma piumoso di colore roseo o rosso, quelli inferiori sono maschili con numerosi stami gialli, lunghi e sporgenti, nella parte centrale si trovano anche un certo numero di fiori ermafroditi i cui stami non sporgono dal calice.
L'infruttescenza è un pometo obovoide di 2,8-6 x 2-3,8 mm, costituito dal ricettacolo (ipanzio) urceolato, accrescente, secco, con 4 coste e con facce reticolate o con creste più o meno acute. Contiene al suo interno 1-3 acheni.

Habitat:
Ambienti aridi, incolti, campi di foraggere, margini di vie, zone ruderali. Generalmente dal piano sino a 1.300, raramente sino a 2.000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Poterium*: dal greco “ποτηρ, -ηρος” “poter, -eros” - coppa, tazza, calice: per la forma del calice;
- *sanguisorba*: da “sanguis” - sangue e da “sorbeo” - assorbire: per l'azione antiemorragica attribuita a queste piante o come riferimento al principio della segnatura, che vedeva nel colore arrossato dell'infiorescenza il "segno" della capacità antiemorragiche e cicatrizzanti.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: Tannini, saponine triterpeniche, olio essenziale, amido, ossalato di calcio, vitamina C.
Erba amara, astringente, digestiva, rinfrescante ad azione antiemorragica e antinfiammatoria.
Per uso interno in caso di diarrea, dissenteria e colite ulcerosa.
Per uso esterno la poltiglia delle foglie triturate e macerate nell’olio è usata come antireumatico e antidolorifico, oppure la sola poltiglia può essere applicata direttamente su ferite, piaghe e ustioni, mentre introdotta nelle narici arresta l'epistassi; in decotto o infuso sono indicate per la cura delle emorroidi e dermatiti.
La pianta odora lievemente di cetriolo e le foglie tenere possono essere consumate crude in insalata, oppure impiegate per aromatizzare formaggi, minestre, verdure cotte e macedonie.

Curiosità:
Un vecchio porverbio, riferendosi alla Poterium sanguisorba recita: "L'insalata non è buona e non è bella se non c'è la Pimpinella" e quindi corre l'obbligo di chiarire che anticamente, questa specie era conosciuta come Pimpinella e come tale venne inizialmente classificata anche dai botanici. Successivamente, ad opera di Linneo, vennero classificate nel genere Pimpinella alcune Apiaceae e la Salvastrella venne definitivamente inclusa nel genere Poterium. Volgarmente è comunque ancora conosciuta anche come Pimpinella.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
BOWN D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=502002

Primula vulgaris Huds.

Famiglia - *Primulaceae Batsch ex Borkh.*

Nomi volgari:
Italiano: Primula comune, Primavera, Occhio di civetta
Deutsch: Stängellose Schlüsselblume, Erd-Primel
English: Primrose
Español: Flor de San José
Français: Primevère commune, Primevère acaule, Primevère sans tige

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Europ. - Areale europeo.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: gennaio - maggio

Descrizione:
Pianta perenne erbacea, acaule; rizoma obliquo od orizzontale, breve, con grosse radici secondarie. Altezza 8 - 15 cm.
Le foglie sono tutte basali in rosetta, spatolate od oblanceolate, con margine crenato-dentato; la lamina è glabra e verrucoso-reticolata sulla pagina superiore, villosa su quella inferiore. La lamina fogliare gradualmente si restringe in picciolo alato. Le foglie giovani, hanno margine revoluto, sono lunghe quanto i fiori; da adulte si aprono completamente divenendo quasi piane, raddoppiando la loro lunghezza.
I fiori imbutiformi, numerosi e poco profumati, portati da peduncoli radicali lanuginosi, eretti o divaricati, muniti alla base di brattee lanceolato-lesiniformi. Calice con tubo di 3 x 10 mm e denti lesiniformi. Corolla giallo pallida con sfumature aranciate alla fauce, con cinque lobi e tubo di 13-20 mm.
I frutti sono capsule ovate, deiscenti longitudinalmente per 5 denti, contenenti numerosi semi, viscidi con caruncola oleosa.

Habitat:
Prati ai margini dei boschi di latifoglie, lungo i sentieri, faggete, quercete, carpineti. 0 - 2.000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Primula*: diminutivo di “prímus” - primo, per la precoce fioritura, essendo fra le prime specie a fiorire;
- *vulgaris*: da “vúlgus” - volgo: molto comune, ordinario per la grande diffusione, banale.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Protezione:
Entità protetta in Abruzzo e Molise.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
La pianta è apprezzata per le molteplici qualità medicinali. Erba espettorante, antiinfiammatoria, ad azione analagesica e antispastica.
Nel passato venivano usate le foglie come decotto per combattere i reumatismi, con le radici venivano realizzati infusi contro l'emicrania, il succo estratto dalle foglie si usava come cosmetico per attenuare macchie e rughe.
Plinio la consigliava in caso di paralisi, gotta e reumatismi.
I fiori, le foglie e le radici essiccate possono essere impiegati per aromatizzare vini e tisane.
In cucina, le foglie più giovani possono essere consumate in insalata, ottime anche lessate e nei minestroni.
I fiori possono essere utilizzati per preparare un ottimo the, ad azione lievemente calmante, per preparare variopinte insalate, canditi come dolci e per farcire torte salate.

Curiosità:
La primula è uno dei primi fiori che sboccia, anche nei paesi più freddi, proprio per questo motivo è da sempre considerata il simbolo della primavera, e del rinnovamento che questa stagione porta con sé, è anche considerata emblema di giovinezza e di precocità, è nella tradizione popolare di molti popoli, pianta augurale. A questo proposito la Regina Vittoria, quando il ministro Disdraeli le consegnò solennemente la corona delle Indie, lo ricambiò con un mazzolino di primule in segno di buona fortuna.
Molte sono le leggende che riguardano la primula, una che mi piace molto è quella che riporterò qui di seguito.
Molto tempo fa, quando gli uomini e gli elfi vivevano entrambi la propria vita, senza danneggiarsi a vicenda, fu proprio in un prato di primule gialle, che il re degli elfi vide per la prima volta la principessa che lo fece innamorare.
Vide la giovane mortale, passeggiare in un prato di primule giallo oro, come il colore dei suoi capelli, capì che non avrebbe potuto vivere senza lei. Lei era sposa di un nobile potente, arrogante e geloso, che la costringeva a vivere in solitudine; quando vide il giovane elfo, se ne innamorò perdutamente. Il re degli elfi, si presentò alla corte del re degli umani e lo sfidò ad un gioco simile agli scacchi, lo lasciò vincere per 2 partite. Quando ormai sicuro della sua superiorità, il re umano disse di voler giocare la terza partita invitando l'avversario a scegliere la posta.
“Quello che il vincitore chiederà sarà suo” disse il re degli elfi, l'umano accecato dalla propria ambizione, non si accorse del tranello e fu così che perse la sua sposa.
Si dice che ancor oggi, a primavera quando fioriscono le primule, i 2 amanti tornino a danzare nel luogo dove si videro per la prima volta.
Allo spuntare della primula gli insetti sono ancora pochi e spesso i fiori non sono impollinati, nel "Racconto d'inverno" di Shakespeare c'è una metafora poetica sulle "pallide primule che muoiono nubili".

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
BOWN D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses, Dorling Kindersley, London
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=511392

res herbis

Prunella vulgaris L.

Famiglia - *Lamiaceae Martinov*

Nomi volgari:
Italiano: Prunella comune, Brunella comune, Brunella, Morella
Deutsch: Kleine Braunelle
English: Common self heal
Español: Consuelda menor
Français: Brunelle commune

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: marzo - ottobre

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, strisciante, rizomatosa, i fusti spesso brunastri o violacei sono poco ramificati coperti di peli radi; raggiunge i 20 cm di altezza.
Le foglie della rosetta basale sono picciolate disposte a 2-6 paia con lamina lanceolata intera o irregolarmente crenulata, quelle superiori sono sessili, opposte, lanceolate e intere, il paio estremo si trova subito sotto l'infiorescenza.
I fiori con corolla blu violetta, raramente bianchi, sono bilabiati, caratterizzati da un labbro superiore alto ed arcuato, sono riuniti a spiga compatta, nascono all'ascella delle 2 foglie più elevate; brattee reniformi lungamente appuntite.
Il frutto è un tetrachenio con 4 mericarpi (nucule) di 2,2-2,3 x 0,9-1,1 mm, ellissoidi, di color castano chiaro con nervi londitudinali.

Habitat:
Prati pascoli, luoghi erbosi da 0 - 2000 m slm.

Etimologia:

- *Prunella*: da “prunella” o “brunella”, nome italiano di queste piante, probabilmente per il colore delle brattee dell'infiorescenza. Inoltre, in tedesco, “Bräune” = “angina”, patologia comunemente curata con questa pianta;
- *vulgaris*: da “vúlgus” - volgo: molto comune, ordinario per la grande diffusione, banale.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: Acido rosmarinico, acido oleanolico, acido betulinico, acido ursolico, triterpenoidi, flavonoidi, tannini e polisaccaridi.
Pianta antibatterica, antispasmodica, antipiretica, ipotensiva, antisettica, astringente, febbrifuga, vermifuga, vulneraria, diuretica, stomachica, stitica e tonica.
Per uso interno in caso di emorragie e mestruazioni abbondanti, mal di testa, pressione sanguigna elevata, mastite e congiuntivite.
Per uso esterno può essere impiegata per cicatrizzare e curare piccole lesioni, piaghe, scottature, contusioni. Come collutorio favorisce la regressione delle infiammazioni e delle piccole ulcerazioni delle mucose della bocca legate a disordini alimentari.
Secondo uno studio recente presentato della American Society for Microbiology, dalle sue foglie è possibile ricavare un composto in grado di prevenire e curare l'infezione da herpes simplex di tipo 1 e 2
Il suo impiego nella medicina tradizionale è antichissimo, viene menzionato per la prima volta nella letteratura medica cinese durante la dinastia degli “Han occidentali” (206 a.C.-22 d.C.), in tempi recenti è stata dimostrata l'attività dell'acido rosmarinico sulla riduzione del rilascio dei radicali liberi a livello della biomembrana della cellula epatica, preservandone così l'integrità strutturale e funzionale.
Le foglie tenere possono essere consumate in insalata; è una pianta mellifera che dona al fieno un buon profumo.
Coltivata ed utilizzata nei giardini rocciosi e come tappezzante.
La pianta contiene agenti concianti.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
RHS Encyclopedia of Herbs (Londra, Dorling Kindersley Limited 1995)
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6193

Prunus spinosa L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Pruno selvatico, Prugnolo, Vegro
Deutsch: Gewöhnliche Schlehe
English: Black thorn
Español: Espino negro
Français: Prunellier

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: febbraio - aprile

Descrizione:
Arbusto cespuglioso che occasionalmente assume dimensioni di alberello, è legnoso, perenne, caducifoglio con chioma assai rada e irregolare, molto spinoso; rami di colore brunastro con sfumature più o meno scure e rugosi, intricati afilli e generalmente pubescenti da giovani, le spine altro non sono che i rami laterali trasformati. Il Prugnolo forma moltissimi germogli capaci di radicare, che ne facilitano la moltiplicazione vegetativa. Altezza sino a 3 m.
Le gemme sono alterne sottili, ovali; le gemme da fiori sono sferiche, ricoperte di scaglie marrone chiaro. Le gemme da foglie sono raggruppate per 2 - 3, quelle da fiori sono riunite su rami corti.
Le foglie che compaiono dopo i fiori, sono alterne, lanceolate, brevemente picciolate, la pagina superiore è opaca, glabra e di color verde scuro, quella inferiore + chiara e pubescente, il margine è crenato o dentato.
I fiori precedono le foglie, solitamente compaiono fra febbraio e aprile, sono ermafroditi, solitari, ma ravvicinati, hanno un corto peduncolo; la corolla è formata da 5 petali bianchi di forma leggermente ovale; molti stami, muniti di lunghi filamenti e di antere gialle, l'ovario è immerso nel calice.
I frutti sono drupe sferiche di colore blu-nerastro o viola-azzurre 10 - 15 mm di ø, pruinose a maturità; inizialmente molto aspre ed allappanti, diventano più gradevoli dopo l'ammezzimento che di solito avviene con i primi geli.

Habitat:
Specie originaria dell'Europa e del Caucaso è pianta eliofila, pioniera che si insedia nei terreni abbandonati. Rustica si adatta a terreni poveri e sassosi, cresce comunemente al limitare dei boschi cedui e nei cespuglieti, lungo le scarpate nei terreni incolti e soleggiati, dove grazie alla facilità con cui radica, forma macchie spinose così impenetrabili da fornire protezione alle altre piante e agli uccelli che trovano un rifugio ideale per nidificare. Dal piano sino a 1.600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Prunus*: da “prunus”, in Plinio, latinizzazione del greco “προῦμνη” “proúmne” - susino, pruno in Teofrasto e Dioscoride, probabilmente derivato da una lingua pre-greca dell'Asia Minore, vedi anche “prunum” prugna, susina dal greco “προῦνον” “proúnon” in Galeno;
- *spinosa*: da spina spina: specie spinose, coperte di spine.

Distribuzione in Italia:
È presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Uso forestale
Costituenti principali: glicosidi flavonici, poco glicoside dell'acido cianidrico, composti della curarina, acido malico, saccarosio, pectina, gomma, vitamina C, tannini.
Il Prugnolo ha proprietà astringenti, depurative, febbrifughe, toniche, lassative e diuretiche; in particolare i fiori possono essere usati per infusi diuretici e lassativi, contro i raffreddori e il mal di gola, si usa l'infusione di foglie, i frutti secchi invece permettono di preparare un estratto contro le diarree.
Il liquido di cottura dei frutti può essere impiegato per sciacqui e gargarismi in caso di gengivite e di faringite, ma è anche utile in caso di epistassi.
I frutti, grazie alle proprietà astringenti possono essere impiegati nella preparazione di maschere per il trattamento delle pelli impure o, in decotto, per il trattamento locale dei foruncoli.
I frutti che sono molto aspri, possono essere raccolti dopo le prime gelate, quando raggiungono la maturazione, per farne liquori, bibite, marmellate e vino.
Con alcool, zucchero, vino bianco e bacche di Prugnolo mature, si può preparare un buon liquore digestivo; con la distillazione dei frutti, invece, si ottiene dell'ottima acquavite. Nei paesi Baschi con le prugnole lasciate macerare per diversi mesi in alcol aromatizzato con anice insieme a chicchi di caffè e vaniglia, si produce un liquore tipico digestivo detto "Patxaran"
La corteccia della pianta era utilizzata in passato per colorare di rosso la lana, mentre i frutti immaturi aggiunti a solfato di ferro danno un inchiostro e tingono in nero lana lino; la bollitura delle foglie è ottima nel conciare le pelli.
Il legno durissimo, è un apprezzato combustibile; era utilizzato in passato anche per fabbricare gli attrezzi del gioco della "Lippa" e per realizzare durevoli bastoni da passeggio.

Curiosità:
In Estremo Oriente il Pruno, detto "albicocco giapponese" (Prunus nume), è considerato il simbolo della primavera, della giovinezza, del rinnovamento e, grazie al candore dei suoi fiori, della purezza e dell'immortalità.
Si racconta che Laozi fosse nato sotto un pruno e per questo l'albero era particolarmente venerato da taoisti.
In America quello selvatico, assai prolifico, divenne per gli indiani Pawnee, simbolo di fecondità.
Il pruno ha ispirato parecchi proverbi ad esempio: "stare sul pruno", nel senso di stare a disagio, "essere un pruno nell'occhio di qualcuno" allusivo di persona molesta, "ogni pruno fa siepe" per dire che tutto serve o ha la sua importanza.
Nelle immediate vicinanze degli arbusti di Prunus spinosa e delle Rosaceae spinose in genere, non è raro trovare Calocybe gambosa (FR.) Donk, un ottimo fungo commestibile primaverile dall'intenso odore di farina, conosciuto con il nome volgare di Prugnolo.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6214

Prunus avium (L.) L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Ciliegio, Ciliegio selvatico
Deutsch: Vogelkirsche
English: Wild cherry, Sweet cherry
Español: Cerezo silvestre, Cerezo dulce
Français: Merisier, Cerisier des oiseaux

Forma biologica:
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).

Antesi: marzo - maggio

Descrizione:
È una delle latifoglie nobili dei nostri boschi; albero medio, (o di seconda grandezza), deciduo a rapido accrescimento, con tronco slanciato a chioma piramidale da giovane piuttosto rada poi, con l'età più tondeggiante; normalmente in bosco raggiunge i 20-25 m d'altezza ma in condizioni stazionali ottime anche i 30 m.
Pianta non molto longeva 100-150 anni; molto pollonifera e se ceduata ricaccia con vigoria formando piccole macchie di piantine derivate da polloni radicali, ha crescita di tipo monopodiale per tutta la vita.
La corteccia, da giovane è liscia rossastra e grigia, ha fasce orizzontali con numerose lenticelle allungate anch'esse orizzontali; con l'età diviene rosso-bruna scura con grosse lenticelle allungate e appiattite orizzontalmente, forma un ritidoma poco spesso che si stacca in strisce e placche ad anello. I rametti sono glabri, grigi poi rossicci, la pianta giovane forma solo rami di allungamento (macroblasti) poi, dopo pochi anni inizia la formazione di brachiblasti (rametti corti e tozzi che portano gemme ravvicinate, di cui la centrale è una gemma a fiore e formano dei pseudoverticilli), le gemme a legno (quelle di accrescimento) sono ovali, acute, mentre quelle a fiore sono globose, pluriperulate, glabre.
Foglie, Fiori, Semi: la disposizione delle foglie sui rametti di accrescimento sono spiralate, alterne, semplici, penninervie, lunghe 5-15 cm con margine serrato e con le nervature secondarie che si riuniscono prima di arrivare al margine, sono di colore verde scuro e glabre sulla pagina superiore, più chiare e inizialmente leggermente pubescenti in quella inferiore.
Ha fiori perfetti tipici delle rosacee, (5 meri) ermafroditi, lungamente peduncolati, con calice verde e glabro, composto da 5 sepali che si piegano all'indietro e corolla formata da 5 petali bianchi smarginati all'apice, 15-25 stami lunghi come i petali e antere gialle; l'ovario e lo stilo sono glabri. I fiori sono riuniti in ombrelle pauciflore sui brachiblasti, la fioritura avviene normalmente da aprile a maggio e l'impollinazione è entomofila (insetti).
I frutti sono drupe che maturano un paio di mesi dopo l'impollinazione, tonde di circa 1 cm, con epicarpo a maturazione, dolce succoso, edule e di colore rosso cupo, molto ricercato dagli uccelli ("avium" significa, degli uccelli), ma anche dai mammiferi.
L'endocarpo (nocciolo) è legnoso, duro e discretamente impermeabile, anche il tegumento del seme è abbastanza impermeabile, ma soprattutto ha l'embrione profondamente dormiente (ortodosso) e varia da seme a seme; la rimozione della dormienza richiede 4-5 mesi di chilling, con due settimane a 25° C e periodi più lunghi a 4-5 °C. ma la risposta non è sempre uguale per tutti i semi.
Specie pregiata anche per il suo legno che è semiporoso, discolore con alburno biancastro e duramen rosato-giallastro- brunastro, lucente a tessitura fine, facilmente lucidabile e rifinibile; è molto ricercato per mobili ed ebanisteria ma anche strumenti musicali e intarsio.
L'apparato radicale è esteso obliquo e scende notevolmente in profondità e il suo approfondimento viene inibito solo da suoli asfittici duri e pesanti.

Habitat:
Specie eliofila, rustica, plastica si adatta anche a suoli carbonatici, molto resistente alle basse temperature; si trova sporadico o a piccoli gruppi nei querceti a Roverella e Cerro e negli Orno-Ostrieti al centro e al sud, nelle radure che colonizza molto facilmente, nel bosco misto caducifoglio ai margini delle faggete anche con Abete bianco, ma soprattutto con Acero montano, Olmo montano, Rovere.
Su suoli superficiali e carbonatici risente di eventuali carenze idriche, vuole stazioni fertili specialmente di azoto e adeguatamente rifornite d'acqua; se rispettate queste esigenze unite ad una adeguata luminosità diventa una specie utile per rimboschimenti e colonizza facilmente, come specie pioniera, ex coltivi e pascoli abbandonati assieme a Betulla.

Etimologia:

- *Prunus*: da "prunus", in Plinio, latinizzazione del greco "προῦμνη" "proúmne" - susino, pruno in Teofrasto e Dioscoride, probabilmente derivato da una lingua pre-greca dell'Asia Minore, vedi anche "prunum" prugna, susina dal greco "προῦνον" "proúnon" in Galeno;
- *avium*: genitivo plurale di avis uccello: degli uccelli, i quali sono ghiotti dei frutti di queste piante.
- Il nome ciliegia o ceresia ha origine iraniana (Kirahs, keras) poi latino ceresia, spagnolo ceresa, francese cerise, inglese cherry, tedesco kirsche.

Areale:
È quanto mai arduo definire l'areale del ciliegio selvatico in quanto è stato diffuso dall'uomo in tempi antichissimi, si pensa che sia originario dell'Asia occidentale ma forse anche dell'Europa centrale e nord occidentale come dimostrano molti resti fossili e archeologici, pare sia stato raro allo stato spontaneo, nella regione mediterranea.
Ora si trova in tutta Europa, a ovest raggiunge il nord della penisola Iberica, a nord raggiunge l'Inghilterra, Danimarca, Svezia e Norvegia, a est le pianure del Don e con areali frammentati, il Caucaso e l'Anatolia settentrionale, a sud raggiunge la Grecia ed è presente sulle montagne di Tunisia e Algeria.

Distribuzione in Italia:
In Italia è presente su tutto il territorio ma, probabilmente spontaneo su suoli tendenzialmente sub-acidi al nord, dal piano nell'orizzonte delle latifoglie eliofile, fino all'orizzonte montano delle latifoglie sciafile, cioè dal Castanetum sottozona fredda al Fagetum, ma pare che il suo optimum sia nel Fagetum sottozona calda.

Protezione:
Entità protetta in Umbria.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Dalle ferite o cretti da gelo fuoriesce spesso una resina gommosa di colore ambra usata in farmacia.
I piccioli dei frutti vengono usati come diuretici.
Uso forestale

Bibliografia:
GELLINI R. e GROSSONI P. 1997"Botanica forestale" I e II, Cedam
PIGNATTI S. 1982"Flora d'Italia" Edagricole 1982
FERRARI M. e MEDICI D. 2003"Alberi e arbusti in Italia" Edagricole 2003
UBALDI D. 2003 "Flora, fitocenosi e ambiente" Clueb
ABRAMO E. e MICHELUTTI G. 1998"Guida ai suoli forestali" Regione F.V.G. D.R.F.
PIROLA A. 1999 "Elementi di fitosociologia" Clueb
UBALDI D. 2003 "la vegetazione boschiva d'Italia" Clueb
BERNETTI G.e PADULA M. 1984 "Le latifoglie nobili nei nostri boschi" Quaderni di Monti e Boschi, Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6195

res herbis

Quercus cerris L.

Famiglia - *Fagaceae Dumort.*

Nomi volgari:
Italiano: Quercia cerro, Cerro
Deutsch: Zerr-Eiche, Zirn-Eiche
English: Turkey oak, Austrian oak
Español: Roble cabelludo, Roble de Turquía
Français: Chêne chevelu, Chêne cerris

Forma biologica:
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Euri-Medit.-Sett. - Dalla Spagna alla Grecia.

Antesi: marzo – maggio

Descrizione:
Grande albero, può raggiungere i 35 m di altezza e diametri del tronco che possono superare il metro; è meno longeva della Farnia, della Rovere, della Roverella e del Farnetto.
Ha tronco dritto e slanciato che, in bosco, si diparte in rami nel terzo superiore, con branche robuste, le più basse orizzontali e corte, poi ascendenti e sinuose, che formano una chioma dapprima ovale, poi globosa e mediamente densa.
La corteccia, nei primi anni è grigia e liscia, ma già dopo una decina di anni si forma un ritidoma con scanalature sempre più profonde e verticali interrotte da solchi trasversali stretti si da formare uno spesso strato suberoso e rugoso di colore grigio scuro ma che, a differenza delle altre querce, mostra la zona di crescita di color salmone, molto evidente durante la stagione vegetativa.
I rametti giovani sono un po' angolosi grigio scuri e quelli dell'anno sono bruni-rugginosi, tomentosi.
Ha gemme piccole, pluriperulate, embriciate, pubescenti ed alla base portano delle stipole lineari bruno-rossastre, subulate, tomentose e persistenti, lunghe da 1 a 2 cm.
Le foglie sono di forma molto variabile e tardivamente caduche; sono mediamente a profilo oblungo-obovato e arrotondate alla base, a volte troncate o leggermente cordate.
Il Cerro ha foglie spesso profondamente lobate, quasi a toccare la nervatura centrale in numero di 4-7 per lato, ma anche nella stessa pianta e/o in diverse fasi fenologiche, si possono trovare foglie con lobi poco profondi, ineguali, quasi serrate, appuntite e terminanti con un mucrone.
Sono mediamente lunghe da 6 a 11 cm e larghe 4-6 cm con un picciolo di 0.5-1,5 cm; da giovani sono tomentose biancastre, in seguito, diventano coriacee e scabre superiormente, per la presenza di peli stellati, mentre la pubescenza persiste a lungo nella pagina inferiore, rendendola più chiara.
Nel subg. Cerris, le cere che ricoprono la superficie inferiore delle foglie è di tipo amorfo e liscio, non in scaglie, i peli sono stellati e corti, appiattiti sulla superficie, gli stomi sono ellittici.
La fioritura avviene in aprile-maggio; i fiori maschili, hanno 4 stami e sono riuniti in amenti pauciflori cilindrici, penduli lunghi 5-8 cm; i fiori femminili hanno 4 stili, riuniti in spighe di 1-5 fiori con asse cilindrico e tomentosi.
Fra l'impollinazione e la gamia intercorrono da 13-14 mesi, perchè durante il primo anno si ha l'arresto dello sviluppo del gametofito femminile.
I frutti alla fine del primo anno sono piccoli come gemme e brevemente peduncolati; durante la stagione vegetativa riprendono lo sviluppo e nel mese di ottobre maturano e disseminano.

Le ghiande sono portate sui rami del secondo anno, di forma bislunga, mediamente più grandi che nelle querce del subg. Quercus 3-4 cm, brevemente peduncolate, troncate e mucronate all'apice, di colore bruno rossastro, glabre e striate longitudinalmente, leggermente tomentose all'apice.
La ghianda è attaccata e protetta fino alla metà da una cupola emisferica, formata caratteristicamente da squame lunghe e libere anche di 1 cm, brune e tomentose, mai appressate.
Le ghiande contengono molto tannino e perciò sono di gusto amaro e poco appetite dagli animali.
Il seme è di tipo recalcitrante e perciò germina prontamente, produce una plantula che ha foglie già lobate e mucronate, anche l'epicotile è tomentoso per lunghi peli rossastri e sono già presenti le stipole filiformi persistenti.
il legno è a porosità anulare molto più accentuata che nel subg. Quercus, è discolore con alburno giallastro e duramen più scuro con sfumature rosate, ha raggi midollari numerosi e rettilinei evidenti (specchiature).
Il legno è molto duro e pesante, ma non contiene tannino perciò a differenza delle querce a legno pregiato, non è durevole se esposto alle intemperie e soprattutto all'acqua, non è facilmente lavorabile e normalmente tende a spaccarsi lungo le fibre.
Alcune aziende stanno sperimentando il modo più corretto di essiccazione per evitare questo fenomeno in quanto per mobili da interno, non ha nulla da invidiare al legno delle altre querce come bellezza.
Pare che dalle cerrete del meridione, se trattate a fustaia e non da ceduo, si possano ottenere legnami di buona qualità che ha meno tendenza a spaccarsi, soprattutto se proveniente da piante cresciute in boschi ben strutturati e con suolo di origine vulcanica, ma forse si tratta di biotipi segregati all'interno della specie.
In genere, il legname veniva utilizzato per traverse ferroviarie, per doghe da botti, raggi di ruote, ma ora viene utilizzato più come ottimo legno da ardere e per la produzione di carbone, migliore ancora del legno delle altre querce in quanto privo di tannino che rallenta la combustione.
L'apparato radicale è molto sviluppato, adatto a sopportare anche periodi di siccità, ha un fittone che penetra molto in profondità già all'inizio della crescita della plantula e rimane sempre attivo per tutta la vita della pianta.

Habitat:
Specie a comportamento mesofilo, ma più xerofilo di Farnia e Rovere e meno di Roverella, lo possiamo trovare associato in diverse formazioni dove queste tre querce possono essere presenti.
È limitato dal basso dalle leccete più xerofile e dall'alto dalle faggete più fresche, dove la stagione vegetativa e più corta e le temperature estive non permettono la completa maturazione dei frutti ; occupa una fascia altitudinale che dalla pianura e bassa collina, va a 800 m nella zona avanalpica e nord-appenninica; a 1000, 1200 m di quota nell'Appennino meridionale e Sicilia; tra l'orizzonte delle schlerofille e quello delle latifoglie eliofile, (Castanetum), alcune formazioni azonali si possono trovare anche nelle fasce di vegetazione del Fagetum o del Lauretum.
Comprende la fascia della classe Querco-Fagetea e dell'ordine Fagetalia sylvaticae, nell'Italia centrale l'alleanza Mespilo-Carpinion betuli Ubaldi 2003 nella fascia submediterranea e submediterranea calda; dell'ordine Quercetalia humili-petraeae; nell'alleanza Erythronio-Quercion petraeae Ubaldi 1988-95 fino alla Toscana centrale e Teucrio siculi-Quercion cerris Ubaldi 1988 nella fascia submediterranea calda.
Anche nella parte adriatica, il Cerro partecipa all'alleanza Laburno-Ostryon nella fascia submediterranea; nell'Appennino meridionale invece, costruisce le alleanze Quercion frainetto Horvat 1959 nella fascia supramediterranea.
Nei riguardi del terreno non ha esigenze esclusive, ma preferenziali; non disdegna terreni argilloso-compatti quasi come Ulmus minor, anche calcarei, però l'optimum è rappresentato da suoli di origine vulcanica a reazione sub-acida; suoli anche decalcificati purché contengano basi profondi e freschi.
Specie eliofila ma meno di Roverella; la crescita della plantula avviene più agevolmente con una copertura che non superi il 50% del sole pieno; da giovane ha crescita veloce e dopo il Castagno e il Farnetto è la specie più produttiva per la produzione di legname da brucio dal bosco ceduo.

Etimologia:

- *Quercus*: da “quercus”, nome latino della quercia, pianta sacra a Giove. Secondo alcuni il nome del genere è formato da 2 parole celtiche, "Kaer" "quer" = bell'albero, cioè l'albero per eccellenza; secondo altri deriva dal greco Ruvido e indicherebbe la corteccia ruvida degli alberi appartenenti a questo genere;
- *cerris*: cerro, un tipo di quercia già citata da Plinio.

Areale:
il Cerro è principalmente specie a baricentro sud-orientale ed in Europa si espande ad ovest nella Francia meridionale a ridosso dell'Italia, ma sporadico e forse introdotto nel Doubs; a nord raggiunge l'Austria meridionale e ad est si trova in Ungheria ed in tutta la Penisola Balcanica raggiungendo la zona pontica del Mar Nero; a sud si trova nell'Anatolia meridionale fino in Siria e Libano, manca in Corsica.

Distribuzione in Italia:
In Italia, si trova sporadico nella Pianura Padana, forse introdotto, certamente naturale nel Friuli orientale dove concorre a formare i querceti collinari e rovereti nell'ordine Quercetalia humili-petraeae Kika (Quercus humilis = Q. pubescens) e sul Carso assieme a Roverella ed anche Rovere in suoli ferrettizzati.
Il Cerro, diviene molto abbondante sulla dorsale appenninica, soprattutto dalla Maremma toscana in giù, nell'subordine Lathyro nigri-Quercenalia cerris.
Molto diffuso nel Molise, nel Sannio, nell'Irpinia e Basilicata, diventa più raro in Sicilia e manca in Sardegna. Assente anche in Valle d’Aosta.

Protezione:
Entità protetta in Umbria e Veneto.

Utilizzi:
Uso forestale

Bibliografia:

GELLINI R. e GROSSONI P. 1997"Botanica forestale” I e II, Cedam
PIGNATTI S. 1982"Flora d'Italia" Edagricole 1982
FERRARI M. e MEDICI D. 2003"Alberi e arbusti in Italia" Edagricole 2003
AUTORI VARI "Monti e boschi" Edagricole
UBALDI D. 2003 "Flora, fitocenosi e ambiente" Clueb
ABRAMO E. e MICHELUTTI G. 1998"Guida ai suoli forestali" Regione F.V.G. D.R.F.
PIROLA A. 1999 "Elementi di fitosociologia" Clueb
Del FAVERO R. e POLDINI L. 1998 "La vegetazione forestale e la selvicoltura nella regione Friuli.V.G." Regione F.V.G., D.R.F.
STERGULC F. e FRIGIMELICA G."Insetti e funghi dannosi ai nostri boschi nel Friuli.V.G.” Regione F.V.G., D.R.F.e P.
BLASI C., BOITANI L., La POSTA L., MANES F., MARCHETTI M. 2005"Stato della biodiversità in Italia" Ministero dell’Ambiente della Tutela del Territorio, D.P.N. e S.B.I, Palombi
SCOPPOLA A.e BLASI C.,2005,"Stato delle conoscenze sulla Flora Vascolare d'Italia" Ministero dell’Ambiente della Tutela del Territorio, DPN e Dip. Agrobiologia e Agrochimica Università degli Studi della Tuscia, Palombi
CONTI F., ABBATE Giovanna, ALLESSANDRINI A., BLASI C. 2005"An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora" Ministero dell’Ambiente della Tutela del Territorio, D.P.N. e Dip. di Biologia Vegetale, Università degli Studi di Roma “La Sapienza” Palombi
UBALDI D. 2003 "la vegetazione boschiva d'Italia" Clueb
BERNETTI G.e PADULA M. 1984 “Le latifoglie nobili nei nostri boschi” Quaderni di Monti e Boschi, Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6285&nnn=Quercus%20cerris

res herbis

Quercus pubescens Willd.

Famiglia - *Fagaceae Dumort.*

Nomi volgari:
Italiano: Quercia pubescente, Quercia virgiliana, Quercia sicula, Roverella
Deutsch: Flaum-Eiche
English: Downy oak, pubescent oak
Español: Roble pubescente
Français: Chêne pubescent

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).
S-Europ. - Europa meridionale.
SE-Europ. - Soprattutto nella regione Carpatico-Danubiana.

Antesi: gennaio – maggio

Descrizione:
Forse la specie più polimorfa tra le querce del gruppo di Q. robur e del subg. Quercus; perciò l'inquadramento tassonomico è ancora più problematico.
Albero di taglia media, inferiore alle altre querce del gruppo; mediamente 12-15 m ma può arrivare anche a 25 m di altezza in buone condizioni edafiche; specie abbastanza longeva può avere diametri del tronco notevoli, anche 2-2.5 m a petto d'uomo.
Ha fusto normalmente corto ed anche sinuoso che si diparte presto in grosse branche anch'esse sinuose che formano una chioma ampia e globosa negli esemplari isolati.
La corteccia è formata da un ritidoma con solchi profondi e divisi in placche rugose molto dure; si forma in giovane età e difende abbastanza bene la pianta da incendi radenti.
I rametti dell'anno sono sempre molto pubescenti, grigiastri e la pubescenza impedisce la vista delle sottostanti lenticelle, anche i rametti del secondo anno, sono grigiastri per la persistenza di una leggera pubescenza.
Le gemme sono pluriperulate, ovato appuntite e pubescenti almeno ai margini delle perule, sono a disposizione spiralata, appressate al rametto.
Le foglie alterne e semplici, normalmente a profilo ovato-allungato, ma si possono trovare foglie anche sulla stessa pianta, più allargate nella parte centrale di dimensione molto variabile da (3) 5-10 cm, sono ottuse all'apice e da brevemente cuneate o arrotondate alla base.
A volte la lamina è leggermente asimmetrica con al massimo 8 paia di nervature secondarie e divergenti, può avere 5-6 lobi a seni più o meno profondi, quando i seni sono molto profondi, i lobi possono essere sublobati ed anche acutamente dentati.
Alla fogliazione le foglie sono fittamente pubescenti di colore verde grigiastro, presto la pagina superiore perde la pubescenza e la lamina diviene coriacea di colore verde scuro; anche la pagina inferiore, con l'avanzare della stagione vegetativa, perde gran parte della pubescenza, rimanendo però di colore più chiaro, per la presenza di cere epicuticolari organizzate in scaglie che coprono in parte la rima stomatica.

Il picciolo è breve, da 0,5 a 1,5-2,0 cm, è pubescente e inizialmente alla base sono presenti stipole cuneate e cigliate, caduche.

La filloptosi è tardiva e nelle giovani piante e nei polloni rimangono per tutto l'inverno secche sulla pianta; nei semenzali invece rimangono verdi per tutto l'anno.
La specie, entra presto in fruttificazione, in particolare, negli esemplari isolati, è questa una caratteristica di specie colonizzatrici.
I fiori maschili con 6-10 stami sono presenti su amenti pendenti e pubescenti, che si formano all'inizio della fogliazione e alla base del rametto in crescita; mentre i fiori femminili si trovano brevemente peduncolati all'ascella delle foglie distali con stimmi verdastri.
L'antesi avviene più tardiva che in Q. robur e Q. petrea, in aprile -maggio.
I frutti (ghiande) maturano tardivamente nell'anno, in ottobre, germinano prontamente; sono affusolate, piccole (2-3 cm), portate su breve peduncolo pubescente anche a gruppi di 3-4; hanno cupola avvolgente la ghianda anche fino alla metà ed è formata da squame pubescenti, grigiastre, appressate di forma triangolare, regolari e sporgenti dal bordo; sono molto appetite dai suini.
Il semenzale, ha le prime foglioline fortemente pelose, sub ellittiche con lobi appena accennati di colore inizialmente rosato poi biancastre; l'epicoltile e il fusticino sono pubescenti.
La roverella ha un apparato radicale molto sviluppato e particolarmente robusto, con il fittone centrale, sempre attivo che penetra in profondità anche nelle fessure delle rocce ed anche con robuste radici laterali, fanno sì che la pianta possa resistere a lunghi periodi di siccità.
Il legno è simile alle altre querce del gruppo, è a porosità anulare, con alburno giallastro e duramen più scuro e bruno e molto più pesante e duro che nelle altre querce del gruppo, non è lavorabile come in Farnia e Rovere anche per le fibre che non sono mai dritte e ha un maggior ritiro perciò si spacca facilmente.
Viene ugualmente adoperato, per il suo contenuto di tannino che lo rende durevole anche a contatto permanente con acqua, per alcune parti nelle costruzioni navali e attrezzi agricoli, anche traverse ferroviarie.
Viene anche utilizzato come ottimo combustibile e produce un ottimo carbone.

Habitat:
Boschi e arbusteti aridi.

Etimologia:

- *Quercus*: da “quercus”, nome latino della quercia, pianta sacra a Giove. Secondo alcuni il nome del genere è formato da 2 parole celtiche, "Kaer" "quer" = bell'albero, cioè l'albero per eccellenza; secondo altri deriva dal greco Ruvido e indicherebbe la corteccia ruvida degli alberi appartenenti a questo genere;
- *pubescens*: da “pubes -is” - lanugine adolescenziale del mento: coperto di lanugine, peloso, pubescente, lanuginoso, riferito alle foglie.

Areale:
Specie ad areale molto vasto, ma la zona centrale del suo areale si trova nella parte meridionale del continente europeo e la zona sub-pontica; a nord raggiunge la catena alpina e la Francia centrale, è particolarmente diffusa in Provenza, raggiunge il Belgio meridionale, ad ovest raggiunge le coste atlantiche nella Spagna nord orientale, ad est è presente in Boemia, Slovacchia, Austria e penisola balcanica, fino ai Carpazi occidentali e alle coste occidentali del Mar nero, segnalata anche in Crimea.
Al sud è diffusa in tutta l'Anatolia, è comune in tutte le grandi isole del Mediterraneo.

Distribuzione in Italia:
In Italia è diffusa in tutte le regioni, principalmente si trova nella sottozona calda del Castanetum e nella sottozona fredda del Lauretum in terreni a matrice calcarea.
Specie molto frugale, eliofila, termofila e xerofila ma resiste molto bene anche alle basse temperature, ma le sue formazioni si trovano in Italia fra i 200 e gli 800 (1200) m slm, prevalentemente nei versanti esposti a sud; è specie di grande plasticità ecologica trovandosi in numerosissime associazioni e gruppi sociologici.
Al nord si trova specialmente su terreni calcarei e rocciosi molto drenati formando associazioni nella parte orientale con Orniello e Ostrya, anche con Pino nero (ordine Erico-Pinetalia), ma anche su marne e arenarie

nelle zone collinari avanalpiche submontane, principalmente nel Quercetalia humili-petraeae Klika 1933; e Vincetoxico-Quercenalia humilis.
Al centro e al sud si comporta come specie submediterranea, limitata nella parte bassa dalle leccete e nella parte alta dalle cerrete e rovereti; partecipando con loro però in varie combinazioni dai Cytisophyllo sessilifolii-Qurcenion humilis; Festuco exaltatae-Quercion humilis all. nova, fino ai suoli acidi della Sardegna in Oenantho pinpinelloidis-Quercenion humilis.
Nell'Appennino settentrionale e centrale forma l'alleanza Quercion humili-petraeae.
Nelle zone più elevate, colonizza esclusivamente suoli di origine calcarea, più caldi di quelli silicei, (specie calcicola termica) ma le sue esigenze di temperature alte riguardano solo quelle estive, superando agevolmente le gelate tardive i quanto entra tardivamente in vegetazione.
Specie a crescita lenta ma ha buona capacità pollonifera infatti perlopiù viene governata a ceduo composto
La roverella è l'elemento che caratterizza i boschi supramediterranei di boschi eliofili, è accompagnata da un corteggio floristico molto numeroso, per la bassa densità delle sue formazioni, si associa ad Orniello, Carpino nero, Ciavardello, Sorbo domestico, Ginepro, Bosso, nel Prunetalia, ma anche Acero campestre e Ciliegio nelle facies più fresche; spesso si trova in formazioni di transizione verso formazioni a Leccio e presentano caratteri tipici della classe Quercetea ilicis.
Verso l'alto si ha transizione verso i potenziali, più che reali, rovereti con Cerro.
In condizioni particolarmente aride e soggette ad incendi, queste formazioni possono regredire verso facies secondarie dette Garighe.

Protezione:
Entità protetta in Umbria e Veneto.

Utilizzi:
Uso forestale

Bibliografia:
GELLINI R. e GROSSONI P. 1997"Botanica forestale" I e II, Cedam
PIGNATTI S. 1982"Flora d'Italia" Edagricole 1982
FERRARI M. e MEDICI D. 2003"Alberi e arbusti in Italia" Edagricole 2003
AUTORI VARI "Monti e boschi" Edagricole
UBALDI D. 2003 "Flora, fitocenosi e ambiente" Clueb
ABRAMO E. e MICHELUTTI G. 1998"Guida ai suoli forestali" Regione F.V.G. D.R.F.
PIROLA A. 1999 "Elementi di fitosociologia" Clueb
Del FAVERO R. e POLDINI L. 1998 "La vegetazione forestale e la selvicoltura nella regione Friuli.V.G." Regione F.V.G., D.R.F.
STERGULC F. e FRIGIMELICA G."Insetti e funghi dannosi ai nostri boschi nel Friuli.V.G." Regione F.V.G., D.R.F.e P.
BLASI C., BOITANI L., La POSTA L., MANES F., MARCHETTI M. 2005"Stato della biodiversità in Italia" Ministero dell'Ambiente della Tutela del Territorio, D.P.N. e S.B.I, Palombi
SCOPPOLA A.e BLASI C.,2005,"Stato delle conoscenze sulla Flora Vascolare d'Italia" Ministero dell'Ambiente della Tutela del Territorio, DPN e Dip. Agrobiologia e Agrochimica Università degli Studi della Tuscia, Palombi
CONTI F., ABBATE Giovanna, ALLESSANDRINI A., BLASI C. 2005"An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora" Ministero dell'Ambiente della Tutela del Territorio, D.P.N. e Dip. di Biologia Vegetale, Università degli Studi di Roma "La Sapienza" Palombi
UBALDI D. 2003 "la vegetazione boschiva d'Italia" Clueb
BERNETTI G.e PADULA M. 1984 "Le latifoglie nobili nei nostri boschi" Quaderni di Monti e Boschi, Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6295

Ranunculus bulbosus L.

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Ranuncolo bulboso
Deutsch: Knolliger Hahnenfuß
English: Bulbous Buttercup, St. Anthony's Turnip, Crowfoot, Frogsfoot, Goldcup
Español: Hierba velluda
Français: Renoncule bulbeuse

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: febbraio - ottobre

Descrizione:
Pianta perenne erbacea; radice bulbiforme ingrossata e biancastra, fusti eretti, ramificati, irti di peli patenti. Questa specie è di aspetto assai variabile nella pubescenza delle foglie e del fusto e ha un'altezza compresa fra 15 - 80 cm.
Foglie, per lo più basali, con segmento centrale peduncolato (2-4 volte la lamina), alterne, con lamina pubescente a contorno subpentagonale o reniforme, divisa in 3 segmenti palmatopartiti; le cauline sono sessili, le superiori ridotte a lacinie, lineari-lanceolate.
I fiori con peduncoli solcati, giallo-oro, lucenti, hanno calice con sepali ovato-lanceolati, deflessi, membranosi e villosi esternamente, di colore giallo-verdognolo, caratteristica questa, che rende facilmente identificabile questo tipo di ranuncolo; corolla a 5 petali di forma ovata, con una piccola cavità nettarifera alla base di ciascun petalo.
I frutti sono poliacheni con acheni di 2-4 mm, compressi e glabri, con becco dritto o ricurvo.

Habitat:
Pianta comune, dei prati aridi e dei luoghi incolti, infestante della bietola e delle colture erbacee in generale. 0 - 2.100 m s.l.m.

Etimologia:

- *Ranunculus*: ranocchio, diminutivo di “rana” rana: per l'ambiente acquatico di alcune specie di questo genere. Plinio scrive 'noi chiamiamo ranuncolo l'erba che i greci chiamano “βάτραχος” “bátracos'”, cioè rana;
- *bulbosus*: da “bulbus” bulbo, cipolla: bulboso, fornito di ingrossamenti simili a bulbi, riferito all'ispessimento alla base della pianta.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto
Come la maggior parte delle piante appartenenti alla famiglia delle Ranuculaceae contiene composti acri ed irritanti, è pianta tossica che solo essiccata perde in parte la sua tossicità, ma di cui si sconsiglia l'uso per auotmedicazione.

Curiosità:
Pare che nel passato i mendicanti scoperte le proprietà vescicanti della pianta, usassero strofinarla sulla pelle, al fine di produrre ferite aperte e quindi suscitare la simpatia dei passanti e possibili benefattori.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6322

Ranunculus lanuginosus L.

Famiglia - *Ranunculaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Ranuncolo lanuto
Deutsch: Wolliger Hahnenfuss
English: Downy/Fleecy/Woolly buttercup
Español: Ranúnculo lanudo
Français: Renoncule laineuse

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta perenne, con fusti eretti alti 30-70(100) cm, ramosi in alto e irsuti per peli (lunghi 2-3 mm) patenti (o riflessi) in basso, subglabri in cima.
Foglie basali grandi (6 x 6 fino a 8 x 12 cm) più o meno irsute, raramente macchiate di scuro, con picciolo peloso di 6-12 cm e lamina a contorno pentagonale, profondamente palmato-partita a 3 segmenti obovato-cuneati, a loro volta suddivisi in 3 lobi dentati; foglie cauline simili, ma progressivamente ridotte e sessili; le superiori tripartite a segmenti lanceolati od oblunghi.
Fiori color giallo, talora aranciato (diam. medio 1,5 cm, ma fino a 3 cm) su peduncoli eretti, cilindrici, non solcati; sepali patenti, giallo-bruni, carenati, pelosi e vellutati; ricettacolo glabro.
Infruttescenze di acheni appiattiti (2,5 x 3,5 mm), lisci, con becco uncinato.

Habitat:
Boschi di latifoglie freschi e umidi (soprattutto cerrete e faggete), boscaglie, radure, rive di corsi d'acqua. Dalla pianura a 1700 m.

Etimologia:

- *Ranunculus*: ranocchio, diminutivo di “rana” rana: per l'ambiente acquatico di alcune specie di questo genere. Plinio scrive 'noi chiamiamo ranuncolo l'erba che i greci chiamano “βάτραχος” “bátracos'”, cioè rana;
- *lanuginosus*: da “lana” lana: lanuginoso per l'indumento lanoso, riferito alla pelosità della pianta.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Come altre piante dello stesso genere (e famiglia), questa specie è velenosa sia per ingestione sia per contatto (per il contenuto di anemonine, protoanemonine e saponine). Può essere impiegata, con opportuni dosaggi, in omeopatia contro nevralgie, artrite, gotta, alcuni tipi di erpes. L'uso esterno (cataplasmi), pur dimostratosi efficace, ad esempio nelle sciatalgie, è da sconsigliare, per le irritazioni ed ulcerazioni che può causare alla pelle.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
ZENARI S., 1956. Flora escursionistica. Zannoni Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6348

Raphanus raphanistrum L.

Famiglia - *Brassicaceae Burnett*

Nomi volgari:
Italiano: Ravanello selvatico, Rapastrello, Ramolaccio selvatico
Deutsch: Gewöhnlicher Acker-Rettich, Hederich
English: Wild radish, White charlock, Jointed charlock
Español: Rabaniza, Rabizón, Rábano silvestre
Français: Ravenelle, Radis ravenelle, Radis sauvage

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: febbraio - giugno

Descrizione:
L'altezza della pianta è di 20–80 cm, con asse fiorale eretto con poche foglie. La radice è del tipo a fittone, ma non è carnosa. Parte ipogea del fusto è assente; la parte aerea del fusto è eretta o ginocchiato-ascendente, poco ramosa e peloso-ispida. Anche le foglie sono peloso-ispide. La forma delle foglie è pennato-lirate con 5 o più segmenti e sono picciolate. Il segmento terminale è lanceolato. Quelli laterali hanno dimensioni minori. I margini sono tutti dentati. Le foglie cauline sono progressivamente ridotte e sub-sessili con margine intero ma dentato. Dimensione delle foglie: 8–15 cm. Lunghezza del picciolo 1–6 cm.
L'infiorescenza è formata da un racemo terminale e aperto composto da diversi fiori (nessuno dei quali in posizione apicale) con brevi pedicelli. I fiori sono ermafroditi, dissimmetrici (a due piani di simmetria), tetrameri (calice e corolla composti da 4 parti) e dialipetali. Il colore dei fiori è bianco-giallo. Diametro del fiore: 15–22 mm.
Il frutto è una siliqua appuntita all'apice, erette e più o meno arcuata. È inoltre peduncolata. Da un punto di vista anatomico la siliqua è formata da due segmenti: una parte inferiore senza semi e una parte superiore semi-infera terminante con un becco. Non è deiscente lungo le due valve come le altre silique (delle specie di altri generi della stessa famiglia). Il frutto contiene diversi semi (3–11) disposti nella direzione longitudinale e sono separati uno dall'altro da setti spugnosi trasversali. Tra un seme e l'altro è presente una evidente strozzatura (larga la metà del frutto). Alcune serie di semi sono aderenti alla placenta che è molto fine.

Habitat:
Presente in comunità terofiche pioniere nitrofile, cresce nei campi, colture e incolti, ambienti ruderali, scarpate. Arriva fino ai 1200 m s.l.m.

Etimologia:

- *Raphanus*: dal greco “ῥάφᾰνος” “ráphanos” - rafano, ravanello, da “ῥα rha”, contrazione di “ῥίζα” “rhiza” - radice, e dal tema del verbo “φαίνω” “phaíno” - apparire: con radici visibili; potrebbe anche essere collegato al persiano antico “rafe”, il cui significato approssimativo è "rapida apparizione" alludendo alla rapida germinazione dei semi di queste piante. Ma la parola “raphanos” potrebbe anche avere un collegamento ad un'altra radice greca: “raphis” - rafide o ago, alludendo in questo caso alla forma sottile e allungata di alcune radici di queste piante.
- *raphanistrum*: dispregiativo del genere Raphanus rafano, rapanello: rapanello selvatico.

Areale:
La distribuzione di questa pianta è molto ampia: Europa, Asia occidentale, Africa boreale e l'India, il Giappone e l'America (queste ultime tre aree probabilmente per naturalizzazione).

Distribuzione in Italia:
Specie presente in tutta Italia.

Utilizzi:
La medicina popolare considera questa pianta stimolante della funzione gastrica e antireumatica.
È una pianta commestibile, le giovani foglie possono essere mangiate in insalata insieme ad altre verdure crude (ma è bene prima tagliuzzarle finemente). Il gusto è molto pungente e spesso si usa fare una salsa in sostituzione della senape. I boccioli dei fiori possono essere usati come i broccoli. Inoltre, dai semi si può ottenere un olio commestibile. Le radici della sottospecie *R. raphanistrum* subsp. *sativus* trovano impiego come antipasto o condimento in particolari piatti e anche come decorazione.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6406
https://it.wikipedia.org/wiki/Raphanus_raphanistrum

Reichardia picroides (L.) Roth

Famiglia - - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Grattalingua comune, Reichardia falsa picride, Caccialepre, Caccialebbra, Latticino, Latticrepolo, Paparastello
Deutsch: Bitterkraut, Reichardie
English: Common Eyebright
Español: Lechuguilla dulce, Cosconilla
Français: Cousteline

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta erbacea perenne alta 20- 40 cm, glauca, glabra e generalmente liscia con la radice legnosa, allungata e ingrossata che contiene un latice dolciastro, dalla quale si sviluppa una rosetta di foglie basali più o meno lisce, dalla forma variabile: allungate-obovate, oblanceolate, intere o variamente divise in lobi patenti, frastagliate ed increspate, ristrette alla base in un lungo picciolo alato.
In primavera crescono i fusti eretti o prostrato-diffusi, cilindrici-angolosi, semplici o con una o due biforcazioni, e con foglie lanceolate oblunghe, sessili, amplessicauli e intere, le superiori ridotte.
Le infiorescenze a racemo con 1 - 5 calatidi portate da lunghi peduncoli monocefali, ingrossati all'apice, con alcune brattee acuminate all'apice, cuoriformi alla base, e scariose al margine, simili a quelle esterne dell'involucro.
L'involucro è globoso - piriforme, più o meno strozzato, con brattee in più serie embriciate, le esterne simili a quelle del peduncolo e le interne più lunghe, lanceolate, tutte scariose al margine.
Ricettacolo nudo (senza pagliette) con fiori gialli, tutti ligulati, gli esterni di norma con una striscia scura, bruna o purpurea nella pagina inferiore
I frutti sono cipsele di 2-3 mm con pappo bianco molle, le esterne scure con 4 coste rugose, le interne più sottili, chiare, sterili e più o meno lisce.
Impollinazione: entomogama
Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Habitat:
Rupi, muri, incolti, campi, oliveti e vigneti, bordi dei viottoli, fino a 1200 m di altezza.

Etimologia:

- *Reichardia*: genere dedicato a medico e botanico tedesco Johann Jacob (Jakob) Reichard (1743-1782) di Francoforte;
- *picroides*: dal genere Picris e dal greco "εἶδος" e"ídos" - aspetto: simile a una Picris, per la somiglianza con alcune specie di questo genere che a sua volta deriva la sua etimologia dal greco "Pix-ròs" = amaro, acerbo.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni eccetto la Valle d'Aosta e la Lombardia.

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
Erba diuretica, rinfrescante, depurativa, analgesica, antiscorbutica.
Le foglie fresche triturate, applicate sulla parte dolorante alleviano il mal di denti, mal di testa e mialgie.
È la pianta spontanea più appetita e ricercata per usi in cucina: le foglie più tenere della rosetta basale consumate crude sono un'ottima insalata da sole o con altre erbe commestibili con le quali vengono anche utilizzate bollite e condite con olio e sale o nella preparazione di torte, minestre, zuppe e sformati.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
FIORI ADRIANO, 1925-1929. Nuova flora analitica d'Italia, Firenze, Tipografia M. Ricci
PHILIPPE JAUZEIN, 1995. Flore des champs cultivés, Inra, Parigi
BANFI E., CONSOLINO F, 2000. La flora mediterranea, Istituto Geografico De Agostini, Novara
http://www.rjb.csic.es/floraiberica/
http://www.ipni.org/index.html
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6413

Rosa canina L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Rosa selvatica comune, Rosa canina, Rosa selvatica
Deutsch: Hundsrose, Heckenrose
English: Dog rose
Español: Rosal Silvestre
Français: Rosier des chiens

Forma biologica:
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: marzo – luglio

Descrizione:
Arbusto legnoso, cespuglioso e spinoso, a foglia caduca, con profonde radici, rami pendenti cosparsi di robuste e grosse spine, piegate o uncinate, per lo più con base ingrossata; rami secondari verdi.
In ambiente aperto si presenta come un arbusto tondeggiante alto 1 - 3 m, con ampia ramificazione; negli arbusteti, invece, è poco ramificato e tende ad arrampicarsi sugli arbusti circostanti.
Le foglie imparipennate, alla base hanno 2 stipole lanceolate, sono costituite da 2 - 3 paia di foglioline di colore verde tenero, ovali o ovato ellittiche, appuntite, generalmente glabre o lievemente pubescenti sul rachide, prive di peli ghiandolosi, dentellate ai margini.
I fiori su peduncoli glabri, solitari o in gruppi di 2 - 3, delicatamente profumati, presentano 5 sepali e 5 petali bianchi o rosati. I sepali sono concrescenti e formano un ricettacolo simile a una coppa chiusa che contiene molti ovari. Canale stigmatico stretto (Ø di 0,5 - 0,8 mm), circondato da un disco largo, generalmente convesso. I sepali, alla maturazione del frutto, sono per lo più rivolti all'indietro e presto caduchi.
I frutti, detti cinorrodi, maturano in autunno e sono, in realtà, falsi frutti, piriformi, carnosi e glabri, solitamente portati da peduncoli lunghi 10 - 20 mm, di colore rosso vivo a maturità. Contengono molti acheni duri ricoperti di corti peli rigidi.

Habitat:
Nelle radure, al margine di boschi, nelle boscaglie degradate e, in qualità di arbusto pioniero, nei prati, pascoli, campi e vigneti abbandonati, su cumuli di sassi. Su suoli abbastanza profondi, limosi, moderatamente aridi. Dal piano sino a 1.900 m s.l.m.

Etimologia:

- *Rosa*: da "rósa" - rosa (in greco "ῥόδον" "rhódon"): la regina dei fiori;
- *canina*: come riportato anche da Plinio, anticamente si credeva che le radici della rosa canina curassero gli effetti dei morsi dei cani rabbiosi.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Protezione:
Entità protetta in Friuli-Venezia Giulia e Molise.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: vitamina E, olio essenziale, vitamina C, acidi organici, tannini, pectine carotenoidi e soprattutto bioflavonoidi, pigmenti naturali dall'importante azione antiossidante.
In medicina per uso interno: in caso di raffreddori, influenza, gastrite e diarrea.
I frutti si usano per preparare sciroppo, impiegato come integratore alimentare, in particolare nella dieta dei neonati e usato dall'industria farmaceutica come aromatizzante delle medicine. Gli estratti dei frutti si aggiungono alle pastiglie di Vitamina C.

Curiosità:
Nell'ambito del programma sperimentale co-finanziato dalla regione Emilia Romagna, per l'integrazione delle medicine non convenzionali, che ha l'obiettivo di offrire ai cittadini l'opportunità di cure alternative in assoluta sicurezza, presso Istituto Rizzoli di Bologna, su 200 pazienti che soffrono di artrosi grave individuati tra coloro che sono in attesa della protesi d'anca, si testa la Rosa Canina come antinfiammatorio ed antidolorifico. Lo scopo è quello di verificare se può essere un complemento al trattamento farmacologico per chi soffre di artrosi.
Narra la leggenda, che se oggi possiamo ammirare la bellezza della rosa, lo dobbiamo al dio del vino Bacco che, invaghitosi di una ninfa, tentò di conquistarla, ma lei fuggendo inciampò in un cespuglio. Cespuglio che per riconoscenza Bacco trasformò in rosa, facendogli spuntare splendidi fiori di un delicato color rosato.
Le rose erano già importanti nell'antichità dove venivano utilizzate nei rituali, nella fabbricazione di cosmetici, in profumeria e in campo medico.
Gli Assiri, pare, furono i primi a scoprirne le virtù. In età romana si usavano i petali di rosa per fare "il piatto di rose con cervella, uova, vino e salsa di pesce".
Greci Romani e Persiani impiegavano diverse specie di rose a scopo terapeutico, nel 77 d.C. Plinio citava ben 32 disturbi che potevano essere curati con preparati a base di rose.
Gli alchimisti persiani del XVI secolo producevano un'essenza superiore per distillazione. L'essenza è un prodotto costosissimo, se si considera che per produrre 300 grammi di olio serve circa una tonnellata di petali, per questo motivo oggi viene largamente sintetizzata.
Circa il 96% dei profumi femminili e il 46% di quelli maschili contengono essenza di rosa.
La rosa canina ha avuto un ruolo importante nella fornitura di vitamina C ai bambini britannici durante la seconda guerra mondiale (i suoi frutti erano detti "arance del nord"), in sostituzione della fonte normale degli agrumi (allora difficili da reperire).
Nel linguaggio dei fiori alla Rosa canina si attribuisce l'indipendenza, ma anche la poesia.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
PROSSER F., BERTOLLI A. & FESTI F. 2009. Flora illustrata del Monte Baldo. Museo Civico di Rovereto.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Zanichelli, Bologna.
TRISKA J. La flora d'Europa. Melita, La Spezia 1990
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6522&pid=-1&p=17

res herbis

Rosa gallica L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Rosa serpeggiante, Rosa di Francia
Deutsch: Essig-Rose
English: French rose
Español: Rosal de Castilla, Rosal de Provins
Français: Rosier de France

Forma biologica:
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.

Tipo corologico:
Centroeurop. - Europa temperata dalla Francia all'Ucraina.
Pontica - Areale con centro attorno al Mar Nero (clima continentale steppico con inverni freddi, estati calde e precipitazioni sempre molto scarse).
S-Europ. - Europa meridionale.
Sudsiber. - fascia arida della Siberia meridionale: di solito piante steppiche.

Antesi: aprile - giugno

Descrizione:
Arbusto cespuglioso, legnoso, rizomatoso, con fusti eretti e robusti, verdi o arrossati e 4 diverse tipologie di aculei (spinosità eterologa) sul fusto e rami laterali: spine piegate a forma di falce, aciculari, setolose e ghiandoloso-stipitate.
Nanofanerofita,
normalmente alta da 30 - 80 cm.
Le foglie alterne e imparipennate hanno 5 (7) foglioline che in parte perdurano anche d'inverno. Alla base del picciolo si sviluppano stipole dentate e ghiandolose. Le foglioline sono ovali o arrotondate, corte ed appuntite, coriacee, rigide con denti frequentemente glandulosi e cigliati. Sono opache, la lamina è di colore verde scuro e glabra nella parte superiore, biancastra con peli semplici e ghiandolari in quella inferiore; la nervatura fogliare è rilevata.
I fiori per lo più singoli, raramente 2 - 4, sono portati da peduncoli di circa 3 cm, ricchi di setole ghiandolari, hanno Ø di 6 - 9 cm, sono fortemente odorosi, da rosso chiaro a porpora scuro; ricettacolo con disco lievemente convesso o conico con orifizio (canale dello stilo) sottile. Sepali
pennato-laciniati con peli ghiandolari, dopo l'antesi, ripiegati sul peduncolo e caduchi.
I frutti sono cinorrodi sferici, coriacei, rossi a maturità, cosparsi di setole ghiandoloso-stipitate.

Habitat:
Cresce in piccole colonie grazie ai rizomi sotterranei; ai margini di boschi termofili, scarpate asciutte, pascoli mesofili; 0 - 800 m s.l.m.

Etimologia:

- *Rosa*: da "rósa" - rosa (in greco "ῥόδον" "rhódon"): la regina dei fiori;
- *gallica*: delle Gallie, attuale Francia, così chiamata da Linneo che ne aveva esaminato un campione proveniente dalla Francia (Gallia).

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni eccetto la Valle d'Aosta, mentre non è stata più ritrovata in Calabria e Sicilia.

Protezione:
Entità protetta in Umbria.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: acido gallico e quercitannico, resina, tannino, cianina, olio essenziale, vitamina C.
Erba aromatica, astringente, tonica ad azione antibatterica.
In medicina: per uso interno in caso di raffreddori, infezioni bronchiali, gastrite, diarrea,
In cucina: i petali si aggiungono alle insalate e l'acqua di rose si usa come aromatizzante in pasticceria, per dessert, sorbetti, mousse e gelatine. I petali possono essere canditi e utlizzati nella preparazione di sciroppi e conserve, I petali e i boccioli essicati sono ingredienti importanti del "ras-el- hanout", una mistura di spezie tipica del nord Africa.
Altri usi: i petali e i boccioli essicati si aggiungono ai pot-pourri; l'essenza e l'acqua di rose si impiegano nei preparati per bagni e nelle creme per il corpo.

Curiosità:
Le rose erano già importanti nell'antichità, Confucio riferisce che in Cina ed in Giappone esistevano giardini di rose e un manoscritto cinese su questi fiori, è datato al 500 a. C.
Venivano utilizzate nei rituali, nella fabbricazione di cosmetici in profumeria e in campo medico. Ma la terra delle Rose nell'antichità fu senza dubbio la Persia dove anche gli imperatori erano abili giardinieri.
Gli Assiro-Babilonesi, coltivarono le rose nei magnifici giardini pensili di Babilonia e divennero un simbolo del potere statale, ma apprezzarono anche la supposta ai petali di Rosa gallica e trementina utilizzata nella cura delle emorroidi.
Greci, Romani e Persiani, impiegavano diverse specie a scopo terapeutico, tanto che Plinio nel 77 d.C. citava ben 32 disturbi che potevano essere curati con preparati a base di Rosa.
In alcuni affreschi di Pompei ed Ercolano si riconosce la Rosa gallica.
Con l'inizio del cristianesimo la rosa viene coltivata perché le sue spine ricordano la passione di Cristo, poi passa al culto della Madonna, il cui cuore è raffigurato trafitto da spine di rosa ed i giardini dei conventi sono pieni di rosai e rose coronano le sante.
L'espressione "sub rosa" = sotto la rosa, per indicare un fatto segreto e misterioso, deriverebbe dall'usanza di appendere il fiore al soffitto delle locande o di avvolgere attorno ai boccali una ghirlanda di roselline per rammentare agli avventori l'obbligo morale di non diffondere discorsi tenuti "sotto la rosa".
Giuseppina Beauharnais, moglie di Napoleone Bonaparte, nella sua residenza " Château de Malmaison ", diede vita ad un importante centro di conoscenza e diffusione della Rosa, nei giardini se ne contavano oltre 160 e le Gallica erano le protagoniste quasi assolute.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia. Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Zanichelli, Bologna.
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
Chiave di determinazione del Genere Rosa L. (da ADLER, 1994 - Exkursionsflora von Oesterreich: 427) a cura di Franco Fenaroli
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6528

res herbis

Rubus canescens DC.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Rovo tomentoso
Deutsch: Filz-Brombeere
English: Woolly blackberry
Español: Zarza cana
Français: Ronce tomenteuse, Ronce blanchâtre

Forma biologica:
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.

Tipo corologico:
Euri-Medit.-Sett. - Dalla Spagna alla Grecia.

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Arbusto con fusti lunghi sino a 1,5 m, sub-eretti, angolosi, più o meno glabri, provvisti di aculei disuguali fra loro, in parte uncinati. Foglie caduche, composte da 3-5 foglioline, pelose, verde-grigiastro sopra e biancastre sotto. Asse fiorifero peloso ed eretto, con fiori a petali piccoli e bianco-giallastri. Il frutto multiplo è un drupeto (polidrupa) subgloboso, formato da piccole drupe (drupeole), carnose con un solo seme ciascuna.

Habitat:
Cresce in orli di boschi xerofili, nelle radure, in lande incespugliate, su suoli argillosi spesso decalcificati, da neutri a subacidi, dal livello del mare ai 1200 m circa di altitudine.

Etimologia:

- *Rubus*: da "rúbeo" - essere rosso: riferimento al colore dei frutti immaturi di rovo, lampone, mora;
- *canescens*: da "canésco" - incanutire, diventare bianco: che tende al biancastro, di solito riferito al colore del fogliame.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia eccetto la Sardegna e la Valle d'Aosta.

Utilizzi:
I frutti sono commestibili.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6584
http://dryades.units.it/ampezzosauris/index.php?procedure=taxon_page&id=1917&num=3382

Rubus ulmifolius Schott

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Rovo comune, Rovo a foglie d'olmo, More
Deutsch: Mittelmeer-Brombeere, Ulmenblatt-Brombeere
English: Elmleaf blackberry
Español: Zarzamora
Français: Ronce à feuilles d'orme

Forma biologica:
NP - Nano-Fanerofite. Piante legnose con gemme perennanti poste tra 20 cm e 2 m dal suolo.
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Europ. - Areale europeo.

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Pianta arbustiva perenne, sempreverde, sarmentosa, avente una grossa radice legnosa pollonifera da cui si dipartono lunghi turioni di 50 - 150 (300) cm che si presentano in posizione sub-eretta o arcuata poi ricadente e con gemma apicale radicante; di colore violaceo o arrossato e pruinoso, Ø 6 - 10 mm, la forma pentagonale-scanalata e ricoperti di peli stellati, semplici o fascicolati e muniti di robusti aculei alla base e più o meno adunchi.
Foglie alterne, palmate e picciolate con (3) 5 foglioline di colore verde cupo, glabre nella faccia superiore mentre quella inferiore è bianca e tomentosa per la presenza di densa peluria (c. 40/50 peli x c.q.); fogliolina terminale obovata a base arrotondata e presenza di mucrone di (8) 10 - 15 mm e con nervatura evidente ; lamina irregolarmente dentata ; gli altri segmenti sono palmato-ellittici con lembo dentato (i minori ellittici e rivolti verso il basso 1,5 - 3 x 3-4,5 cm; i maggiori sono i mediani , patenti e di forma obovato-acuminata 5 x 6 cm); il picciolo presenta piano, glabro e provvisto di 6 - 10 aculei falciformi; stipole lineari di c. 1 mm.
Infiorescenza formante una pannocchia terminale piramidata senza brattee e con presenza di foglie a 3- 5 lobi con pagina superiore coriacea e verde - scura mentre la pagina inferiore bianco tomentosa, gli aculei sono di numero variabile 3 - 14 di (3) 5 - 8 (9) mm alla base.
Fiori riuniti in gruppi apicali picciolati (con presenza di aculei) abbondantemente tomentosi e calice con 5 sepali ovali e lungamente acuminati, bianco-tomentosi, glanduliferi e riflessi (3 - 7 mm) verso il basso alla fruttificazione.
Petali 5 rosa o raramente bianchi, più lunghi del calice, di forma ovale o sub-orbicolare (9 - 13 mm); antere più o meno pelose su numerosi stami bianchi o rosei come gli stili.
Il frutto è formato da drupeole riunite intorno a un ricettacolo (mora) prima rosso, poi nero e lucido a maturazione, dal Ø di c. 1 cm e contenente ognuna un piccolo seme marrone chiaro di forma irregolarmente ellittica con la superfice ricoperta di piccoli opercoli.

Habitat:
Terreni incolti, lungo sentieri, boschi ripariali, macerie da 0 a 1400 m di altitudine.

Etimologia:

- *Rubus*: da "rúbeo" - essere rosso: riferimento al colore dei frutti immaturi di rovo, lampone, mora;
- *ulmifolius*: dal genere Ulmus e da "folium" - foglia: con foglie simili a quelle degli olmi.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Protezione:
Entità protetta in Molise e Friuli-Venezia Giulia.

Utilizzi:
Entità commestibile, officinale e mellifera.
Parte utilizzata sono le radici e le foglie che contengono questi principi attivi:
- Tannini idrolizzabili
- Acidi organici (ossalico, citrico, malico, succinico)
- Vitamina C
- Idrochinone e arbutina
- Tracce di olio essenziale

Nella medicina popolare le piante di Rubus sono utilizzate per l'attività astringente, come diuretico, e depurativo. L'azione terapeutica prodotta riguarda:
Flogosi oro-faringea, gastroenteriti, infiammazioni intestinali e emorroidali, azione ipoglicemizzante e blandamente lassativa.
Le more sono consumate fresche o sottoforma di marmellata o gelatina. Il frutto può considerarsi tra quelli più nutrizionali in quanto contiene proteine, lipidi, glucidi, calcio, ferro, vit. A e C. I semi contengono acido alfa-linolenico (Omega-3), e acido linoleico (Omega-6).

Curiosità:
Secondo una tradizione popolare le more non vanno mangiate dopo S. Michele (29 settembre) perchè in tale giorno il demonio ci sputa sopra rendendoli insipidi e mollicci.
I romani usavano masticare le foglie per curare le emorragie gengivali.
I primi germogli primaverili vengono colti per produrre un'acqua aromatica, depurativa, in grado di favorire la cura dell'intestino.
I sarmenti despinati vengono utilizzati per fare cesti molto resistenti

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
ZANGHERI P., 1976 Flora italica I-II, CEDAM, Padova
FIORI A., 1923-1929. Nuova flora analitica d'Italia, Firenze, Tipografia M. Ricci
CHIEJ R., 1953. Piante medicinali, Arnoldo Mondadori
CAMPANINI E., 2000. Dizionario di fitoterapia e piante medicinali, Tecniche Nuove
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6628

Rumex acetosa L.

Famiglia - *Polygonaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Romice acetosa, Acetosa, Erba brusca, Rómice
Deutsch: Wiesensauerampfer
English: Garden sorrel
Español: Acederilla, acetosilla
Français: Oseille commune, grande oseille

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Eurosiber. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Eurasia.

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, con sottile rizoma orizzontale, fusti eretti, scanalati, arrossati in basso, fogliosi fin sotto l'infiorescenza, ramosi all'infiorescenza. Altezza 40 - 110 cm.
Le foglie basali con picciolo 1,5 volte la lamina, che è 2 - 3 volte più lunga che larga, astato-lanceolate; le cauline lunghe 3 - 6 volte la loro larghezza, superiormente sessili, con lobi divergenti, acuti o arrotondati, diretti verso il basso ma non amplessicauli.
L'infiorescenza è compatta, costituita da piccoli fiori dal perianzio verde formato da 6 elementi di cui i 4 esterni rotondo-ovoidali, con escrescenze dure, rotonde o tetragonali. I sepali interni si arrotolano al momento della fruttificazione.
I futti sono acheni neri e lucenti, protetti da tepali persistenti che assumono colore rosso ruggine.

Habitat:
Prati fertili e concimati, lungo i fossati e nei pascoli, predilige terreno argilloso e ricco. Diffusione altitudinale da 0 - 2.000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Rumex*: da “rumex” - giavellotto, lancia, asta: per la forma appuntita delle foglie di molte specie di questo genere. Già in Plauto e altri col significato di romice;
- *acetosa*: da “acētum” - aceto: acido come l'aceto.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Erba acida, antiscorbutica, astringente, rinfrescante, depurativa, diuretica, lassativa. La pianta contiene vitamina C, ossalato di potassio e acido ossalico, ferro.
La maggior parte delle specie di Rumex, contiene ossalati simili a quelli dello spinacio e del rabarbaro, queste sostanze in eccesso sono velenose. Qundo si trova nel foraggio fresco, in dosi eccessive, può causare distrubi digestivi, specialmente ai cavalli e alle pecore.
In passato i bimbi che abitavano in campagna, staccavano le cime del Romice per masticarle e per gustarne il succo leggermente acidulo che ricorda la buccia delle prugne. Dalle mie parti, nella bergamasca, veniva chiamata “erba cicia”, proprio a indicare questa abitudine.
Impiegata, grazie alle proprietà depurative e drenanti, nella cura delle malattie cutanee, quali l'acne, le pelli grasse e le punture degli insetti, in caso di eccessiva sudorazione e alitosi.
Le foglie fresche, sminuzzate e applicate sul viso, hanno effetto astringente sui pori dilatati.
In cucina le foglie giovani e fresche, possono essere impiegate per insaporire insalate, minestre, formaggi molli, frittate, per acidificare e dare colore alla maionese o alle pastelle per fritture.
Ridotte a purèe, possono essere impiegate nella preparazione di salse, da accompagnare a pollame e pesce.
Era cibo comune presso egizi, greci e romani. Ancor oggi in Egitto, in Francia è coltivata ed appare spesso sulle tavole.
Le foglie si usano fresche, raccolte quando la pianta è ancora tenera onde evitare il sapore acre che assumono in seguito.
Il succo può essere efficacemente impiegato per togliere la ruggine, la muffa e le macchie d'inchiostro da lino, lana, argento e vimini.
Pianta tintoria: le foglie forniscono colorante giallo, il rizoma rosso.

Curiosità:
Una particolarità di questa pianta è che è incompatibile con le acque minerali e i contenitori in rame e in metallo in genere. In passato in mancanza di pentole in acciaio inossidabile, smaltate e in vetro, si raccomandava di non tagliarla o cuocerla con utensili di ferro per non farle prendere sgradevole sapore metallico.
In Vallecamonica a Corteno, i mandriani consumavano sul posto le foglie raccolte e consumate crude, accompagnate da pane di segale.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna
ARIETTI N., 1974. La flora economica e popolare del territorio bresciano. Geroldi. Brescia
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6635

Rumex acetosella L.

Famiglia - *Polygonaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Romice acetosella
Deutsch: Kleiner Sauerampfer
English: Red sorrel, Sheep's sorrel, Field sorrel, Sour weed
Español: Acederilla, Acetosilla
Français: Petite oseille

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurosiber. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Eurasia.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile – agosto

Descrizione:
Pianta erbacea perenne dioica con fusto eretto rossastro e allungato alto fino a 50 cm e piccole foglie basali trilobate sagittate lanceolate nel lobo allungato. I fiori gialli sono portati dai maschi, quelli rossi dalle femmine che si sviluppano e maturano tra giugno e ottobre in acheni rossastri lucidi posti all'apice dello stelo.

Habitat:
Cresce in prati, radure, incolti aridi e sabbiosi, su substrati prevalentemente silicei, dal livello del mare alla fascia subalpina (0 - 1900 m s.l.m.).

Etimologia:

- *Rumex*: da “rumex” - giavellotto, lancia: per la forma appuntita delle foglie di molte specie di questo genere. Già in Plauto e altri col significato di romice;
- *acetosella*: diminutivo di “acetosus” - acetoso, acido: acidulo.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
La pianta contiene vitamina C, ossalato di potassio e acido ossalico, ferro. Gli ossalati sono tossici se ingeriti ad alte dosi e per prolungati periodi di tempo. Le foglie giovani e fresche sono commestibili sia crude sia cotte e possono essere usate nella preparazione di salse acidule. Il succo può essere usato per eliminare la ruggine.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6636
http://dryades.units.it/lamone/index.php?procedure=taxon_page&id=397&num=1875
https://erbeofficinali.org/dati/q_scheda_res.php?nv_erba=ACETOSELLA

res herbis

Rumex crispus L.

Famiglia - *Polygonaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Romice crespo, Romice crespa
Deutsch: Krauser Ampfer
English: Curled dock
Español: Acedera crispada
Français: Oseille crépue

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile – luglio

Descrizione:
Pianta perenne, erbacea, glabra, con grosso rizoma strisciante e ramificato, più o meno lignificato, di colore rossastro; fusto cilindrico, striato, eretto, spesso soffuso di rosso-bruno, ramoso alla sommità. Altezza 60 - 120 cm.
Le foglie basali hanno lungo picciolo amplessicaule; ocrea cilindrica membranacea avvolgente il fusto, lamina oblungo-lanceolata ondulata con margine crespo, quelle inserite sul fusto, sono alterne con picciolo ridotto, sottili ovali ed appuntite. I piccioli sono scanalati, sovente lievemente arrotolati sulla pagina inferiore delle foglie, dove formano una guaina membranosa.
L'infiorescenza è una pannocchia fogliosa; i fiori sono dioici, con perianzio sepaloide: 3 esterni piccoli e lineari, 3 interni triangolari-cuoriformi, gli interni hanno alla base una callosità globosa od oblunga di colore bruno arancio.
I frutti sono diclesi peduncolati, cuoriformi, ricoperti dalle valve membranose del perianzio, che a maturazione si ripiegano verso il basso.

Habitat:
Terreni umidi e argillosi, nei prati e ai margini delle strade, ruderi, specie sinantropa frequente nei coltivi, frutteti, vigneti, prati concimati, incolti e ruderi. 0 - 1.500 m s.l.m.

Etimologia:

- *Rumex*: da “rumex” - giavellotto, lancia: per la forma appuntita delle foglie di molte specie di questo genere. Già in Plauto e altri col significato di romice;
- *crispus*: da “crispo” - increspare, arricciare: increspato, ricciuto, crespo.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Costituenti principali: acido crisofanico, olio essenziale, tannini, fitosteroli.
Erba amara, astringente, depurativa, rinfrescante, antianemica.
Impiegata in caso di laringite, tosse secca e mal di gola.
La radice, molto ricca di ferro, è utilizzata come antianemico, tonico-ricostituente, lassativo (sostitutivo del rabarbaro) e i frutti ricchi di tannini, contro la diarrea.
Per uso esterno, cataplasmi di foglie possono essere impiegati in presenza di dermatiti, affezioni cutanee, foruncoli.
In Europa occidentale le foglie di R. crispus, ma anche quelle di R. obtusifolius erano un un rimedio tradizionale utilizzato contro le punture da ortica.
Le giovani foglie possono essere usate nelle minestre, oppure miste ad altre erbe cucinate lesse.

Curiosità:
Rumex crispus L. in America, è fra le poche piante che naturalizzate dall'Europa, sono state adottate da alcune tribù indiane e utilizzate insieme ad altre specie native di Rumex, in particolare i teton dakota applicavano le foglie verdi tritate ai foruncoli per promuoverne il processo suppurativo. Le radici contenenti tannino erano invece utilizzate dai flambeau ojibwa per favorire la cicatrizzazione e la chiusura dei tagli.
Il genere Rumex comprende diverse specie di piante erbacee, molte sono considerate infestanti, altre vengono coltivate come ornamentali, altre ancora vengono utilizzate per ricavarne tannino, sostanza impiegata nella concia delle pelli.
Le grandi foglie di Rumex obtusifolius venivano utilizzate per avvolgere e conservare il burro.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6651

Rumex obtusifolius L.

Famiglia - *Polygonaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Romice comune
Deutsch: Stumpfblättrige Ampfer
English: Bitter dock, Broad-leaved dock, Bluntleaf dock, Dock leaf, Butter dock
Español: Acederón de burro, Romaza medicinal, Romaza silvestre, Romaza vulgar
Français: Patience à feuilles obtuses, Patience sauvage, Rumex à feuilles obtuses

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: maggio - agosto

Descrizione:
Il rizoma della pianta è legnoso e grosso fino ad 1 cm; il fusto è eretto e scanalato. Le foglie basali hanno una lamina di 6-9x9-22 cm, troncata alla base, arrotondata all'apice oppure anche acuta nelle foglie maggiori; il picciolo è lungo quanto la lamina o anche più; presenta pubescenza sparsa soprattutto lungo il nervo centrale; le foglie cauline sono progressivamente assottigliate. L'inflorescenza possiede un picciolo breve (1-2 cm), ma ben distinto e lamina lanceolato-lineare (8-14x50-80 mm). L'inflorescenza è ramosa e ampia con valve di 3x4 mm, per lo più verdi. Il frutto è un diclesio con valve ovato-triangolari, troncate alla base, con denti ben sviluppati, più lunghi che larghi, tubercolo prominente presente in una sola valva, achenio di 2,5-3 mm, bruno-rossastro scuro.

Habitat:
Cresce in vegetazioni ruderali lungo strade e fossi, in discariche, insediamenti rurali, coltivi, prati da sfalcio concimati, su suoli limoso-argillosi freschi, umiferi, neutri, ricchi in composti azotati. Si trova dal livello del mare alla fascia montana superiore: dai 0 ai 2000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Rumex*: da “rumex” - giavellotto, lancia: per la forma appuntita delle foglie di molte specie di questo genere. Già in Plauto e altri col significato di romice;
- *obtusifolius*: da “obtusus” - arrotondato, smussato e da folium foglia: con le foglie ad apice arrotondato.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia

Utilizzi:
La pianta ha diverse proprietà medicinali; le grandi foglie venivano utilizzate per avvolgere e conservare il burro.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6664
http://dryades.units.it/lamone/index.php?procedure=taxon_page&id=432&num=3036
https://www.piante-spontanee.it/specie/rumex-obtusifolius

res herbis

Salix purpurea L.

Famiglia - *Salicaceae Mirb.*

Nomi volgari:
Italiano: Salice rosso
Deutsch: Purpur-Weide
English: Purple willow, purple osier
Español: Mimbrera, sauce colorado
Français: Osier rouge, saule pourpre

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: febbraio - aprile

Descrizione:
Arbusto policormico (fino a 5-6 m), raramente a portamento arboreo, con corteccia grigia, dapprima liscia, poi irregolarmente fessurata, internamente verde chiara o gialla. Apparato radicale forte e capace di adattamento alla variazione in profondità della falda freatica. Rami sottili, il primo anno rosso-bruni, in seguito giallo-grigiastri. Gemme molto appressate, appiattite ed appuntite, con una sola perula protettrice.
Foglie di norma alterne (talora opposte nei rami terminali), prive di stipole, con breve picciolo, tipicamente oblanceolate, cioè con la massima larghezza nel terzo superiore (a volte obovato-oblunghe o lineari-spatolate), lunghe da 4 fino a 12 cm, a margine finemente seghettato verso l'apice, mai revoluto verso il basso, per lo più cuneate alla base, acute all'apice, color verde glauco sparsamente pelose inferiomente, verde più scuro e lucide nella pagina superiore, con nervatura pennata; anneriscono con la disseccazione; stipole assenti.
Fiori maschili in amenti cilindrici piccoli (lunghi fino a 5 cm) compatti ed eretto-patenti, dapprima grigi, poi rosseggianti per le antere rosse dei due stami concresciuti, infine gialli all'emissione del polline. Fiori femminili pure in amenti (fino a 6 cm), portati su individui diversi (pianta dioica), più sottili, prima gialli, poi grigio-verdi, con ovario peloso e stimma rosso.
Frutti a capsula ovoidale e pubescente. Semi piccolissimi e provvisti di pappo cotonoso abbondante per la disseminazione anemofila.

Habitat:
È diffuso lungo le sponde ed i greti dei corsi d'acqua, su suoli ghiaiosi e/o sabbiosi poco evoluti dalla pianura alla montagna, fino a 1800 m di quota, costituendo ecosistemi ripari in unione con altri salici (più frequenti S. eleagnos e S. daphnoides), Alnus incana e Hippophae fluviatilis. Specie indifferente al substrato litologico, resiste bene sia al gelo che all'aridità.

Etimologia:

- *Salix*: nome in latino classico del salice, forse connesso con il sanscrito saras acqua, invece dal celtico "sal lis" = presso l'acqua;
- *purpurea*: dal greco “πορφύρεος” “porphýreos” di colore rosso porpora, riferibile sia agli amenti maschili (antere) e femminili (stimmi), sia ai rametti dell'anno, di color rossastro.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale
Uso forestale
Ha spiccate capacità colonizzatrici e rinsaldatrici di terreni instabili, è dotata di grande vitalità ed è molto adatta a riprodursi agamicamente per talee; altresì si possono richiamare le proprietà della corteccia contenente salicina (con azione tonica, antifermentativa, febbrifuga, astringente ed antireumatica) nonché l'uso, oggi alquanto decaduto, dei rami flessibili per confezionare oggetti intrecciati e legacci in agricoltura.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
PAIERO P., MARTINI F., 1988. I salici d'Italia. Lint
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6749

Salvia pratensis L.

Famiglia - *Lamiaceae Martinov*

Nomi volgari:
Italiano: Salvia comune, Salvia di Bertoloni
Deutsch: Wiesen-Salbei
English: Meadow Clary
Español: Gallocresta, Salvia de prados
Français: Sauge des prés

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta perenne erbacea, non vischiosa, con radice a fittone ingrossato; fusti eretti, tetragoni, pubescenti per peli riflessi, legnosi e ramificati in alto; altezza fino a 70 cm.
Le foglie consistenti, bollose, le basali picciolate, disposte in rosetta, caratterizzate da una nervatura reticolare, margine leggermente crenato o inciso lobato; le cauline, più piccole, sessili sovente semiabbraccianti il fusto. La pagina superiore rugosa, quella inferiore irsuta.
I fiori portati da un breve pedicello, sono azzurro-violetti, raramente rosa o biancastri, 4 - 5 verticillastri situati all'ascella di brattee verdi; l'insieme forma una spiga chiusa. Calice bilabiato, irsuto per peli mai bianchi; il tubo calicino più lungo delle 5 lacinie calicine.
Corolla con labbro superiore falcato: sporge lo stilo bifido; labbro l'inferiore patente o riflesso, a margine denticolato.
Gli stami, si comportano come piccole leve: quando un insetto, in cerca di nettare, penetra nel fiore, aziona un meccanismo a bilanciere, che gli ribalta sul dorso il braccio dello stame che porta l'antera: il polline si rovescia allora sul dorso dell'insetto.
I frutti sono tetracheni formati da 4 mericarpi, con semi tondeggianti e brunastri.

Habitat:
Nei pascoli magri, nei prati, nei luoghi sassosi, nelle radure, frequente nei luoghi asciutti e soleggiati. 0 - 1.600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Salvia*: nome già usato da Plinio per la Salvia officinalis, da "sálvo" - salvare, guarire (connesso con il sanscrito "sárvas" integro): per le proprietà officinali; oppure sempre dal latino "salvere" = star bene, con la medesima radice il nome tedesco "salbe" - unguento medicamentoso;
- *pratensis*: da "prátum" - prato: dei prati: riferimento all'ambiente di crescita.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta l'Italia centro-settentrionale arrivando fino alla Campania e il Molise.

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
Salvia pratensis possiede proprietà simili a Salvia officinalis

Curiosità:
La Salvia era conosciuta sin dall'antichità e pare che persino Cleopatra, la usasse per preparare filtri afrodisiaci.
I Galli la consideravano una panacea, in grado di guarire tutti i mali. I druidi la usavano contro febbre, tosse, paralisi, epilessia, ma anche per favorire il concepimento e il conseguente parto. Le era attribuito anche il potere di resuscitare i morti ed entrava come ingrediente in numerosi incantesimi.
Ippocrate ne consigliava l'uso nelle piaghe, gli egiziani la usavano per imbalsamare i morti. I romani la impiegavano per conservare la carne e credevano che rendesse immortali; la chiamavano" erba sacra" e le attribuivano capacità di curare il morso dei serpenti, a condizione che non fosse stata infettata dall'alito venefico dei rospi e per questo pensavano che potessero raccoglierla solo pochi fortunati, abbigliati in modo particolare e dopo avere fatto particolari sacrifici.
Ritroviamo questa credenza nel "Decameron".
I medici della scuola salernitana si chiedevano: "perché dovrebbe morire l'uomo nel cui giardino cresce la salvia?"
Nei secoli successivi si attribuirono a questa pianta diverse proprietà: quella di far restare incinta la donna che ne avesse bevuto l'infuso per 4 giorni di fila, o quella di curare le affezioni del cavo orale, perché la forma delle foglie ricorderebbe una lingua, oppure il potere di spezzare malie e incantesimi.

Bibliografia:
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D.M., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina, Zanichelli editore, Bologna
BOWN D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses, Dorling Kindersley, London
CATTABIANI A., 1996. Florario, Arnoldo Mondadori Editore, Milano
PIGNATTI S., Flora d'Italia.Edagricole, Bologna. 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6788

Salvia verbenaca L.

Famiglia - *Lamiaceae Martinov*

Nomi volgari:
Italiano: Salvia minore, Salvia falsa verbena
Deutsch: Eisenkraut-Salbei
English: Wild sage
Español: Balsamilla
Français: Sauge à feuilles de verveine

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, alta 20 - 50 cm più o meno pelosetta e glandulosa nella parte superiore.
Fusto semplice o ramificato, tetragono e con peli patenti ghiandolari.
Foglie di colore verde opaco con rughe nella pagina superiore; quelle che compongono la rosetta basale sono lungamente picciolate, oblunghe o ovali (5-10 x 2-4 mm) con 3 - 4 lobi ottusi per lato, il margine profondamente crenulato. Le caulinari sono più piccole, opposte, sessili o con corto picciolo.
Fiori 4-10, in verticilli semplici o ramificati, terminali, lassi e spiciformi.
Brattee verdi a base cordata e appuntite, lunghe 6 mm e appena più corte del calice.
Calice campanulato, bilabiato e con peli lanosi biancastri e lungo 8 - 10 mm.
Corolla di colore lilla o violetto o rosa chiaro, bilabiata 6-15 mm, labbro superiore ricurvo e peloso all'esterno; quello inferiore trilobato con il mediano rivolto verso il basso.
Stami due.
Il frutto schizocarpico con 4 mericarpi (nucule) subglobosi di 1,7-2,4 x 1,6-2,3 mm, di colore castano scuro.
Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Habitat:
Prati asciutti, incolti, vigneti, uliveti, a margine sentieri da 0 a 1400 m.

Etimologia:

- *Salvia*: nome già usato da Plinio per la Salvia officinalis, da “sálvo” - salvare, guarire (connesso con il sanscrito “sárvas” integro): per le proprietà medicamentose; o "salveo" = "star bene”;
- *verbenaca*: dal genere Verbena per la forma delle foglie simili a quelle della verbena.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio eccetto la Valle d’Aosta.

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
Pianta mellifera con proprietà medicinali però meno efficaci della S. officinalis e simili a quelli della S. pratensis. Per i greci era considerata "erba sacra" mentre per i romani un efficace toccasana per qualsiasi male. La sua azione si esplica in modo particolare sugli organi digestivi e sull'apparato respiratorio (gonfiori addominali, flatulenze, lentezza digestiva, eruttazione, asma, bronchite, catarro, sinusite) per la sua azione antisettica, antibatterica e antifungina. Per la presenza di estrogeni esercita un'azione tonificante nel flusso mestruale scarso o abbondante e nella dismenorrea. Esercita anche un'attività depurativa e diuretica. L'olio di salvia agisce anche come antisudoriparo. Studi recenti hanno dimostrato le sue proprietà antiossidanti riducendo la produzione di radicali liberi dannosi nell'invecchiamento dell'organismo.
Si usa come colluttorio contro le ulcere e le infiammazini del cavo orale. Le foglie, sfregate sui denti agiscono alla stessa stregua di un dentifricio (ricordata per questo anche in una novella del Decamerone del Boccaccio).

Curiosità:
Curiosità: Teofrasto (372 - 287 a. C.) della pianta diceva che "respinge i mali della malattia e della vecchiaia". Gli antichi egizi la usarono contro la peste. Per i romani era una pianta sacra tanto da organizzare un evento importante al tempo della raccolta, che avveniva sempre con attrezzi di metallo più nobile del ferro. Plinio la descrive come rimedio per morsi di serpenti e scorpioni purchè non fosse infettata. Nel medioevo la sua reputazione si rinforzò perchè gli furono attribuite proprietà capaci di ringiovanire, di rafforzare la mente e la memoria.
Sulla salvia sono nate anche tante leggende tra queste quella legata alla vita di Gesù Cristo nel periodo della fuga in Egitto "inseguiti dai soldati di Erode, per potersi nascondere, la sacra famiglia chiese protezione a diverse piante che si rifiutarono tranne la salvia che offrì giaciglio a Gesù e lo nascose alla vista dei soldati. La madonna in compenso le dette il dono di guarire gli uomini".
Divenuta la panacea di tutti i mali su di essa nacquero dei detti di cui riporto quelli più pittoreschi.
Nel veneto si diceva "quando mor la sali xe in orto - more el paron de casa o l'è za morto.
La Scuola Salernitana così la lodava: *Cur moriatur homo cui salvia crescit in horto*? a questo detto altro proverbio rispondeva: se molto vuoi campare - salvia hai da mangiare.
Era considerata anche afrodisiaca tanto che Cleopatra ne avrebbe fatto uso per conquistare gli uomini.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
FIORI A., 1969. Nuova Flora d'Italia. Ediagricole
CATTABIANI A., rist. 2007. Florario. Oscar Mondadori
MC INTYRE A., 1997. Fiori della salute. Corbaccio
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6793

Sambucus nigra L.

Famiglia - *Adoxaceae E.Mey.*

Nomi volgari:
Italiano: Sambuco comune, Sambuco nero
Deutsch: Schwarzer Holunder
English: Black elder
Español: Saúco negro, saúco común
Français: Grand sureau

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Europ. - Areale europeo.
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: aprile - giugno

Descrizione:
Albero, ma più spesso arbusto, alto fino a 10 m, con chioma espansa, densa e globosa; il tronco è eretto e molto ramificato fin dal basso, sinuoso e spesso biforcato; i rami sono opposti ad andamento arcuato e ricadente.
Il tronco è abbastanza contorto, nodoso e irregolare, la corteccia è grigio brunastra, rugosa e profondamente fessurata; quella dei rami è grigio chiaro liscia e cosparsa di lenticelle longitudinali brunastre.
Caratteristica della sezione dei rami e del tronco è il midollo centrale bianco, soffice ed elastico, costituito da cellule sferiche dalla sottile parete di cellulosa. Le radici dotate di attività pollonante molta intensa, decorrono in superfcie.
Le gemme sono opposte, ovali e appuntite, ricoperte alla base da scaglie rosso-marrone da cui emergono i germogli delle foglie.
Le foglie sono picciolate, opposte, decidue lunghe 20 - 30 cm, constipole ovate o tondeggianti (1 cm), acute all'apice. La lamina è imparipennata, composta da 5 - 7 segmenti ovati ad apice acuminato e margine dentato con nervature secondarie evidenti, sono di colore di colore verde-brillante. Emanano, se stropicciate, un odore sgradevole.
I piccoli fiori sono riuniti in infiorescenze peduncolate, ombrelliformi che possono raggiungere il Ø di 20 cm, prima eretti, poi reclinati; hanno calice corto e campanulato; corolla arrotondata composta da 5 petali color bianco avorio, talvolta rossastri, ovali; i fiori laterali sono sessili, i terminali peduncolati. Gli stami intercalati ai petali, sono 5 con antere sporgenti gialle; gineceo con ovario triloculare a logge uniovulate portanti uno stimma sessile diviso in 3 - 5 lobi. Sono molto profumati.
I frutti sono piccole drupe globose, prima verdi poi viola-nerastre, lucide e succose a maturità, contengono contengono 2 - 5 semi ovali e bruni, raggruppate in infruttescenze pendule, su peduncoli rossastri.

Habitat:
Nelle radure, al margine dei boschi umidi, scarpate, lungo i muri e sulle macerie. Occupa rapidamente ed aggressivamente tutti gli spazi lasciati liberi nelle schiarite, nelle radure, al margine dei boschi, inserendosi come "infestante" negli ambienti più antropizzati ed urbanizzati. Preferisce suoli freschi e ricchi di nutrienti e di materia organica decomposta. Dal piano sino a 1.400 m s.l.m.

Etimologia:

- *Sambucus*: da "sambucus", nome latino del sambuco in Plinio e Columella; secondo alcuni il nome latino deriverebbe dal greco "σαμβύκη" "sambúke" - sambuca, uno strumento musicale a corde che si suppone venisse realizzato usando legno di sambuco; secondo altri per la somiglianza dei germogli epicormici del sambuco con le corde della sambuca;
- *nigra*: da "niger" - nero: per il colore dei frutti.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità commestibile, officinale e con uso forestale.
Pianta emolliente, sudorifera, diaforetica, lassativa, diuretica, impiegata nelle melattie da raffreddamento, nelle cistiti e nelle nevralgie.
Con i principi estratti da questi fiori, si producono lozioni astringenti, decongestionanti ed emollienti, utili a normalizzare la secrezione sebacea, bagnoschiuma, emulsioni e maschere per pelli impure e grasse.
Il succo ricavato dai frutti può essere impiegato per tingere le fibre naturali, nelle varie tonalità del viola, un tempo era impiegato come sostanza colorante per il cuoio e fino a qualche decennio fa, si utilizzava per ricavarne inchiostro; dalle foglie è possibile ricavare un colorante verde e nero dalla corteccia.
Le infiorescenze lasciate leggermente appassire, vengono aggiunte al mosto per aromatizzare e favorire la spumantizzazione; in Lombardia si usano per preparare un dolce caratteristico, la panigada o pan mèi.
La bevanda più famosa prodotta con le bacche di Sambuco è la "sambuca romana".
I frutti rappresentano un importante alimento per numerose specie di uccelli. Il legno è da sempre conosciuto, come materia prima per immanicare badili ed altri attrezzi agricoli.
Attenzione: i frutti immaturi possono determinare fenomeni di intossicazione, per la presenza di glicosidi cianogenetici, con bruciore e senso di raschiamento alla gola, vomito e diarrea, mal di testa, difficoltà di respiro e crampi.

Curiosità:
Resti di bacche di Sambuco, sono stati ritrovati in insediamenti del neolitico.
È una pianta dal duplice simbolismo, nella tradizione cristiana veniva usato nei riti funerari, come viatico per il viaggio verso l'aldilà, nella tradizione pagana invece, come protettrice della casa e del bestiame.
Al sambuco in passato si attribuivano poteri magici, contro i demoni e le streghe.
In Tirolo il Sambuco veniva detto "farmacia degli dei" e la tradizione contadina imponeva di inchinarsi 7 volte davanti alla pianta, tante quante i doni che si ricavano da esso.
Intorno alle fortezze, ai monasteri e ai masi di montagna si piantavano sambuchi ritenendo che proteggessero le case il bestiame e gli abitanti da serpi, mali e malie
In Sicilia si credeva che il bastone di Sambuco colpisse a morte le serpi e respingesse i ladri…
Si diceva inoltre, che i ferri dei cavalli strofinati con le sue foglie non arrugginissero.
Il Sambuco aveva anche proprietà divinatorie: se in estate i suoi fiori erano gialloo, meglio ancora di color ruggine, annunciava un nuovo figlio: l'infiorescenza sottile indicava un anno di siccità, una robusta annunciava un buon raccolto.
Sul tronco degli esemplari adulti cresce l'Auricularia auricula-judæ (Fr.) Quèl. - Orecchietta di Giuda, un micete molto apprezzato nei paesi orientali.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AESCHIMANN D., LAUBER K., MOSER D., THEURILLAT J.P., 2004. Flora alpina. Ediz. italiana: Bologna, Zanichelli.
ARIETTI N., 1974. La flora economica e popolare del territorio bresciano. Geroldi. Brescia
BOWN. D., 1995 . Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
CATTABIANI A. 1996. Florario. Arnoldo Mondadori Editore, Milano.
DEVOTO-OLI - Vocabolario della Lingua Italiana Devoto-Oli 1967
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=6798

Sherardia arvensis L.

Famiglia - *Rubiaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Toccamano, Sherardia dei campi
Deutsch: Ackerröte
English: Field madder
Español: Borró, Rèvola borda
Français: Rubécole des champs

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: febbraio - luglio

Descrizione:
Pianta erbacea annuale, alta 5-20 cm, con fusti gracili, prostrato-ascendenti, semplici o ramificati alla base, tetragoni e ruvido-scabri agli angoli per peli aculeati ricurvi.
Foglie inferiori opposte, le medie verticillate a 4 e le superiori verticillate a 6 (2 x 5-8 mm), lanceolate, scabre ai margini, mucronate, attenuate alla base, uninervie.
Infiorescenza in capolino pauciflora terminale o ascellare con 4-10 fiori ermafroditi subsessili circondati da un verticillo di 6-8 brattee simili alle foglie, scabre sui margini, saldate alla base e superanti i fiori.
Calice ispido con (4)6 denti (0,3-1 mm) triangolari e subulati, persistente e accrescente nel frutto.
Corolla (ca 4-5 mm) attinomorfa ipocrateriforme, di color roseo-lilacino, raramente bianca, con 4 lobi acuti e con tubo allungato cilindrico lungo circa 1,5 volte i lobi.
Androceo con 4 stami con i filamenti inseriti sul tubo corollino.
Il frutto è uno schizocarpo biloculare (2-5 mm) composto da 2 mericarpi saldati alla base e coronati dai denti calicini persistenti.
Numero cromosomico: 2n=22

Habitat:
Garighe, incolti, pascoli, luoghi erbosi, vigne, spesso infestante le colture, da 0 a 1900 m s.l.m.

Etimologia:

- *Sherardia*: genere dedicato all'irlandese William Sherard (1659-1728), botanico a Oxford e autore di Schola Botanica;
- *arvensis*: da "arvum" - campo, suolo arativo: degli arativi, riferimento all'ambiente di crescita.

Distribuzione in Italia:
Comune in tutto il territorio.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Curiosità:
In passato, il colore rosso estratto dalle sottili radici di S. arvensis era usato per la tintura dei tessuti. Ma il raccolto non era sufficiente a motivare una coltivazione su larga scala della pianta; inoltre, il colore non era così brillante come quello che si otteneva da Rubia tinctorum.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova
JAUZEIN P. Flore des champs cultivés, INRA, Paris. 1995
Guida pratica ai fiori spontanei in Italia, Selezione dal Reader's Digest, Milano, 1993
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7222

res herbis

Silene latifolia Poir.

Famiglia - *Caryophyllaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Silene latifoglia
English: White Campion
Deutsch: Weiße Lichtnelke
Español: Colleja
Français: Compagnon Blanc

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: aprile - settembre

Descrizione:
Pianta bienne o perenne, erbacea, con pubescenza appressata, radice fittonante, fusti eretti, ramificati, villosi alla base e vischioso-glandulosi all'apice; altezza 30 - 80 cm.
Le foglie sono ellittico-lanceolate con apice acuminato, percorse da 3 venature, sono opposte, picciolate le basali, sessili le cauline, spesso glabrescenti, hanno margine intero, sovente sono accompagnate all'ascella da un fascetto di foglie bratteali.
Le infiorescenze sono rade a dicasio e i fiori unisessuali: i maschili con calice tubolare-campanulato con 10 venature longitudinali, quelli femminili con calice tubolare-ovoidale rigonfio a 1/2 della lunghezza e contratto a all'apice, percorso da 20 venature longitudinali; entrambi i fiori hanno calice bruno rossastro, peloso, con denti acuti, spesso acuminati e lunghi 2/3 del tubo.
La corolla è formata da 5 petali glabri, biancastri spesso soffusi di rosa, bilobati su 1/2 lunghezza; stami inclusi, gli stili del fiore femminile sono 5.
I frutti sono capsule coniche con 10 denti che alla deiscenza si presentano più o meno patenti o revoluti e che contengono molti semi reniformi, grigio-marroni, con tubercoli e facce e dorso convessi.

Habitat:
Pianta comune nitrofila e sinantropa, infestante delle colture, vegeta nei ruderi e negli incolti, nei campi, negli orti, lungo le strade e nei pressi di letamai. Dalla pianura sino al piano montano 0 - 1.900 m s.l.m.

Etimologia:

- *Silene*: genere dedicato a “Σειληνός” “Seilenós”, Sileno (in latino Silenus), mitico padre adottivo e compagno di Bacco, perennemente ebbro con il ventre gonfio, proprio come il calice di questi fiori, rappresentato in forma umana, ma talvolta con orecchie, coda e persino zoccoli da cavallo e vestito di schiuma: forse allusione alla secrezione vischiosa che copre molte specie, oppure dal greco "sialon" = saliva che si riferisce alla vischiosità di alcune piante appartenenti a questo genere e al fatto che spesso hanno il fusto coperto da secrezioni simili alla saliva;
- *latifolia*: da “latus” - largo, esteso e da “fólium” - foglia: con foglie larghe.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità commestibile
Anche se non si parla di tossicità, in questa pianta sono presenti saponine, quindi attenzione alla quantità!
Le giovani foglie possono essere impiegate per preparare zuppe, oppure si possono consumare bollite e saltate in padella.
L'intera pianta viene utilizzata nella preparazione della “minestrella”, zuppa antica e poverissima composta da 27 erbe che viene solitamente accompagnata da focaccette di granoturco.
La radice della pianta può essere impiegata, previa bollitura, come sostituto del sapone.

Curiosità:
In alcune zone dell'Inghilterra, a causa dell'ampia diffusione nelle zone cimiteriali, questo fiore viene chiamato "Flower of the Dead " fiore dei morti.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
JAUZEIN P., 1995. Flore des champs cultivés, INRA, Paris
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7280

Silene vulgaris (Moench) Garcke

Famiglia - *Caryophyllaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Silene rigonfia, Bubbolini, Strigoli
English: Bladder campion, Maidenstears
Deutsch: Taubenkropf-Leimkraut
Español: Colleja
Français: Silène enflé, Silène commun, Claquet

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: febbraio – agosto

Descrizione:
Piccola pianta (alta fino a 60–70 cm; massimo 100 cm) perenne e glabra. Possiede una struttura radicale rizomatosa a base lignificata e diverse radici (e radichette) secondarie da rizoma. Il fusto ha un aspetto erbaceo ma ascendente ed eretto. Può essere glabro o leggermente pubescente. Nella parte alta il fusto è in qualche caso vischioso. Le foglie sono del tipo ovate o lineari – lanceolate (non molto strette). Il colore è verde con riflessi bluastri (ma in altre varietà verde – cenere). Le foglie basali hanno un piccolo picciolo e formano una rosetta; le foglie cauline sono sessili a disposizione opposta nei nodi lungo il fusto. L'infiorescenza è di tipo lasso a pannocchia con fiori penduli su peduncoli flessuosi lunghi 5 – 15 mm.
In particolare l'infiorescenza viene definita come bipara, ossia i fiori crescono da ambo i lati rispetto al fiore apicale con 3 – 9 fiori totali. I fiori sono ermafroditi e pentameri. Il frutto è una capsula globoso–piriforme col calice persistente e con una corona di denti (in numero di 6) apicali. La capsula alla fruttificazione è lunga tre volte il carpoforo (piccolo peduncolo basale che sostiene la capsula). Il frutto è del tipo deiscente nella parte alta con molti semi.

Habitat:
È possibile trovarla nei prati, arbusteti, boschi radi e margini dei sentieri. La pianta è sinantropa e nitrofila, è frequente quindi la sua presenza in zone ruderali ricche di azoto, o anche nei prati fertili concimati e antropizzati. In alcuni casi può essere considerata erba infestante. Distribuzione altitudinale: da 0 a 2000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Silene*: genere dedicato a “Σειληνός” “Seilenós” - Sileno (in latino Silenus), mitico padre adottivo e compagno di Bacco, rappresentato in forma umana, ma talvolta con orecchie, coda e persino zoccoli da cavallo e vestito di schiuma: forse allusione alla secrezione vischiosa che copre molte specie;
- *vulgaris*: da “vúlgus” - volgo: molto comune, ordinario per la grande diffusione, banale.

Areale:

La pianta è presente in Europa, Asia, Africa settentrionale e America meridionale.

Distribuzione in Italia:

Comune in tutto il territorio.

Protezione:

Entità protetta in Friuli-Venezia Giulia.

Utilizzi:

Molto ricercata in gastronomia, fra le migliori erbe commestibili, ma solo prima della fioritura, poi le foglie basali diventano troppo coriacee. Si mangiano sia crude, sia cotte (come gli spinaci), in risotti, minestre, ripieni, ravioli e frittate: hanno un sapore dolce e delicato.

Curiosità:

A Galeata, nell'Appennino forlivese, si tiene ogni anno una tradizionale *Sagra dello stridolo*, dedicata ai piatti tipici cucinati con la silene. Nel forlivese, infatti, quest'erba, è chiamata “stridolo”, a causa del caratteristico rumore che produce allo sfregamento, percepito come uno stridio.

Bibliografia:

PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7330
https://it.wikipedia.org/wiki/Silene_vulgaris

res herbis

Sonchus oleraceus L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J. Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Grespino comune, Crespigno degli orti
Deutsch: Gemüse, Gänsedistel
English: Common sowthistle
Español: Cerrajón
Français: Laiteron maraîcher

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: febbraio - ottobre

Descrizione:
Pianta erbacea annuale o biennale alta fino ad 1 m, con una robusta radice fittonante provvista di fusti eretti, ramosi dal basso, glabri, spesso rosso-violacei e cavi internamente.
Le foglie basali picciolate, riunite dapprima in rosetta, sono molli, opache, di forma molto variabile da lanceolate a roncinate, a triangolari, lamina a contorno più o meno spatolato grossolanamente lobate o incise, quelle del caule più ridotte, sono sessili, amplessicauli con orecchiette talvolta acute alla sommità e spesso con nervatura rossastra.
Infiorescenza in capolini di ca 2-2,5 cm di Ø, in forma corimbiforme rada, spesso densamente fioccosi, con involucro piriforme e squame lanceolate e glabre.
I fiori tutti ligulati di un giallo intenso al centro, presentano spesso ligule più chiare esternamente, che si dischiudono di primo mattino e con l'intensificarsi del sole si richiudono dopo poche ore insofferenti al caldo.
I frutti sono acheni con 4-5 coste longitudinali più o meno marcate e sottili rughe trasversali, lungamente assottigliati all'apice, con pappi sessili.

Habitat:
Pianta comune in tutto il territorio, che si trova in alcune regioni anche tutto l'anno, ad esclusione dei mesi più freddi. Cresce in prossimità di coltivi, nei terreni ruderali, nelle vigne, lungo i cigli delle strade, in mezzo alle aiuole spartitraffico, è presente anche nei centri abitati tra le fessure dei marciapiedi o accanto a vecchi muri. Pianta che vive su diversi tipi di suoli, ma sopratutto in quelli disturbati. (Da 0 a 1700 m).

Etimologia:

- *Sonchus*: da “sonchus”, nome di una sorta di lattuga in Plinio o dal greco = molle, spugnoso, per la caratteristica del fusto fistoloso e debole;
- *oleraceus*: dal latino “ólus óleris” - ortaggio e dall'aggettivo sufisso per nomi “aceus” = simile a: simile a verdura da orto, utilizzato come verdura.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità commestibile
Ottima pianta commestibile, allo stato giovanile, cruda in insalata, mista ad altre erbe di campo, oppure lessata, usata quale contorno, condita con olio e limone o passata in padella.
Questa pianta veniva impiegata in erboristeria per le sue proprietà depurative, diuretiche, epatodetossicanti e sopratutto per la sua azione coleretica (stimolante la bile), ma oggi quasi completamente trascurata.
La radice si usava, una volta tostata, quale miscellanea per il caffè

Curiosità:
Pianta conosciuta fin dall'antichità, Plinio il Vecchio infatti ci tramanda che Teseo prima di inoltrarsi nel labirinto per uccidere il Minotauro si nutrì con un bel piatto di grespino comune.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
LAUBER K. e WAGNER G., 2001. Flora Helvetica, Berna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
POLETTI A., 1996. Fiori e Piante Medicinali.Quart
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7417

Sorbus domestica L.

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Sorbo domestico, Sorbo comune
Deutsch: Speierling
English: Sorb tree
Español: Serbal común
Français: Cormier, Sorbier domestique

Forma biologica:
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).

Antesi: marzo – maggio

Descrizione:
Albero di media grandezza ma rispetto a S. aucuparia, può raggiungere dimensioni maggiori, 15-25 (30) m di altezza e fino a 90 cm di diametro è anche molto più longevo potendo tranquillamente arrivare a 400 fino a 600 anni.
Ha fogliame deciduo piuttosto rado, di colore verde chiaro; chioma sub-globosa più o meno regolare; fusto eretto fittamente ramificato; corteccia che nelle piante giovani è bruno-ocracea, negli individui adulti è bruno scura incisa, desquamante, opaca e rugosa. I rametti giovani sono grigiastri e pubescenti e perdono la tomentosità da adulti; le gemme sono sono lunghe 1-1,5 cm, appuntite, verdastre, glabre e vischiose.
Le foglie sono alterne, composte, imparipennate, lunghe sino a 20 cm, formate da 6 - 10 paia di foglioline ovate o lanceolate, sessili, arrotondate alla base, intere nel terzo inferiore, poi con margine acutamente dentato ad apice acuto, lunghe sino a 6 cm e fogliolina terminale + piccola; la pagina superiore glaucescente, quella inferiore pubescente.
I fiori ermafroditi e numerosi, sono riuniti in corimbi ramosi e tomentosi, sono portati da peduncoli prima tomentosi, poi glabrescenti; il calice è costituito da 5 lacinie tringolari, acute; la corolla ha 5 petali bianchi, 5 stili connati alla base e circa 20 stami.
I frutti riuniti in gruppo 1 - 5 sullo stesso peduncolo, sono pomi subglobosi o piriformi di 2 - 4 cm, prima di colore giallo-rossastro, punteggiati, a maturazione divengono bruni; la polpa è verdognola, con endocarpo membranaceo e semi scuri. I frutti sono eduli, ma non al momento della raccolta, al pari delle Nespole; se ammezziti diventano dolci e profumati con polpa farinosa e molle.

Habitat:
Vive sempre sporadico su substrati calcarei di diversa natura, da sciolti e grossolani fino ad argillosi e si associa molto bene con Cerro e Olmo campestre in suoli argilloso-compatti pur non sopportando ristagni.
Il suo optimum però si trova nei querceti a roverella, dal livello del mare sino a 800 m di quota.

Etimologia:

- *Sorbus*: da “sorbus” nome del sorbo domestico in Plinio e Columella, derivato da “sórbeo” - sorbire, forse riferimento al frutto maturo e molle da cui sorbire il succo fermentato;
- *domestica*: di casa, nostrano oppure specie addomesticata.

Areale: Sorbus domestica è specie termofila e xerofila con areale eurimediterraneo che dalla Spagna orientale comprende la Francia meridionale, l'Italia, la penisola balcanica fino in Crimea; più a sud si trova in Anatolia e alcune zone dell'Africa settentrionale.

Distribuzione in Italia:
Nel nostro territorio è presente sporadica in quasi tutte le regioni (assente in Valle d’Aosta); pare che nell'Italia settentrionale sia di dubbio indigenato ma inselvatichito probabilmente ancora prima della diffusione dell'impero romano in quanto conosciuto ed apprezzato anche dai Celti.

Protezione:
Entità protetta in Molise e Veneto.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Uso forestale
I frutti sono ricchi di acido tartarico, citrico, sorbico e malico, pectina, tannino, vitamina C, saccarosio e sorbitolo.
Il sorbitolo è uno stabilizzante, dolcificante a basso contenuto calorico, agente per lievitazione (E420); può essere usato anche dai diabetici in quanto durante la digestione si trasforma in fruttosio. Proprio per queste caratteristiche è contenuto in molti prodotti da forno e pasticceria e nelle gomme da masticare senza zucchero.
La polpa dei frutti che ha proprietà astringenti, antiinfiammatorie, lenitive, diuretiche, detergenti, rinfrescanti e tonificanti è impiegata tradizionalmente nel trattamento della diarrea e per la preparazione di prodotti di bellezza adatti per pelli grasse ed impure.
In alcune località del Piemonte, in tempi passati, la farina di sorbe era impiegata come succedaneo della farina ed era unita alla pasta del pane durante i periodi di carestia.
Nell'Europa centrale, con i frutti fermentati e con il grano, si otteneva una bevanda simile al sidro che i romani chiamavano cerevisia.
Presso i romani l'uso dei frutti del Sorbus domestica è ampiamente documentato, varie sono le citazioni, anche in ricette; i celti invece li consideravano cibo per gli dei e amuleti contro i fulmini e i malefici.
I frutti possono essere impiegati nella preparazione di marmellate, sidro e liquori distillati. Fatti macerare nello zucchero e quindi distillati, offrono uno squisito liquore simile a quello prodotto degli altri sorbi.
Il Sorbo è una pianta tintoria: gli estratti della corteccia, molto ricca di tannini, possono essere impiegati nella concia delle pelli.
Il legno, come in tutte le Rosacee è molto pregiato, rosso bruno, ad alburno più chiaro, duro compatto ed elastico, pregiato per la produzione di strumenti musicali e rifiniture di pregio e per la caratteristica di essere resistente all'attrito; è adatto alla lavorazione al tornio, era infatti usato per la realizzazione delle viti dei torchi e nella realizzazione di attrezzi rurali e casalinghi.
Purtroppo è difficile reperire tronchi di misura commerciale ma, quando questa viene raggiunta, alle aste, spunta prezzi molto elevati, simili al S. torminalis ed al Pero.
I frutti sono molto ricercati dalla fauna selvatica e particolarmente apprezzati dagli uccelli.
Sorbolo è un comune in provincia di Parma e la toponomastica ufficiale concorda nel vedere l'origine del nome come fitonimo, derivante dal latino, Sorbus, il nome dell'albero da frutto, col suffisso derivante dal latino-ulus; a indicare che la specie era diffusa in quel luogo già in tempi antichi.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
AGRADI A., REGONDI S., ROTTI G., 2005. Conoscere le piante medicinali. Mediservice, Cologno Monzese (MI).
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7431

res herbis

Sorbus torminalis (L.) Crantz

Famiglia - *Rosaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Sorbo torminale, Baccarello, Ciavardello
Deutsch: Elsebeere
English: Wild service tree, Checkertree
Español: Sorbo silvestre, Mostajo de perucos
Français: Alisier torminal

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: marzo – maggio

Descrizione:
Albero alto sino a 15 - 20 m, ma più spesso alberello o arbusto di 1 - 7 m, con fogliame deciduo, rami bruno-grigiastri, lucidi ed un poco angolosi, chioma globosa, irregolare, densa, appiattita; tronco eretto a volte policormico, rami ascendenti; corteccia grigio-brunastra e liscia negli esemplari giovani e cosparsa di lenticelle chiare ed ellittiche, poi rugosa e irregolarmente screpolata e fessurata in quelli più vecchi.
Le foglie sono alterne, lungamente picciolate e ornate da stipole lineari, peloso-ghiandolose; lunghe 10 - 12 cm, la lamina ovato-lobata subcordata alla base, presenta 3 - 4 paia di lobi profondi ed acuti, irregolarmente dentati ai margini e lobo centrale acuminato peloso da giovane; la pagina superiore verde brillante, quella inferiore più chiara entrambe glabre in età, con 3 - 5 paia di nervature secondarie rilevate, volgenti al rosso sanguigno in autunno.
I fiori portati da peduncoli tomentosi, sono ermafroditi, profumati, riuniti in corimbi radi, ramosi, eretti; hanno calice peloso con 5 lacinie triangolari caduche; la corolla è costituita da 5 petali bianco crema obovati e senza unghia; numerosi stami lunghi come i petali, antere gialle, 2 stili connati sin quasi a metà.
I frutti sono dei piccoli pomi ovoidali, dal sapore acidulo, di colore rossastro, poi bruno ruggine punteggiati di lenticelle; l'endocarpo è membranoso con 4 semi trigoni rosso-bruni.

Habitat:
Boschi decidui di rovere, carpino bianco, cerrete e boschi di transizione con la foresta mediterranea sempreverde, arbusteti; predilige esposizioni soleggiate e terreni acidi o sub-acidi, argillosi, profondi, ma si adatta bene anche a substrati calcarei e sassosi, non sopporta l'ombra; generalmente fra 300 - 800 m, ma anche dal piano sino a 1.000 m s.l.m. È specie pioniera nella colonizzazione delle aree degradate.

Etimologia:

- *Sorbus*: da "sorbus" nome del sorbo domestico in Plinio e Columella, derivato da "sórbeo" - sorbire, forse riferimento al frutto maturo e molle da cui sorbire il succo fermentato;
- *torminalis*: da "tormína" - colica: in grado di lenire le coliche; in passato i frutti venivano impiegati nel trattamento delle coliti.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Protezione:
Entità protetta in Veneto.

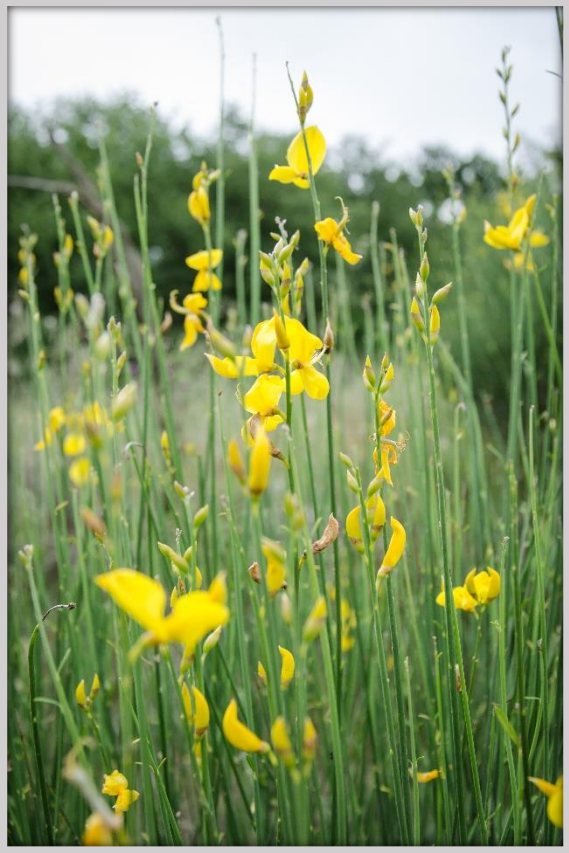
Utilizzi:
Entità commestibile
Uso forestale
Ha un buon contenuto in vitamina C ed in passato era impiegato nel trattamento della colite.
Con i frutti maturi si possono confezionare marmellate e sciroppi.
Dopo una scrupolosa fermentazione dei frutti, è possibile ricavare un ottimo distillato, prodotto che è anche commercializzato ad un prezzo esorbitante.
Anche se scarsamente considerato, il valore del legno di Ciavardello è paragonabile a quello del Noce: Il legno è molto omogeneo e compatto. di colore rosso-bruno con alburno più chiaro. In passato S. torminalis veniva coltivato e utilizzato per lavori di ebanisteria e di falegnameria fine: viti, denti di ruote, righe, utensili, ecc.; oggi è probabilmente poco commerciato perchè scarsamente disponibile.
Con le cortecce si tingevano in rosso e bruno le pelli.
Per la bellezza della fioritura primaverile e per il colore delle foglie che in autunno diviene rosso brillante, è attualmente utilizzato a scopo ornamentale.
I piccoli frutti, rimangono sulla pianta sino ad inverno inoltrato e sono particolarmente appetiti dagli uccelli; per questo motivo S. torminalis così come S. aucuparia è spesso piantato presso gli appostamenti fissi di caccia, ed utilizzato per attrarre l'avifauna migratoria.

Curiosità:
Gli antichi Celti con i frutti producevano acquavite e birra.
Pianta non allergenica.

Bibliografia:
BANFI E. CONSOLINO F. 2008. Alberi. Istituto Geografico De Agostini Novara
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7437

Spartium junceum L.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*



Nomi volgari:
Italiano: Ginestra comune, Ginestra odorosa
Deutsch: Pfriemenginster
English: Spanish Broom
Español: Retama de olor
Français: Genêt d'Espagne

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.

Tipo corologico:
Euri-Medit. - Entità con areale centrato sulle coste mediterranee, ma con prolungamenti verso nord e verso est (area della Vite).
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: aprile - luglio

Descrizione:
Pianta arbustiva, alta 50-200 (400) cm, con fusto eretto o ascendente, cilindrico, fibroso, tenace, cavo, di colore verde, molto ramificato e con numerosi getti nuovi alla base.
Le foglie sono semplici, sessili o brevemente picciolate, rade e distanziate sul caule, lineari-lanceolate, lunghe 1-3 cm, con margine intero, glabre, di colore verde scuro, sericee nella pagina inferiore, presto caduche tanto che sono quasi scomparse alla fioritura.
I fiori profumati, ermafroditi, papilionacei, raccolti in racemi apicali lassi, portati da brevi peduncoli obconici, con brattee e bratteole anch'esse caduche, sono di un bel colore colore giallo vivo, hanno il calice lungo 4 mm, membranoso, persistente, quasi interamente saldato e diviso con un taglio obliquo fino alla base in un solo labbro terminante con 5 piccoli denti.
Corolla glabra di 2 – 2,5 cm, costituita da un vessillo eretto, arrotondato con apice mucronato, più lungo delle ali ovate o ellittiche, libere poste ai lati e in basso da due petali liberi ma aderenti (carena) con apice cuspidato-ricurvo.
Androceo monadelfo con antere basifisse che si alternano con quelle dorsifisse; ovario supero con un solo stimma, laterale, introrso, lineare-ellittico e stilo glabro, arcuato all'apice
Il frutto è un legume falciforme, oblungo, eretto, sericeo, compresso, verde e vellutato poi glabro e nerastro alla marurazione, quando deisce con una torsione ed espelle lontano i suoi 10-18 semi bruni, lucenti e velenosi.

Habitat:
Luoghi aridi, radure, terreni pesanti preferibilmente di natura calcarea, ma da pianta pioniera, si adatta in ogni tipo di terreno, vegeta dal piano fino a 600 sulle Alpi, ma raggiunge 1.400 sugli Appennini e i 2.000 m sull'Etna.

Etimologia:

- *Spartium*: da “spártum” - sparto, diverse piante utilizzate per realizzare cordami, reti stuoie e altri lavori d'intreccio (dal greco “σπάρτον” “spárton” - fune, corda, gomena);
- *junceum*: da “Juncus”: simile al giunco, giunchiforme e dall’aggettivo latino di “junceus” = giunchiforme, che ricorda il verbo “juncere” = congiungere, per la somiglianza con il giunco, che per il suo stelo flessibile come quello della ginestra, serve per legare.

Distribuzione in Italia:
Comune in tutto il territorio.

Protezione:
Entità protetta in Veneto.

Utilizzi:
Entità tossica
Dal fusto di questa pianta si ricava una fibra tessile per la produzione di corde, ma anche di tessuti per indumenti ai quali si è fatto ricorso durante l’ultima guerra.
Viene utilizzata, grazie al suo apparato radicale, per consolidare scarpate e terreni franosi, soprattuto lungo le strade ferrate e le autostrade.
Pianta mellifera dalla quale si ricava un miele molto pregiato.
La ginestra comune contiene soprattutto nel fiore e nei semi un alcaloide, la citisina che in piccole dosi ha effetti diuretici e purgativi, ma considerata la sua alta tossicità non deve essere ingerito.

Curiosità:
La pianta nonostante la precoce caducità delle sue foglie, è in grado di continuare la funzione clorofilliana con i suoi rami verdi e fotosintetici, strategia posta in atto da numerose piante xerofile atta a conservare l'acqua nei climi secchi.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
ANSALDI M., MEDDA E., PLASTINO S., 1994. I fiori delle Apuane, Mauro Baroni & c. s.a.s., Viareggio
LANZARA P., 1997. Piante medicinali, Orsa Maggiore Editrice, Torriana (RN)
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7452

Stellaria media (L.) Vill.

Famiglia - *Caryophyllaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Centocchio comune, Stellaria comune, Paperina, Budellina
Deutsch: Gewöhnliche Vogelmiere
English: Chickweed
Español: Capiquí, Pamplina, Hierba gallinera
Français: Stellaire intermédiaire, Mouron blanc, Morgeline

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.
T rept - Terofite reptanti. Piante annue con fusti striscianti sul terreno.

Tipo corologico:
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
Pianta erbacea annua o bienne con fusti prostrato-ascendenti, ramificati sin dalla base e radicanti ai nodi alti 10-40 cm, verdognoli o in parte rossastri, con (1) 2 linee di peli o a volte glabri.
Foglie opposte, patenti le inferiori ovate o ovato arrotondate, acuminate, intere, normalmente glabre, con picciolo della stessa lunghezza, le superiori simili, sessili, ma più grandi. Brattee fiorali erbacee, progressivamente ridotte.
Fiori numerosi, piccoli raccolti in un'infiorescenza cima a dicasio terminale, lassa, portati da pedicelli, eretti, con peli patenti che si allungano alla fruttificazione (4-6 volte il calice) e si riflettono verso il basso.
Calice con 5 sepali lanceolati, ottusi, patenti e pelosi all'esterno di lunghi 3 -4 mm
Petali bianchi lunghi 1/3-2/3 dei sepali, profondamente bipartiti.
Stami 5 poco più corti dei petali, filamenti filiformi bianchi con antere rotondeggianti, dorsifisse, viola-rossicce.
Ovario uniloculare, ottuso e verdognolo, stili 3 eretti, bianchi.
Capsula piriforme più lunga del calice persistente (2,5 mm)
Semi reniformi, bruno rossicci, ricoperti da tubercoli arrotondati

Habitat:
Erba antropofila, commensale delle colture, che cresce rigogliosa ed invasiva nei campi, giardini, margini strade, luoghi umidi, discariche, dal piano fino a 1600 (2.500) m.

Etimologia:

- *Stellaria*: da stella: per i fiori che in piena antesi sono a forma di stella;
- *media*: dall'aggettivo “medius” - medio, intermedio: epiteto pubblicato da Linneo senza spiegazioni, secondo alcuni studiosi perché questa pianta avrebbe caratteristiche intermedie rispetto alle altre specie congeneri.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità tossica
Contiene tannino, sali, saponine e vitamine che le conferiscono proprietà diuretiche, lassative, diaforetiche ed espettoranti.
Viene utilizzata anche per uso esterno come lenitiva e rinfrescante contro eczemi, pruriti, ulcere, mentre come alimento è cucinata insieme ad altre erbe commestibili nella preparazione di zuppe e ripieni o contorni (si consiglia di consumare soltanto i getti giovani e le parti apicali e di non eccedere in quantità tenuto conto del contenuto di saponine).
Le foglie e i semi sono graditi agli uccelli (da cui i nomi volgari di erba passerina, Mordigallinae, mouron des oiseaux)

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
FIORI A., 1923-1929. Nuova flora analitica d'Italia, Firenze, Tipografia M. Ricci
PARLATORE F., 1858. Flora Italiana, Le Monnier, Firenze
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7525

Taraxacum sect. Taraxacum F.H. Wigg.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J.Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Tarassaco comune, Dente di leone, Piscia cane, Piscialetto, Soffione
Deutsch: Löwenzahn
English: Dandelion, Common dandelion
Español: Diente de león, Achicoria amarga
Français: Dent de Lion

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Cosmop. - In tutte le zone del mondo, senza lacune importanti.

Antesi: tutto l'anno

Descrizione:
È una pianta erbacea e perenne, di altezza compresa tra 10 e 30 cm. Presenta una grossa radice a fittone dalla quale si sviluppa, a livello del suolo, una rosetta basale di foglie munite di gambi corti e sotterranei.
Le foglie sono semplici, oblunghe, lanceolate e lobate, con margine dentato (da qui il nome di dente di leone) e prive di stipole.
Il fusto, che si evolve in seguito dalle foglie, è uno scapo cavo, glabro e lattiginoso, portante all'apice un'infiorescenza giallo-dorata, detta capolino. Il capolino è formato da due file di brattee membranose, piegate all'indietro e con funzione di calice, racchiudenti il ricettacolo, sul quale sono inseriti centinaia di fiorellini, detti flosculi.
Ogni fiore è ermafrodita e di forma ligulata, cioè la corolla presenta una porzione inferiore tubolosa dalla quale si estende un prolungamento nastriforme (ligula) composto dai petali. Da ogni fiore si sviluppa un achenio, frutto secco indeiscente, privo di endosperma e provvisto del caratteristico pappo: un ciuffo di peli bianchi, originatosi dal calice modificato, che, agendo come un paracadute, agevola col vento la dispersione del seme, quando questo si stacca dal capolino.

Habitat:
Il tarassaco cresce spontaneamente nelle zone di pianura fino a un'altitudine di 2000 m e in alcuni casi con carattere infestante. È una pianta tipica del clima temperato e, anche se per crescere non ha bisogno di terreni e di esposizioni particolari, predilige maggiormente un suolo sciolto e gli spazi aperti, soleggiati o a mezzombra. In Italia cresce dovunque e lo si può trovare facilmente nei prati, negli incolti, lungo i sentieri e ai bordi delle strade.

Etimologia:

- *Taraxacum*: secondo alcuni autori dal greco “τάραχος” “tárachos” - disordine e da “ἄκος” “ácos” - rimedio, nel senso di rimedio per ogni male; secondo Calflora, nome medioevale derivato attraverso l'arabo dall'antico persiano “talkh chakok” che significa erba amara.

Distribuzione in Italia:
Si può trovare, al nord, dalla costa fino a circa 1000 m s.l.m. nei versanti meridionali, è diffuso in tutta la penisola e nelle isole, in Sicilia si può trovare fino a 1600 m s.l.m. Si trova spesso in siepi e partecipa al mantello dei boschi; un tempo veniva usato come tutore vivo della vite.

Protezione:
Entità protetta in Friuli-Venezia Giulia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
La pianta fresca di *Taraxacum officinale* contiene oltre alla cellulosa una serie di sostanze bioattive.
La foglia contiene particolarmente: derivati di acido taraxinico (sesquiterpenlactone)
triterpeni e steroidi; flavonoidi (glicosidi dell'apigenina e luteolina); vitamine (B1, B2, C, E). La radice è particolarmente ricca di: sesquiterpenlactoni; acido taraxinico e taraxacolide; triterpeni e steroidi; taraxacosidi; acido linolico e linoleico.
Il tarassaco viene usato sia dalla cucina sia dalla farmacopea popolare. La terapia a base di foglie o radici di tarassaco è chiamata "tarassacoterapia".
È una pianta di rilevante interesse in apicoltura, che fornisce alle api sia polline sia nettare, se ne può ricavare un ottimo miele monoflorale, che cristallizza abbastanza velocemente.
Il tarassaco è usato per preparare un'insalata primaverile, sia da solo che con altre verdure. In Piemonte è tradizione consumarlo con uova sode durante le scampagnate di Pasquetta. In Liguria è utilizzato insieme ad altre erbe per il ripieno dei pansoti.
Anche i petali dei fiori possono contribuire a dare sapore e colore a insalate miste. I boccioli sono apprezzabili se preparati sott'olio; sotto aceto possono sostituire i capperi. I fiori si possono preparare in pastella e quindi friggere. Le tenere rosette basali si possono consumare sia lessate e quindi condite con olio extravergine di oliva, sia saltate in padella con aglio (o ancor meglio con aglio orsino). In Carnia le stesse rosette basali vengono consumate crude, condite con guanciale soffritto con pochissimo olio e "spento" a fine cottura con abbondante aceto.
I fiori vengono inoltre utilizzati per la preparazione dello sciroppo (o gelatina) di tarassaco.
Con le radici tostate di tarassaco si può preparare il caffè di tarassaco, un surrogato del caffè che ne mantiene in certa misura il gusto e le proprietà digestive, in modo simile al caffè d'orzo e al caffè di cicoria.
In orticoltura si coltivano diverse varietà mutate, da consumare come insalata e verdura.
In medicina popolare il tarassaco viene usato per diverse indicazioni e composizioni con altri fitorimedi come: epatico/biliare; antireumatico spasmolitico, anaflogistico, diuretico;antidiscratico.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7656
https://it.wikipedia.org/wiki/Taraxacum_officinale

res herbis

Thymus longicaulis C. Presl

Famiglia - *Lamiaceae Martinov*

Nomi volgari:
Italiano: Timo a fusti allungati
Deutsch: Langstängeliger Thymian
English: Creeping Thyme
Español: Serpol
Français: Thym à longues tiges

Forma biologica:
Ch rept - Camefite reptanti. Piante con gemme perennanti poste a non più di 20 cm dal suolo e con portamento strisciante.

Tipo corologico:
S-Europ. - Europa meridionale.

Antesi: marzo - agosto

Descrizione:
Le radici sono fascicolate e secondarie a partire dai nodi. Sono presenti inoltre dei fittoni legnosi e contorti.
La parte aerea del fusto è repente (strisciante) e legnosa. Il fusto è tetragono, con una sezione subquadrangolare, a causa della presenza di fasci di collenchima posti nei quattro vertici. La superficie è ricoperta da peli deflessi (piegati verso il basso) lunghi 0,3 mm. Il tipo di copertura è "anfitrica", ossia i peli si trovano solamente sulle facce opposte, alternate ad ogni internodo.
Le foglie, subsessili, lungo il fusto sono disposte in modo opposto (in genere a 2 a 2) e ogni coppia successiva è disposta ad angolo retto rispetto alla sottostante. La forma della lamina varia da strettamente ellittica a lineare-spatolata. La proporzione fra larghezza/lunghezza varia da 1:4 a 1:5. La superficie superiore è glabra, quella inferiore è percorsa da nervi deboli (sono poco rilevanti è più o meno verdastri) appena anastomosati. Le foglie inferiori sono riunite in fascetti alla base dei rami (4 - 6 paia di foglie inserite su 6 – 8 mm di fusto), le altre sono progressivamente ingrandite verso l'apice. Non sono presenti stipole.
Le infiorescenze sono formate da alcuni fiori raccolti in verticilli spicati eretti a forma da sferica a ovoide (le infiorescenze si trovano nella porzione superiore dei fusti). I verticilli sono terminali o (nel caso di infiorescenze allungate) ascellari distribuiti lungo il fusto più o meno spaziati. Le brattee dell'infiorescenza sono simili alle foglie.
I fiori lunghi 4 – 6 mm sono ermafroditi, zigomorfi. Il frutto è uno schizocarpo composto da 4 nucule (tetrachenio) secche, con forme da ovoidi a oblunghe, con superficie liscia e glabra. La posizione è all'interno del calice persistente. L'endosperma è scarso o assente.

Habitat:
L'habitat tipico sono i prati aridi e sassosi, ma anche gli affioramenti rocciosi, i muri e i ripari sotto roccia. Il substrato preferito è calcareo ma anche siliceo con pH neutro, bassi valori nutrizionali del terreno che deve essere arido. Arriva fino ai 1600 m slm.

Etimologia:

- *Thymus*: dal greco “θὺμον” “thýmon” - timo; pianta profumata utilizzata come incenso nei sacrifici.
- *longicaulis*: da “longus” - lungo e da “caulis” - gambo, fusto: dal gambo lungo.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia tranne che in Liguria, Piemonte, Lombardia, Valle d’Aosta, Trentino-Alto Adige e Sardegna.

Utilizzi:
Le specie di timo sono largamente usate come spezia e hanno diverse proprietà terapeutiche.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7786
https://it.wikipedia.org/wiki/Thymus_longicaulis
http://dryades.units.it/ampezzosauris/index.php?procedure=taxon_page&id=4622&num=998

Trifolium campestre Schreb.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Trifoglio campestre
Deutsch: Feld-Klee
English: Hop trefoil
Español: Trébol amarillo
Français: Trèfle champêtre

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: marzo – agosto

Descrizione:
Pianta annua, erbacea, con fusti esili, eretti o ascendenti, talvolta ramificati alla base, pubescenti, portanti 1 - 2 capolini. Altezza 5 - 20 cm.
Le foglie spaziate con 2 stipole lanceolate, sono alterne, trifogliate, ellittiche, brevemente picciolate le laterali, la mediana ha picciolo più lungo, il margine superiore lievemente dentellato, stipole prive di orecchiette alla base.
Infiorescenze in piccoli capolini ovati, laterali, ricchi di fiori 20 - 30, portati da peduncoli ascellari, calice con 5 denti, i 2 superiori piú lunghi, gli altri 3 piú brevi. Vessillo ripiegato all'ingiù solo verso l'apice, con nervature marcate a margine denticolato. Corolla prima gialla, dopo l'antesi, bruno rossiccia.
I frutti sono piccoli legumi detti camare, indeiscenti, inclusi nel calice con 1 solo seme liscio, giallastro, di circa 1 mm.

Habitat:
Presente al bordo dei campi, negli incolti aridi, generalmente fra 0 - 800 m, raramente sino a 2.000 m s.l.m.

Etimologia:

- *Trifolium*: dal prefisso "tri-" - tre e da "fólium" - foglia: per le foglie composte da tre foglioline;
- *campestre*: da "campus" - luogo piano, campo: che cresce nei campi.

Distribuzione in Italia:
Comune in tutto il territorio.

Utilizzi:
Entità officinale e buona mellifera.
Pianta diuretica.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7879

Trifolium medium L.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Trifoglio medio
Deutsch: Mittlerer Klee
English: Zigzag clover
Español: Trébol
Français: Trèfle flexueux, Trèfle intermédiaire, Trèfle moyen

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Eurosiber. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Eurasia.

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta di 20-40 cm, con una radice secondaria da rizoma, e un fusto epigeo: eretto, zigzagante con rami patenti. Le foglie sono composte, trifogliate, picciolate, le stipole sono saldate al picciolo solo alla base; i 3 segmenti lanceolato-ellittici arrotondati (8-20 x 40-60 mm), con nervature laterali raggiungenti il margine, che è quindi dentellato. L'infiorescenza è un capolino terminale sferico, con un diametro di 2-3 cm, brevemente peduncolato. Il fiore è ermafrodita, dialipetalo zigomorfo, piccolo (1,2-2 cm) con 5 petali rosso-carminio. Il frutto è un legume con asse allungato, più o meno avvolto dal calice, liscio.

Habitat:
Cresce in prati magri e negli orli di boschi mesofili decidui, su suoli argillosi subacidi, profondi e umiferi, con optimum dalla fascia submediterranea a quella montana inferiore (arriva fino ai 1800 m di altitudine).

Etimologia:

- *Trifolium*: dal prefisso “tri-“ - tre e da “fólium” - foglia: per le foglie composte da tre foglioline;
- *medium*: dall'aggettivo “medius” - medio, intermedio: epiteto pubblicato da Linneo senza spiegazioni, secondo alcuni studiosi perché questa pianta avrebbe caratteristiche intermedie rispetto alle altre specie congeneri.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia eccetto le isole.

Utilizzi:
Nessun utilizzo noto

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=7903
http://dryades.units.it/euganei/index.php?procedure=taxon_page&id=2671&num=2393
http://mitel.dimi.uniud.it/flora/scheda.php?id=930

Trigonella alba (Medik.) Coulot & Rabaute

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Meliloto bianco
Deutsch: Weißer Steinklee
English: Bokhara clover, White melilot
Español: Trébol de olor blanco, meliloto blanco
Français: Mélilot blanc

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: giugno - settembre

Descrizione:
Pianta annua o bienne, con fusti eretti, glabri, angolosi, molto ramosi dal forte odore di cumarina; altezza 50 - 120 cm.
Le foglie sono picciolate, trifogliate, lanceolate con margine finemente seghettato, stipole lesiniformi.
Le infiorescenze sono racemi ascellari, ricchi di piccoli fiori di colore bianco-crema.
I frutti sono legumi, detti camare, ovoidi, glabri, a maturità neri, con nervature regolarmente reticolate. Contiene 1-2 semi ovoidi e lisci.

Habitat:
Negli incolti, negli ambienti ruderali e umidi, nei campi e nei prati, lungo i sentieri e lungo le rive dei corsi d'acqua; 0 - 1.200 m s.l.m.

res herbis

Etimologia:

- *Trigonella*: dal greco “τρίγωνος” “trígonos” - triangolare: per le foglie composte da tre foglioline;
- *alba*: da “albus” - bianco: riferito al colore dei fiori.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia.

Utilizzi:
Entità officinale
Entità mellifera
Costituenti principali: glucosidi cumarinici, olio etereo, amido, azoto, resine, saponine.
Ha proprietà risolutive, antisettiche, emollienti, sedative ed antispasmodiche.
E’ stato impiegato sin da tempi antichi, come collirio.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma
BOWN. D., 1995. Encyclopaedia of Herbs and their Uses. Dorling Kindersley, London.
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5038

res herbis

Trigonella officinalis (L.) Coulot & Rabaute

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Meliloto comune
Deutsch: Gebräuchlicher Honigklee
English: Yellow sweetclover
Español: Trébol dulce, trébol de olor amarillo, meliloto amarillo
Français: Mélilot officinal

Forma biologica:
H bienn - Emicriptofite bienni. Piante a ciclo biennale con gemme poste a livello del terreno.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Europ. - Areale europeo.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta erbacea bienne, alta 50-150 cm, con una radice a fittone e con fusti ramosissimi, solcati, fistolosi, prostrati o ascendenti.
Foglie alterne, picciolate e trifogliate, con segmenti ellittico-allungati (fino a 10-25 mm nelle foglie superiori), irregolarmente seghettati ai margini e con il segmento centrale maggiore con rachide più o meno allungata; stipole lesiniformi, intere.
Infiorescenza disposta in racemo (4-10 cm) peduncolato, più lungo della foglia ascellante, con 30-70 fiori penduli ed odorosi.
Calice campanulato, più breve di 1/2 della corolla, con 5 denti lineari e subeguali.
Corolla zigomorfa di 4,5-6(7) mm, gialla, tipicamente papilionacea, con ali più o meno uguali al vessillo e più lunghe della carena.
Il frutto è un minuscolo legume indeiscente, detto camara, pendulo e apiculato, ovale (2,5-3,5 mm), glabro e bruno chiaro a maturità, con nervatura trasversalmente reticolato-sinuata, contenente 1-2 semi ovoidi e lisci.

Habitat:
Macerie, campi incolti, bordi stradali, da 0 a 1500 m s.l.m.

Etimologia:

- *Trigonella*: dal greco "τρίγωνος" "trígonos" - triangolare: per le foglie composte da tre foglioline;
- *officinalis*: da "offícina" - laboratorio medioevale: piante usabili in farmaceutica, erboristeria, liquoristica, profumeria e simili.

Distribuzione in Italia:
Diffuso in tutta Italia ad eccezione della Sicilia.

Utilizzi:
Entità commestibile e officinale.
Trigonella officinalis (e le specie congeneri, come per es. Tr. alba e Tr. altissima) contiene al 0,9 % di derivati cumarinici che si sviluppano maggiormente durante l'essiccazione e conferiscono alla pianta un gradevole odore di fieno.
Queste sostanze sono responsabili dell'attività sedativa e antispasmodica che viene sfruttata per conciliare il sonno, calmare l'irritazione nervosa e le nevralgie, il mal di testa e i disturbi intestinali e normalizzare i processi digestivi.
Nella medicina popolare il meliloto è anche utilizzato come diuretico e come balsamico espettorante.
Le preparazioni di meliloto vanno usate con cautela e senza abusi essendo la cumarina lievemente tossica.
Viene impiegato anche come tarmicida e come additivo aromatico per certe qualità di tabacco e per dare sapore a certi formaggi. Inoltre le foglie giovani vengono consumate in insalata.
Per uso esterno viene impiegato come decongestionante, astringente, blando sedativo dei disturbi infiammatori della pelle e delle mucose. Gli infusi di meliloto sono stati utilizzati soprattutto per il trattamento decongestionante delle palpepre, della bocca, del naso, della gola, e per lavare, in caso di urgente necessità, piccole ferite, abrasioni, foruncoli, pustolette.
I meliloti sono inoltre delle ottime piante mellifere che attirano api ed altri insetti e vengono spesso coltivati come foraggere per migliorare i terreni impoveriti di azoto.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
JAUZEIN P. 1995. Flore des champs cultivés, INRA, Paris.
ZANGHERI P., 1976. Flora italica I-II, CEDAM, Padova.
BONI U., PATRI G., 1979. Le erbe medicinali aromatiche e cosmetiche, Fabbri Editori, Milano
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=5046

Tussilago farfara L.

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J. Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Tossilaggine comune, Farfaro, Farfara, Farfugio, Paparacchio
Deutsch: Huflattich
English: Coltsfoot
Español: Tusilago, fárfara, Uña de caballo
Français: Tussilage, Pas-d'âne

Forma biologica:
G rhiz - Geofite rizomatose. Piante con un particolare fusto sotterraneo, detto rizoma, che ogni anno emette radici e fusti avventizi.

Tipo corologico:
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.
Paleotemp. - Eurasiatiche in senso lato, che ricompaiono anche nel Nordafrica.

Antesi: dicembre - aprile

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, che spesso forma delle estese colonie, alta da 8 a 30 cm.
Dal rizoma orizzontale, biancastro e assai fragile si elevano piccoli scapi biancastri, non ramificati, che portano foglioline appressate, ridotte a squame di colore verde-arrossato, all' apice del fusto è posto su un involucro cilindrico un unico capolino di colore giallo vivo, di 2-3 cm, avvolto da squame involucrali lineari in una sola serie e composto da fiori maschili e tubulosi al centro e femminili ligulati periferici, che si chiudono di notte, generalmente inclinati verso terra si raddrizzano mano a mano che i fusti si allungano per fruttificare.
Le foglie basali compaiono dopo la fioritura con l'appassimento del fusto e la morte dei fiori, sono di taglia variabile ed in estate continuano il loro accrescimento, sono ben sviluppate e raggruppate in dense rosette, sono portate da piccioli lunghi quanto o molto di più della lamina, che è ovale, o più o meno esagonale con base cuoriforme, margine sinuato-angoloso, irregolarmente dentato (denti a punta nera), verdi, lisce e glabrescenti nel lembo superiore e bianco-cotonose in quello sottostante.
I frutti sono cipsele subcilindriche di 3-5 mm, con 5 coste e con pappo setoso e biancastro di peli in una sola fila, di 8-12 mm; nascono dopo una germinazione che si conclude in appena due giorni.

Habitat:
Colonizza rapidamente i terreni nudi, umidi, marnosi e rivoltati da poco, la si incontra sui bordi delle strade, su dune di sabbia e scarpate argillose dal piano fino a 2.400 m.

Etimologia:

- *Tussilago*: da “tússis” - tosse e dal greco “λαγαίω” “lagaío” - rilascio: che allevia gli accessi di tosse;
- *farfara*: da “farfarus” - tossilaggine, pianta citata da Plauto e Plinio, questo forse da Fàrfaro (oggi Farfa), fiume della Sabina affluente del Tevere.

Distribuzione in Italia:
Comune in tutto il territorio.

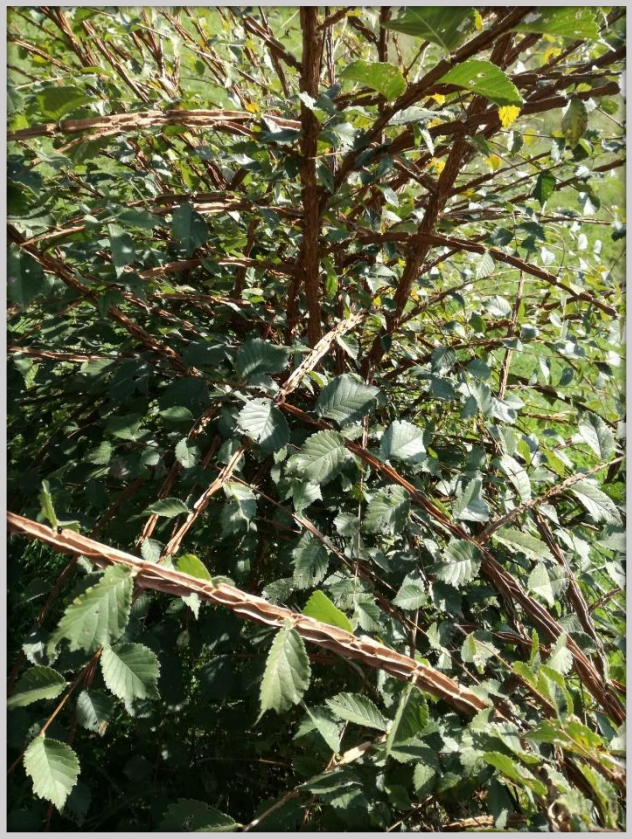
Utilizzi:
Entità officinale
È una delle piante officinali più apprezzate nella cura della tosse e nelle affezioni della pelle. ha proprietà espettoranti, astringenti, emollienti, lenitive e trova impiego nei casi di raffreddore, influenze, laringiti, tracheiti e bronchiti.
Per uso esterno il decotto di foglie è indicato per pediluvi in caso di iperidrosi e sotto forma di impacchi, nelle scottature, nelle piaghe, nelle distorsioni, aggiunto all'acqua del bagno, serve come lenitivo in caso di orticaria o di pruriti.
Per la bellezza lo stesso decotto, applicato sul viso o sul collo, sotto forma di compresse, distende le rughe.
In cucina, le foglie fresche, secondo la tradizione, possono essere utilizzate nelle insalate.

Curiosità:
Con le foglie disseccate e mescolate al tabacco, venivano preparate durante l’ultima guerra delle sigarette antiasmatiche, consumate in mancanza di prodotti migliori, da molti incalliti fumatori.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8031

Ulmus minor Mill.

Famiglia - *Ulmaceae Mirb.*



Nomi volgari:
Italiano: Olmo comune, Olmo campestre
Deutsch: Feld-Ulme
English: Field elm
Español: Olmo común
Français: Orme champêtre

Forma biologica:
P caesp - Fanerofite cespugliose. Piante legnose con portamento cespuglioso.
P scap - Fanerofite arboree. Piante legnose con portamento arboreo.

Tipo corologico:
Europ.-Caucas. - Europa e Caucaso.

Antesi: gennaio - marzo

Descrizione:
Latifoglia nobile dei nostri boschi, che viene comunemente inteso come Olmo campestre.
L'epiteto specifico "minor", fa riferimento al fatto di avere sempre foglie minori dell'Olmo montano.
È un albero di prima grandezza che in condizioni ottimali può raggiungere i 30-(40) m di altezza e un diametro del tronco di 1,5-2 m., in casi eccezionali i 45m di altezza e 3 m di diametro; molto spesso, in condizioni difficili, nei cedui e a causa di malattie, mostra un portamento arbustivo o come piccolo albero, nell'ambito di macchie formate da numerosi polloni radicali dato la grande capacità pollonifera della specie.
Albero molto vigoroso e longevo, (400-500 anni) da giovane gli accrescimenti annuali possono essere veramente eccezionali, ma si mantengono buoni fino ad età avanzata.
Il fusto è normalmente dritto o leggermente sinuoso ha una corteccia inizialmente liscia e grigia con lenticelle orizzontali, che diviene man mano più spessa e si forma un ritidoma regolare con stretti solchi longitudinali più o meno suberosa di colore bruno scuro.
Il Fiori, distingueva una varietà "suberosa" (Moench), che evidenzia, già da giovane pianta, sia sul tronco sia sui rametti una corteccia spessa e suberosa. Questa entità non è stata più riconosciuta come valida, ma come una variabilità intraspecifica.
Ha crescita simpodiale di tipo monocasio, i rami principali sono ascendenti e slanciati e con l'età i rametti terminali diventano penduli; i macroblasti dell'anno sono sottili e normalmente glabri con lenticelle, le foglie sono portate in maniera distica (in modo alterno-opposto su uno stesso piano), anche i rametti laterali sono distici e acrotoni, (cioè i più lunghi sono quelli distali). I brachiblasti hanno di norma una pubescenza ghiandolare di colore bruno.
Le gemme a legno sono piccole, ovoidi e brune nerastre, pluriperulate, cigliate e divergenti dal rametto; le gemme a fiore sono di forma globosa.
Le gemme vegetative hanno dormienza accentuata, mentre le gemme a fiore sono molto precoci (marzo) e perciò soggette ai danni da gelate tardive.
Foglie semplici alterne decidue, a lamina ovata, obovata o anche subellittica, con margine doppiamente dentato; alla fogliazione si presentano con due lunghe stipole presto caduche, la forma e le dimensioni sono molto variabili, sia tra pianta e pianta, ma anche sulla stessa pianta e sugli stessi rami; le foglie apicali sono sempre di dimensioni maggiori.

Il picciolo è lungo 05-1,5 cm, mentre la lamina molto asimmetrica è variamente cuneata alla base e ad apice acuto di lunghezza da 3 a 11 cm con 7-12 paia di nervature secondarie.
La pagina superiore è verde scuro e può essere liscia e più o meno lucida o scabra e opaca e con radi peli, mentre la pagina inferiore è opaca più chiara ed anche pelosa lungo le nervature.
I fiori, sono ermafroditi, numerosi monoclamidati, disposti a glomeruli ascellari, di colore rosso porpora, particolarmente le antere, compaiono prima della fogliazione da fine febbraio a tutto marzo, l'impollinazione è anemofila.
Il frutto è una samara alata con corto peduncolo, compressa di 1,5-2 cm subrotonda a base cuneata con una marginatura che quasi raggiunge il seme che è più in alto del centro della samara.
La maturazione avviene in maggio ed è quasi sempre abbondante, ma la percentuale di semi vani è molto elevata; i semi sono di tipo recalcitrante, perciò germinano subito; le modalità di conservazione sono simili a O. montano.
il legno è di tipo a porosità anulare con grossi vasi visibili ad occhio nudo; è discolore con alburno chiaro, bianco-giallastro e duramen rosso bruno e venato a tessitura media fine e raggi parenchimatici visibili.
È un legno pregiato, il più ricercato tra gli olmi, facile da lavorare e tenace, è impiegato spesso in marineria per la sua durabilità se sommerso. Veniva però, usato principalmente in ebanisteria fine, per mobili e pavimenti, per la sua bellezza, specialmente se marezzato; purtroppo la grafiosi ha reso di difficile reperimento, tronchi di diametro utili per le lavorazioni. È un buon combustibile.
L'apparato radicale è inizialmente di tipo fittonante e rimane tale per una decina di anni, poi robuste radici laterali da superficiali a mediamente profonde, sostituiscono il fittone e hanno tendenza ad anastomizzarsi (innestarsi) con radici di olmi adiacenti, questo fatto è una delle cause più importanti della diffusione della grafiosi nei consorzi forestali, ma soprattutto nelle siepi e filari.
L'Olmo del gruppo del campestre, emette numerosi polloni radicali e se ceduato ricaccia vigorosamente dalla ceppaia e numerosi rami epicormici.

Habitat:
Specie molto plastica, allo stato spontaneo lo possiamo trovare nei boschi xerofili a Roverella e in tutto l'orizzonte delle latifoglie eliofile, dal Lauretum sottozona fredda, fino a tutto il Castanetum.
Negli Orno-ostrieti, con Leccio e Cerro, si trova sempre in modo sporadico, forse, potrebbe essere dovuto anche ad una azione antropica selettiva-negativa per il pregio del suo legname.
Al Nord-Italia la sua naturale diffusione è nei boschi planiziali (Querco-carpineti planiziali) su suoli compatti, argillosi; si ritiene che questa specie sia addirittura pioniera su questo tipo di suoli.
L'O. campestre si propaga bene sia per seme sia per polloni radicali e le varietà ornamentali invece, normalmente per talea o innesto; è stato molto usato anche per alberature stradali e come tutore della vite e perciò si trova facilmente nelle siepi ai bordi dei campi coltivati che se abbandonati colonizza velocemente.

Etimologia:

- *Ulmus*: connesso con la radice sanscrita al crescere;
- *minor*: comparativo di "párvus": minore, più piccolo rispetto ad altre specie congeneri, riferito alle dimensioni delle foglie, che in questa specie sono sempre più piccole di quelle dell'Olmo montano.

Areale:

Ulmus minor è specie con areale centroeuropeo e meridionale e perciò in Europa si trova dalla penisola Iberica alla Gran Bretagna alle coste del Mar Baltico, in Russia arriva al Volga e a sud al Caucaso, compreso la Turchia e parte del Nord Africa.
Si ritiene, che in Nord Africa e forse anche in Gran Bretagna sia stato introdotto per la sua importanza economica.

Distribuzione in Italia:

In Italia si trova in tutte le regioni comprese le isole, dal piano basale fino a 1000 m slm.

Utilizzi:

Entità officinale
Uso forestale
Si usa la corteccia mediana le foglie, galle delle foglie, tagliare la corteccia a striscie arrotolate ed essicare all'ombra.
Contiene mucillagine, tannino, silice, potassio, con proprietà astringenti, cicatrizzanti, depurative, toniche e sudorifere.

Bibliografia:

GELLINI R. e GROSSONI P. 1997"Botanica forestale" I e II, Cedam
PIGNATTI S. 1982"Flora d'Italia" Edagricole 1982
FERRARI M. e MEDICI D. 2003"Alberi e arbusti in Italia" Edagricole 2003
AUTORI VARI "Monti e boschi" Edagricole
UBALDI D. 2003 "Flora, fitocenosi e ambiente" Clueb
ABRAMO E. e MICHELUTTI G. 1998"Guida ai suoli forestali" Regione F.V.G. D.R.F.
PIROLA A. 1999 "Elementi di fitosociologia" Clueb
Del FAVERO R. e POLDINI L. 1998 "La vegetazione forestale e la selvicoltura nella regione Friuli.V.G." Regione F.V.G., D.R.F.
STERGULC F. e FRIGIMELICA G."Insetti e funghi dannosi ai nostri boschi nel Friuli.V.G." Regione F.V.G., D.R.F.e P.
BLASI C., BOITANI L., La POSTA L., MANES F., MARCHETTI M. 2005"Stato della biodiversità in Italia" Ministero dell'Ambiente della Tutela del Territorio, D.P.N. e S.B.I, Palombi
SCOPPOLA A.e BLASI C.,2005,"Stato delle conoscenze sulla Flora Vascolare d'Italia" Ministero dell'Ambiente della Tutela del Territorio, DPN e Dip. Agrobiologia e Agrochimica Università degli Studi della Tuscia, Palombi
CONTI F., ABBATE Giovanna, ALLESSANDRINI A., BLASI C. 2005"An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora" Ministero dell'Ambiente della Tutela del Territorio, D.P.N. e Dip. di Biologia Vegetale, UBALDI D. 2003 "la vegetazione boschiva d'Italia" Clueb
BERNETTI G.e PADULA M. 1984 "Le latifoglie nobili nei nostri boschi" Quaderni di Monti e Boschi, Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8042

Umbilicus rupestris (Salisb.) Dandy

Famiglia - *Crassulaceae J.St.-Hil.*

Nomi volgari:
Italiano: Ombelico di Venere comune, Ombelico di Venere rupestre
Deutsch: Echter Venusnabel
English: Rock navelwort
Español: Ombligo de Venus, Acerón
Français: Nombril de Vénus, Ombilic des rochers

Forma biologica:
G bulb - Geofite bulbose. Piante il cui organo perennante è un bulbo da cui, ogni anno, nascono fiori e foglie.

Tipo corologico:
Medit.-Atl.(Euri-) - Coste atlantiche e mediterranee, ma con ampie penetrazioni nell'entroterra.
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: febbraio – giugno

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, ermafrodita, glabra alta 10-60 cm con rizoma tuberoso, subgloboso e fusto eretto, cilindrico, generalmente non ramificato.
Foglie intere, carnose, alterne: le basali sostenute al centro da un lungo picciolo (4-20 cm), hanno la lamina orbicolare, concava al centro, e con margini crenati; le cauline poco numerose, decrescono verso l'alto e variano nella forma da subspatolate a lanceolate e cuneiformi con margine dentato e talvolta lineari.
Infiorescenza a racemo semplice terminale che occupa la gran parte del fusto (da 1/2 a 3/4), generalmente unilaterale, con bratte lineari uguali o più lunghe dei peduncoli.
I fiori penduli, lunghi fino a 1 cm, portati da peduncoli di 3-9 mm, hanno il calice a 5 lobi ovati e subacuti saldati alla base, corolla bianco-verdastra o paglierina, a volte soffusa di rosa, tubolare o sub-campanulata con lacinie triangolari-ovate e mucronate, saldate in un tubo 4 volte più lungo; stami 10 saldati al tubo corollino, ovario supero con 5 carpelli liberi ed un unico stilo corto.
Il frutto è un folliceto composto da 5 follicoli, con numerosi piccoli semi ovoidi o ellittici, di colore bruno scuro.

Habitat:
Vegeta su litosuoli preferibilmente silicei, umidi, ombrosi e freschi costituiti da muri e fessure di rocce dal piano fino a 1200 m.

Etimologia:

- *Umbilicus*: da “umbilicus” - ombelico: per la forma delle foglie depresse centralmente, ombelicate;
- *rupestris*: da “rupes” - rupe, roccia: delle rocce.

Distribuzione in Italia:
Presente in tutte le regioni escluse la Valle d’Aosta e il Friuli-Venezia Giulia.

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
Le foglie delle piante giovani oltre ad essere buone commestibili, erano considerate in passato come diuretiche e rinfrescanti ed anche utilizzate, dopo esser state ridotte in poltiglia, per lenire lievi ustioni e scottature della pelle.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982"Flora d'Italia" Edagricole
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8048

res herbis

Urtica dioica L.

Famiglia - *Urticaceae Juss.*

Nomi volgari:
Italiano: Ortica comune
Deutsch: Große Brennnessel
English: Stinging nettle
Español: Ortiga mayor
Français: Grande ortie

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: aprile - novembre

Descrizione:
Pianta erbacea perenne alta 30 – 120 cm, di aspetto ruvido e colore verde carico.
Dai suoi lunghi rizomi stoloniferi, ramificati e striscianti poco al di sotto della superficie, si ergono numerosi fusti robusti, eretti e striati a sezione ottusamente quadrata, di colore rossastro o giallastro, generalmente non ramificati, ricoperti di peli urticanti.
Le foglie, con 4 stipole libere spesso più lunghe di 3 mm e pubescenti su entrambe le facce, sono opposte, portate da un picciolo più corto del lembo fogliare (non arriva alla sua metà), assai più lunghe che larghe, misurano in genere più di 5 cm, hanno lamina da ovato-lanceolata a lanceolata-lineare in alto, con base cuoriforme ed apice ristretto in un dente acuto, il margine grossolanamente dentato col dente terminale più lungo di quelli adiacenti, la superfice rugosa cosparsa di corti peli semplici mescolati a peli lunghi e rigidi, urticanti che spezzandosi, al minimo contatto, secernono un liquido irritante, cistoliti dell'epidermide fogliare più o meno allungati.
Pianta dioica (porta cioè i fiori unisessuali su piante diverse) ha infiorescenze a racemi semplici o ramificati, in verticilli posti all'ascella delle foglie superiori, penduli o ricurvi nelle piante femminili, generalmente patenti in quelle maschili più corte ma sempre più lunghe del relativo picciolo, generalmente oltrepassano i 2 cm. (5 cm alla fruttificazione).
I piccoli fiori raggruppati in glomeruli, giallo-verdastri o rossastri, i maschili con 4 tepali irsuto-pubescenti che racchiudono i 4 stami ricurvi all'interno del bottone fiorale, ma che all'antesi si aprono in maniera elastica proiettando all'esterno nuvolette di polline; quelli femminili ineguali hanno i 2 tepali interni accrescenti alla fruttificazione, interamente pubescenti molto più grandi degli esterni, gli stimmi arrossati all'apice.
Il frutto è un diclesio ovoide-ellittico, di colore marrone-olivastro, munito di un ciuffo di peli all'apice, racchiuso nei tepali accresciuti.
Pianta dioica ma, anche se raramente, è possibile incontrare piante monoiche ed anche con fiori maschili o femminili mescolati con fiori ermafroditi sulla stessa pianta.

Habitat:
Incolti, boschi, aree antropizzate, bordo strada, luoghi a mezz'ombra su terreni ricchi di nitrati, dal piano fino a 1.800 (2.300) m di altitudine. Difficile trovarla nei coltivi mal sopportando la lavorazione del terreno dove è facile incontrare Urtica urens L.

res herbis

Etimologia:

- *Urtica*: da "urere" - bruciare, infiammare: riferimento al bruciore causato dal contatto con i peli urticanti che iniettano, acetilcolina, istamina e serotonina;
- *dioica*: dal greco "δις" "dis" - due volte e "οικια oikía" - abitazione: dioico, perchè fiori maschili e femminili sono portati da piante diverse.

Distribuzione in Italia:
Comune in tutto il territorio.

Protezione:
Entità protetta in Friuli-Venezia Giulia

Utilizzi:
Entità commestibile
Entità officinale
I suoi principi attivi quali acido formico, istamina, vitamine A, C e K, sali minerali conferiscono alla pianta numerose proprietà molte delle quali riconosciute sin dall'antichità. Viene considerata pianta antiasmatica, ipoglicemica, antiforfora, galattogoga, emostatica, astringente, diuretica, tonica ed è utilizzata da industrie farmaceutiche e cosmetiche.
I suoi fiori sono utili per combattere l'iperplasia benigna della prostata, favorendo l'eliminazione dei liquidi dal rene e coadiuvano a lenire i disturbi della minzione, riducendo i residui nelle vie urinarie.
Le sue foglie sono da tempo utilizzate per il trattamento della pelle seborroica e in lozioni e shampoo contro la perdita di capelli, vengono impiegate anche per lenire dolori reumatici e da traumi.
Le sue lunghe fibre filate già nel Medioevo, danno un particolare tessuto resistente, simile alla canapa.
Dalle foglie e dalle radici si ricavano coloranti usati anche per medicinali, cosmetici, prodotti igienici e liquori.
La pianta fatta macerare in acqua per 12 ore da un liquido, non tossico, con effetti antiparassitari, da spruzzare sulle piante infestate dagli afidi.
È una ottima pianta da foraggio ed infine oltre che per usi medicinali e cosmetici viene utilizzata in cucina come le altre verdure per preparare, minestre, contorni, e ripieni di eccellente qualità.

Curiosità:
Pianta bioindicatrice dei suoli basici contenenti azoto, potassio e fosforo, ricchi di materie organiche e ossidi di ferro.

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, 3 voll. Edagricole, Bologna
CONTI F., ABBATE G. ALESSANDRINI A. BLASI G., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora, Roma, Palombi editori
BANFI E., CONSOLINO F., 2000. La flora mediterranea, Istituto Geografico De Agostini, Novara
PHILIPPE JAUZEIN, 1995. Flore des champs cultivés, Inra, Paris
FIORI ADRIANO, 1925-1929. Nuova flora analitica d'Italia, Firenze, Tipografia M. Ricci
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8053

Vicia cracca L.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Veccia montanina, Veccia cracca
Deutsch: Vogel-Wicke
English: Tufted vetch, bird vetch, cow vetch
Español: Algarrobilla de monte, arveja silvestre
Français: Vesce craque

Forma biologica:
H scap - Emicriptofite scapose. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Circumbor. - Zone fredde e temperato-fredde dell'Europa, Asia e Nordamerica.
Eurasiat. - Eurasiatiche in senso stretto, dall'Europa al Giappone.

Antesi: aprile - agosto

Descrizione:
Pianta erbacea perenne, rampicante, alta fino a 150 cm, con fusto scandente, striato, glabro o con pochi peli sparsi e radici contenenti noduli per la fissazione dell'azoto.
Foglie spiralate, paripennate, lunghe 5-10 cm, con asse incurvato, composte da 10-24 segmenti fogliari, terminanti in un viticcio ramoso derivato dalla trasformazione dei segmenti fogliari apicali e con stipole verdi, senza nettario scuro, lunghe 4-9 mm e divise in 2 lacinie falciformi intere; segmenti fogliari strettamente lanceolati, larghi 3-6 mm e lunghi 15-25 mm, terminati da un piccolo mucrone.
Fiori disposti in racemi semplici, densi, peduncolati, lunghi circa quanto le foglie, portanti 10-30 fiori, con peduncolo lungo più di uno dei fiori stessi; fiori glabri o subglabri, ermafroditi, zigomorfi, pentameri, pentaciclici, eteroclamidati e diplostemoni, papilionacei, cioè con il petalo superiore più sviluppato degli altri e ripiegato chiamato vessillo, petali laterali liberi, petali. inferiori concresciuti a formare la carena; calice con il tubo di 2,5 mm a fauce obliqua e 5 denti ineguali, non raggiungenti la metà della corolla, gli inferiori più lunghi dei superiori, brevi ma ben sviluppati, il maggiore lungo 2,5-3 mm; corolla di colore variabile, blu-celeste, spesso anche violetta o purpurea, raramente chiara o quasi bianca, nel secco anche giallastra; vessillo lungo 8-12 mm, con lembo largo 4-6 mm e lunghezza circa eguale all'unghia; 10 stami diadelfi (9 saldati insieme ed 1 libero); ovario supero formato da 1 carpello uniloculare; 1 stilo con stimma apicale.
Frutto : legume largo 4-6 mm e lungo 10-25 mm, scurente a maturità, rivestito all'interno da una lanugine biancastra, contenente 2-6 semi con ilo occupante 1/5-1/3 della circonferenza.

Habitat:
Prati e ambienti ruderali, lungo scarpate o siepi dal livello del mare fino a 1800 metri.

Etimologia:

- *Vicia*: dal latino classico “vicia” - veccia (in Plinio, Columella, Virgilio ecc., derivato da “vincire” legare, con riferimento ai viticci), oppure dal greco “βικίον” “bikíon” - veccia, piccolo orciolo; secondo altri il nome del genere deriva deriva dal latino “viere” o “vincire”, legare, in riferimento alla maggior parte delle specie del genere che si avvinghiano tramite i cirri ad un sostegno;
- *cracca*: da “cracca”, nome latino della veccia selvatica in Plinio.

Distribuzione in Italia:
È presente in tutta Italia, esclusa la Siciclia.

Utilizzi:
Entità commestibile
Vicia cracca L. è pianta foraggera e mellifera.
La pianta viene coltivata come foraggio per il bestiame. Le foglie ed i semi sono commestibili e venivano usate in Puglia come ortaggi.

Bibliografia:
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C. (a cura di), 2005. An annotated checklist of the Italian vascular flora, Palombi Editore
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia, Edagricole, Bologna
TUTIN T.G. et al., 1964-1980. Flora Europaea, Cambridge University Press
Flora Iberica
The International Plant Names Index (IPNI)
Index Plantarum Flora Italicae - Indice dei nomi delle specie botaniche presenti in Italia
Galleria della Flora delle Regioni Italiane
BIANCO V.V., 1993, Specie erbacee spontanee eduli della flora pugliese, Istituto Ortobotanico Università degli Studi di Bari, Italia
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8212

Vicia sativa L.

Famiglia - *Fabaceae Lindl.*

Nomi volgari:
Italiano: Veccia dolce, Veccia comune
Deutsch: Futterwicke
English: Common vetch, Garden vetch, Tare
Español: Veza, Alverja
Français: Vesce commune, Vesce cultivée

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
Medit. - Mediterraneo.
Subcosmop. - In quasi tutte le zone del mondo, ma con lacune importanti: un continente, una zona climatica,...

Antesi: febbraio - giugno

Descrizione:
Pianta erbacea annuale di 1-8 dm. I fusti sono ascendenti, con peli appressati. Le foglie sono composte, con 10-14/16 segmenti obcuneati o lineari, un cirro ramoso e stipole con chiazza scura, le foglioline appaiono lanceolate. I fiori isolati o a gruppi di 2-4 all'ascella delle foglie, posseggono petali di colorazione fucsia, purpureo-violacea, con simmetria zigomorfa. Il frutto è un legume, lineare-oblungo, compresso, pubescente, bruno-nero, con 4-9 semi leggermente compressi, lisci, di colore bruno-scuro o nerastri a maturazione, misurano 4-5 mm.

Habitat:
Tipica pianta delle zone temperate, si trova negli incolti o nei prati della zona mediterranea.
Si rinviene sporadicamente nella fascia esterna degli stagni temporanei sardi a contatto con pascoli. Arriva fino ai 1500 m di altitudine.

Etimologia:

- *Vicia*: dal latino classico “vicia” - veccia (in Plinio, Columella, Virgilio ecc., derivato da “vincire” - legare, con riferimento ai viticci), oppure dal greco “βικίον” “bikíon” - veccia, piccolo orciolo;
- *sativa*: da “satum” (participio passato di “sero” - seminare, piantare) - seminato, piantato: che si semina o pianta, coltivato, domestico.

Distribuzione in Italia:
In italia è molto diffusa, presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Produce un legume i cui semi vengono solitamente consumati dagli uccelli. Viene spesso utilizzata come foraggio e per il sovescio.
Alcune sottospecie sono coltivate sin dal Neolitico per l'alimentazione umana. Il seme, poco digeribile e poco appetitoso, veniva essiccato, macinato e mescolato a farina di cereali per la preparazione del pane; la sottospecie nominale veniva ampiamente coltivata dai Romani come ottima pianta foraggera.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8247
https://it.wikipedia.org/wiki/Vicia_sativa
http://www.liceoariosto.it/erbario4/specie/166/Vicia-sativa-L

Viola alba subsp. dehnhardtii (Ten.) W. Becker

Famiglia - *Violaceae Batsch*

Nomi volgari:
Italiano: Viola di Dehnhardt

Forma biologica:
H ros - Emicriptofite rosulate. Piante perennanti per mezzo di gemme poste a livello del terreno e con foglie disposte in rosetta basale.

Tipo corologico:
Steno-Medit. - Entità mediterranea in senso stretto (con areale limitato alle coste mediterranee: area dell'Olivo).

Antesi: febbraio - aprile

Descrizione:
Pianta di 5-15 cm, con la radice a fittone.
Il fusto ipogeo presenta corti stoloni ipogei; che sono raramente presenti nel fusto epigeo.
Le foglie sono cuoriformi, picciolate in rosetta basale, con lati convessi, sub-glabre, talvolta pubescenti.
Presenta un fiore solitario, zigomorfo, dialipetalo, pentamero di 1,5-2 cm, con petali violetti, l'inferiore prolungato in sperone (nettario) di colore violetto. Il frutto è una capsula loculicida poco pelosa.

Habitat:
È una delle prime piante a fiorire alla fine dell'inverno, ai margini di boschetti disturbati, robinieti, boschi luminosi, radure, su suoli argillosi piuttosto freschi, ricchi in calcio e composti azotati. La specie si trova nella fascia altitudinale dai 200 ai 1400 m slm.

Etimologia:

- *Viola*: dal greco “ἴον” “íon” - viola, dall’antico “ϝἰον” “fíon”, con lo stesso significato;
- *alba*: da “albus” - bianco;
- *dehnhardtii*: in onore di Friedrich Dehnhardt (1787-1870) botanico e architetto del paesaggio (a Napoli e Capodimonte).

Distribuzione in Italia:
Presente in tutta Italia eccetto le regioni Valle d’Aosta, Trentino-Alto Adige e Veneto.

Utilizzi:
Entità officinale.

Bibliografia:
PIGNATTI S. 1982 "Flora d'Italia" Edagricole 1982
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8287
http://dryades.units.it/valerio/index.php?procedure=taxon_page&id=3163&num=1824
http://mitel.dimi.uniud.it/flora/scheda.php?id=1635

Xanthium italicum Moretti

Famiglia - *Asteraceae Bercht. & J. Presl*

Nomi volgari:
Italiano: Nappola italiana, Lappa italiana
Deutsch: Italienische Spitzklette
English: Beach cocklebur
Español: Bardana menor
Français: Lampourde d'Italie

Forma biologica:
T scap - Terofite scapose. Piante annue con asse fiorale allungato, spesso privo di foglie.

Tipo corologico:
S-Europ. - Europa meridionale.

Antesi: luglio - ottobre

Descrizione:
Pianta annua, erbacea, cespugliosa, con lunghe radici fittonananti, fusti pubescenti, eretti o prostrati, a volte rossastri, ramificati sin dalla base; altezza 30 - 120.
Le foglie sono alterne, ruvide e lungamente picciolate, hanno lamina in basso palmato-triloba, in alto romboidali, dentato-crenata sul margine e cuneata alla base, brevi peli su entrambe le pagine che sono percorse da 3 nervature principali.
I capolini ovali, sono raccolti in spighe, l'involucro persistente duro e spinoso, diventerà l'involucro dei frutti. I fiori inclusi nel ricettacolo sono praticamente invisibili; i capolini quelli maschili su peduncoli brevi, quelli femminili biflori avvolti da un involucro ellissoidale, indurito, irto di spine piegate a 90°, le apicali ripiegate a forma d' uncino formanti quasi un semicerchio, le spine a volte non corrispondono a questa descrizione, ci sono frutti completamente diversi e molto variabili.
I frutti uncinati di questa pianta, rappresentano dal punto di vista della germinazione, un particolare unico. Contengono 2 semi, uno sempre più grande che occupa la cavità più profonda e il primo anno fissa le radici dentro la terra, alza il frutto da terra per poi lasciarlo ricadere, questo solo dopo aver messo le cotiledoni. Il secondo anno il seme più piccolo, che occupa la cavità meno profonda e più spessa da forare, germina a sua volta, solleva il frutto da terra per poi lasciarlo ricadere vuoto.

Habitat:
Specie nitrofila, tipica di ambienti ruderali, bordi delle strade, incolti, terreni sabbiosi legata agli accumuli di sostanza organica sulla spiaggia dove è fra le specie che che rappresentano la prima forma di colonizzazione della prima fascia sabbiosa. 0 - 600 m s.l.m.

Etimologia:

- *Xanthium*: dal greco “ξανθός” “xanthós” - giallo, per il colorante giallo presente nella pianta;
- *italicum*: dell'Italia: italico, italiano;
- Il nome comune deriva da "lappa", usato da Virgilio per indicare le piante con frutti che si attaccano alle vesti o al pelo degli animali.

Areale: Il suo areale comprende la maggior parte dell'Europa centrale e meridionale, ad est raggiunge la Vistola e il Don, al nord la Scozia e l'Irlanda, manca nella Fennoscandia, a ovest si rarefà nella penisola Iberica, ma si ritrova nelle zone fresche dell'Africa settentrionale, dell'Anatolia pontica (Mar Nero), raggiunge il Caucaso e i monti dell'Iran.

Distribuzione in Italia:
Specie esotica naturalizzata presente in tutte le regioni.

Utilizzi:
Entità officinale

Bibliografia:
PIGNATTI S., 1982. Flora d'Italia.Edagricole, Bologna.
CONTI F., ABBATE G., ALESSANDRINI A., BLASI C., 2005. An Annotated Checklist of the Italian Vascular Flora. Palombi, Roma.
Willdenowia 33 – 2003-Notulae ad floram euro-mediterraneam pertinentes No. 8
https://www.actaplantarum.org/flora/flora_info.php?id=8380