



**GRUPPO ENTOMOLOGICO
NATURALISTICO
MELDOLESE**

Sede Sociale: Piazza F. Orsini, 12 - 47014 Meldola (FC)

il germoglio

Fotocopiato in proprio - numero unico

Organo Ufficiale G. E. N. M.



Notiziario di Informazione Naturalistica

L'ANTICO ERBARIO

a cura di Luciano Ravaglioli

Borragine

Famiglia : Borraginaceae

Nome comune: borrana

DESCRIZIONE

Pianta: erbacea, raggiunge l'altezza di 60 cm.

Fusto: carnoso, ramificato, coperto di ispidi peli,

Foglie: di forma ovale allungata, con margine ondulato, pelose.

Fiori: di colore blu-violaceo con cinque petali disposti a stella.

Frutti: piccoli semi (acheni) raccolti nel calice del fiore.

DOVE NASCE E COME SI COLTIVA

È diffusa ovunque, dalle zone marine a quelle submontane, spesso in terreni incolti e sassosi e vicino ad antichi ruderi.

Volendo coltivarla, si devono interrare i semi in primavera, e trapiantare le pianticelle che ne spuntano in luogo soleggiato.

PARTI DA UTILIZZARE

Le foglie e i fiori.

QUANDO SI RACCOGLIE

Le foglie in primavera, i fiori appena dischiusi in estate.

COME SI CONSERVA

Sia le foglie che i fiori devono essere essiccati distesi in luogo ombroso; le foglie si conservano in scatole di cartone o sacchetti di tela, i fiori in vasi di vetro al riparo dalla luce.

Si consiglia tuttavia il consumo delle foglie e dei fiori freschi.



SALUTE

Alcune tazzine al giorno di infuso di fiori (1 g in 1 dl d'acqua) prese al bisogno, sono un ottimo calmante della tosse, e attenuano gli stati febbrili. Le foglie e i fiori in infuso (5 g per 1 dl acqua) servono per sciacqui e per impacchi decongestionanti ed emollienti in caso di irritazioni e arrossamenti della bocca e della pelle.

È un ottimo depurativo del sangue, e a questo proposito può essere assunta in infuso ma anche semplicemente mangiata come una gradevole insalata.

CUCINA

Le foglie di borragine si mangiano in insalata, o lessate come gli spinaci, o tritate finemente in aggiunta alle frittate. Le foglie, ben lavate e asciutte, possono essere fritte dopo averle immerse in una pastella di farina, sale, uova e acqua.

Si sfrutta la bellezza del fiore anche per applicazioni decorative: si può congelare in cubetti di ghiaccio per fresche bevande e si può cristallizzare con lo zucchero, per decorare dolci.



STORIA E CURIOSITÀ

La borragine è una pianta originaria del Medio Oriente e in Europa fu introdotta dai Romani. Il suo nome deriva dal latino borra che significava «tessuto di lana ruvida», e le fu forse assegnato poiché tutta la piantina è ricoperta di una peluria ispida.

Altri fanno derivare il nome dall'arabo abu rack che significa «padre del sudore», un termine apparentemente strano, ma calzante se pensiamo a una delle proprietà medicinali della

borragine, quella appunto di provocare la sudorazione.

I Romani e i medici della scuola salernitana, famosa nel Medioevo, la consideravano un ottimo rimedio contro la malinconia.

Nei secoli più recenti, soprattutto in Francia e in Inghilterra, veniva coltivata come uno dei più importanti ortaggi, e se ne traeva una fresca bevanda estiva.

In passato, ma anche del resto attualmente, era considerata una pianta adatta all'apicoltura e se ne piantava un gran numero vicino agli alveari, poiché il suo nettare conferisce al miele un aroma particolarmente gradevole.

Rosa Canina

Famiglia : *Rosaceae*



Nomi comuni: rosa selvatica, rosa di macchia o delle siepi

DESCRIZIONE

Pianta: arbusto cespuglioso, alto fino a 2-3 m.

Fusto: tronco piccolo e robusto da cui si dipartono numerosi rami arcuati e spinosi.

Foglie: divise in cinque, sette o nove foglioline ovali e dal margine dentato.

Fiori: situati all'apice dei rametti, sono composti di cinque petali bianchi o di colore rosa acceso; fioriscono in giugno.

Frutti: in autunno il ricettacolo del fiore, che contiene dei semi pelosi, si ingrossa diventando carnoso e di un bel rosso corallo. Questi falsi frutti, detti impropriamente «coccole» o «bacche», sono chiamati «cinorrodi».

DOVE NASCE E COME SI COLTIVA

Nasce spontanea nei boschi, nelle macchie, lungo le siepi dal mare fino alla zona montana di tutta Europa.

Viene coltivata dal seme dai floricoltori per farne innesti.

PARTI DA UTILIZZARE

Le foglie, i boccioli e i frutti.

QUANDO SI RACCOGLIE

Le foglie si colgono in estate togliendo il picciolo; le coccole in autunno; i fiori appena sbocciati.

COME SI CONSERVA

Le foglie si essiccano all'ombra, le coccole devono essere incise lateralmente se si vogliono togliere i semi e la peluria e si fanno seccare al sole o presso una moderata fonte di calore.

I fiori devono essere essiccati privando i petali della piccola unghia dura alla base.



SALUTE

Sono le coccole la parte più «preziosa» della rosa canina, perché contengono una grande quantità di vitamina C, tanto che in passato si usavano questi frutti per combattere lo scorbuto. Adesso se ne possono ottenere delle bevande vitaminizzanti da prendersi come prevenzione alle fastidiose influenze invernali o come stimolanti delle funzioni renali. Il decotto si ottiene con 4 g di frutti in 1 dl di acqua, mentre a chi piace si consiglia il vino (1 dl) nel quale per dieci giorni si sono fatti macerare 4 g di coccole. Sono soprattutto i semi, contenuti all'interno delle coccole, ad avere proprietà diuretiche.

In casi di disturbi renali è utile il tè preparato con i semi nel modo spiegato nel paragrafo «Cucina».

Dalle foglie si ottengono, invece, degli infusi che sono blandi astringenti intestinali (2 g di foglie in 1 dl acqua).

Per le infiammazioni della gola si può fare un decotto con 10 g di petali di fiori in 2 dl di acqua, che verrà utilizzato per i gargarismi.

Lo stesso preparato, somministrato a gocce, è un ottimo collirio per occhi stanchi e arrossati.

La marmellata di coccole intere, cioè comprendente i semi, è un blando lassativo e può essere indicata per fare espellere dall'intestino dei bambini vari tipi di parassiti (ascaridi).

La peluria dei semi contenuti nei frutti provoca, infatti, lievi irritazioni che ripuliscono l'intestino.

È risultata efficace anche contro i parassiti dei cani

COSMESI



I frutti della rosa canina sono preziosi anche in cosmesi. Se ne ottiene, infatti, una efficace maschera di bellezza che ha sulla pelle un effetto levigante e tonificante. Prepararla è molto semplice: basta lavare e ripulire bene dai semi la polpa delle coccole e frullarla fino ad ottenerne una pasta omogenea e densa da stendere sulla pelle per circa quindici minuti.

CUCINA

Se per la salute le coccole di rosa canina sono un vero toccasana, per i palati più raffinati questi frutti rappresentano una prelibata leccornia con la quale si possono preparare vini, succhi, liquori, marmellate, gelatine e dolci.

Innanzitutto è bene spiegare che alle coccole vanno tolti il picciolo e l'infiorescenza; per estrarne i semi devono essere tagliate a metà e lavate bene.

I semi essiccati possono essere utilizzati per un insolito tè dal sapore di vaniglia con effetti diuretici.

Per prepararlo basta mettere a bagno per una notte in mezzo litro d'acqua due cucchiaini di semi; fare bollire il tutto per mezz'ora e poi filtrare.

Anche con la polpa delle coccole si può preparare un buon tè ricostituente: si mettono per una notte due cucchiaini di coccole seccate e pestate in 250 ml di acqua; si fa poi bollire per quindici minuti e si filtra.

Per il liquore sono necessari mezzo kg di coccole, 750 ml di alcol a 60°, 350 g di zucchero e 200 ml d'acqua. Tagliati a metà i frutti (meglio se molli), si mettono in un vaso di vetro con l'alcol.

Si chiude ermeticamente e si lascia al caldo per cinque settimane. Si filtra poi il preparato, si cuoce con lo zucchero e l'acqua e si versa infine in bottiglie sigillandole.

Per la marmellata servono circa 400 g di polpa di coccole lavate e ripulite dai semi. La polpa deve essere cotta piano fino a che non diventa molle, deve poi essere passata al setaccio e fatta bollire ancora per venti minuti con l'aggiunta di 600 g di zucchero e il succo di un limone.

Ancora calda la si versa nei vasetti che dovranno essere coperti con un panno. Quando la marmellata sarà fredda potranno essere chiusi.



CONSIGLI PER LA CASA

Per la loro delicata fragranza i petali seccati di rosa canina, messi in appositi sacchetti di tela, profumano armadi e cassetti.

Se si ama una fragranza più intensa si mescolino anche i petali di rose di serra. Per profumare un ambiente bisogna preparare, invece, dei vasetti riempiti con strati alternati di petali e di sale e con un cucchiaino di alcol a 90°.

Devono poi essere chiusi ermeticamente e dopo qualche settimana aperti: una deliziosa fragranza si spargerà nell'ambiente.



STORIA E CURIOSITÀ

La rosa canina, fiore di una bellezza semplice e schiva, è il «brutto anatroccolo» della famiglia delle Rosacee: non ha la bellezza sofisticata, la perfezione, l'eleganza del portamento, l'intenso profumo e gli stupendi colori delle rose selezionate che troviamo nei vivai o più comunemente presso i fiorai.

Notevoli sono, però, le sue proprietà salutari e cosmetiche e squisite le ricette preparate con le sue coccole.

In antico si pensava che la sua radice fosse un ottimo rimedio per la rabbia dei cani ed è da questa credenza che la pianta ha assunto il nome di «rosa canina». La parola «cinorrode», invece, con la quale oggi si designa il frutto della rosa, deriva dal termine greco *kynorodon*, con il quale si indicava tutta la pianta e che è composto da *kynós* che significa «cane» e *ródon* che sta per «rosa».

Tra le rose selvatiche va menzionata anche la *Rosa gallica*, nota come «rosa rossa». Si differenzia dalla rosa canina per i fiori più grandi e dal bel colore rosso scuro vellutato, e per il profumo più intenso che viene largamente impiegato nel settore cosmetico.

Comunicazioni: La sede Sociale G.E.N.M. è in
piazza Felice Orsini, 12 - 2° piano - 47014 Meldola (FC)

Info: 3387492760

Sito web: [wwwgenm.it](http://www.genm.it)

E.mail: info@genm.it