



# ERBE SPONTANEE NEL MONFERRATO



Utea - Anno Accademico  
2025/2026  
D.ssa Alice Bosia



# ROVO COMUNE

*Rubus ulmifolius*

Famiglia: Rosaceae



**Pianta perenne sempreverde**, cespugliosa e sarmentosa. Emette tanti polloni, dapprima eretti e di color rosso vinaccia, poi ricadenti, lianosi, lunghi fino a 3 m, verdi a volte pruinosi.

**Fusti:** a sezione pentagonale ricoperti da spine arcuate e aguzze.

**Foglie:** alterne, coriacee, composte, costituite da 3 a 5 elementi ovali o ellittici, spinose nella nervatura centrale (sotto); la pagina superiore è verde scuro, quella inferiore biancastra, con folta peluria, il margine è seghettato.

**Fiori:** pentameri con i petali color rosa (bianchi in specie affini). Infiorescenza a rada pannocchia terminale, con presenza di foglie e aculei sui rametti che portano i fiori. Fioritura tra maggio e luglio.

**Frutti:** comunemente chiamati more, sono composti da drupeole globose riunite, ognuna con un seme all'interno. Inizialmente sono verdi per poi passare al rosso e al nero a maturità (da agosto e fine settembre/ottobre)

# ROVO COMUNE

Rubus ulmifolius

Famiglia: Rosaceae



Ambiente: pianta indigena diffusa in tutta Italia. Comune ai margini dei boschi, nei campi, orti abbandonati, sentieri. Predilige i suoli ricchi di nutrienti e debolmente acidi.

Spesso odiato dagli agricoltori per la sua invasività, il rovo protegge e migliora il suolo, rendendo la coltivazione più facile dopo la sua rimozione.

L'ideale sono il taglio e la trinciatura, eseguiti in estate, arricchendo così il terreno. Le sostanze chimiche principali che lo caratterizzano sono tannini idrolizzabili (polifenoli vegetali complessi, presenti specialmente nelle foglie), acidi organici (acido salicilico, malico, citrico), pectine, zuccheri e vitamine.

Il rovetto è la nursery del bosco: il suo reticolo di spine crea un rifugio ideale per la crescita dei giovani alberi.

Pianta nettarifera da cui si ricava un pregiato miele monoflora, dal colore ambrato e dall'aroma fruttato.

## ROVO COMUNE – Parte 2

### NOTE DI CAMPO

Per distinguere le tantissime specie di rovo tra di loro è stata creata una branca della botanica. Sandro Pignatti nella sua opera Flora d'Italia scrive che in Italia si riconoscono almeno 50 specie.

### NELLA TRADIZIONE

Difesa: la capacità del rovo di svilupparsi con velocità e vigore è stata a lungo sfruttata per realizzare

Rimedio naturale: le lunghe siepi di rovo costituivano una risorsa anche per le loro proprietà sanitarie.

Proprietà tintorie: dalle foglie si ricavano pigmenti per tingere i tessuti così come i frutti venivano usati per

Vita domestica: con i rami privati delle spine si facevano cesti, gabbie per uccelli o essiccatoi.

Leggende: in molte culture il rovo ha un simbolismo negativo. Nell'iconografia rinascimentale è associato al

Esiste una leggenda che ricorda di raccogliere le more al momento giusto: Satana, cacciato da

## ROVO COMUNE– Parte 3

### IN CUCINA

Le more, rinfrescanti e ipocaloriche, sono ottime fresche oppure in preparazioni come marmella. I turioni di rovo (raccolta marzo-aprile) sono giovani germogli da sbollentare in acqua come alter. Mettendo i germogli giovani del rovo in acqua fredda tutta la notte (10-20 cimette per 1 litro) si ot. Le foglioline giovani possono essere aggiunte alla misticanza cotta. Quelle più grandi vanno ess:

### LAMPONE (Rubus idaeus)



# SAMBUCO

*Sambucus nigra*

Famiglia: Adoxaceae



Il sambuco contribuisce alla **biodiversità** offrendo spazio per la nidificazione degli uccelli, riparo ai piccoli invertebrati e foraggio per diverse specie di ungulati. I suoi frutti sono consumati da uccelli e roditori. Ospita la le larve di alcune farfalle e gli insetti impollinatore, comprese le api, visitano i suoi fiori per raccogliere nettare e polline.

Arbusto o piccolo albero deciduo (che perde le foglie) alto fino a 8-10 m, con tronco eretto e molto ramificato fin dalla base e chioma espansa, densa e globosa.

I **rami** presentano un abbondante midollo spugnoso all'interno e sono cosparsi di lenticelle di 1,5-3 mm.

La **corteccia** è grigiastra con fratture longitudinali e solchi profondi.

Le **foglie** sono opposte, imparipennate, con 5-7 segmenti lanceolati a punta acuta. Hanno un colore verde brillante e un odore sgradevole.

## SAMBUCO– Parte 2

Fiorisce da fine aprile a inizio giugno con fiori molto profumati riuniti in infiorescenze ombrellifere. I **frutti** sono piccole drupe globose, prima verdi poi viola-nerastre, lucide e succose a maturità.



## SAMBUCO– Parte 3

### NOTE DI CAMPO

Nel caso del sambuco vanno segnalate con attenzione piante simili perchè sono entrambe toss

EBBIO, SAMBUCELLA (*Sambucus ebulus*, detto sambuco falso)

Pianta erbacea annua dall'odore fetido alta 150 cm. Foglie opposte imparipennate composte da



## SAMBUCO – Parte 4

### CREMESINA (*Phytolacca americana*)

Pianta erbacea perenne di dimensioni imponenti (alta 1-3 m), inodore. Fusto eretto, carnoso, ran  
Tutta la pianta è glabra. Fiori poco vistosi, apetalati, uniti in racemi all'ascella della foglia.  
Con la fruttificazione i racemi diventano penduli, con peduncoli di colore porpora, che portano ba



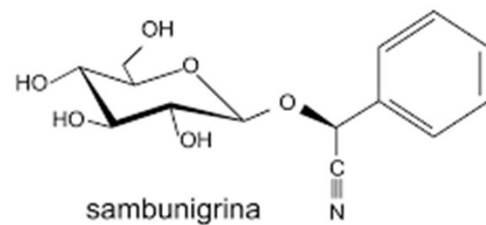
## SAMBUCO– Parte 5

### NOTE DI CAMPO

La principale differenza tra il sambuco vero (*Sambucus nigra*) e il sambuco falso (*Sambucus* €

E' bene ricordare che anche il sambuco vero è in gran parte tossico: tutte le sue parti conteng

Sambuco rosso (*Sambucus racemosa*):ha drupe più piccole e rosse, cresce nelle regioni sette



## SAMBUCO– Parte 6

### NELLA TRADIZIONE

Virtù maghiche: in molte culture veniva considerata una pianta in grado di propiziare (Svezia) u  
Nelle fiabe i maghi di ogni genere costruivano i loro bastoni magici con il legno di sambuco. Ne  
Dai rami del sambuco è facile estrarre il midollo, per questo i rami venivano utilizzati nella fabbri  
L'opera di Mozart Il flauto magico (1791) riporta alla simbologia del sambuco: le fate regalano a  
Sambyke (Grecia): strumento a corde simile ad un'arpa.

Le bacche di sambuco hanno proprietà tintorie e venivano utilizzate per colorare i tessuti, per  
Il sambuco aveva guadagnato il soprannome popolare di „farmacia del Signore“ perchè crescev  
Da queste droghe si ottenevano medicine antipiretiche, antinfiammatorie, analgesiche, cicatrizz

### OGGI – PROPRIETA' SALUSTICHE

Il sambuco (*Sambucus nigra*) è ricco di composti bioattivi, in particolare flavonoidi (come querc

## SAMBUCO– Parte 7

### IN CUCINA

**Fiori:** fritti in pastella, bevande dissetanti e profumate come lo sciroppo di sambuco, bevanda f...  
Le infiorescenze si utilizzano quando sono completamente aperte eliminando per quanto possil

**Bacche:**raccolte a completa maturazione per marmellate, gelatine, succhi, dolci. Si possono ar...  
Il sambuco dà il nome al liquore sambuca: nella sua prerarazione si usano le infiorescenze anc

### RICETTA – SCIROPPO FIORI DI SAMBUCO

Ingredienti:

30 fiori di sambuco

1 litro di acqua

1 kg di zucchero

2 limoni bio

Procedimento:

Portare a bollire l'acqua con lo zucchero in una pentola. Lasciare intiepidire.

Pulire accuratamente i fiori eliminando la base dello stelo e tutte le parti...

Coprire tutto con lo sciroppo, chiudere il vaso, agitare bene e lasciare m...

Filtrare il contenuto del vaso con una garzina e trasferire all'interno di bottiglie di vetro.

Per prolungarne la durata si possono sterilizzare le bottiglie piene facendole bollire per 15 minuti.

Chiuso e al buio si conserva 6 mesi. Una volta aperto va tenuto in frigorifero.

Utilizzo:

Diluito in acqua fresca come bevanda dissetante (1:6)

Cocktail Hugo

Aromatizzante per tisane

Bagna per dolci



acqua fredda

# ROBINIA, falsa acacia, gaggia

*Robinia pseudoacacia*

Famiglia: Fabaceae

Dialetto piemontese: "*Gasija fausa*"



Cespuglio o albero caducifolio alto 2-25 m con chioma ramificata e globosa, tronco eretto un po' irregolare, spesso biforcuto. Ha un sistema radicale espanso, forte, poco profondo e molto stolonifero (viene utilizzata per il consolidamento di scarpate).

La **corteccia** degli esemplari vecchi è rugosa, grigio-bruna invece i rami giovani hanno spine acute e corteccia liscia grigiastra.

Le **foglie** sono verdi, più chiare nella pagina inferiore, glabre, alterne e imparipennate, composte da 11 a 21 foglioline ellittiche di 2-5 cm, con apice arrotondato, picciolettate. Le stipole si trasformano in spine robuste, appiattite lateralmente.

## ROBINIA – parte 2



I **fiori**, dall'intenso profumo dolciastro e mielato, hanno forma papilionacea, tipica di piselli, fagioli e altre piante della sottofamiglia delle Faboideae. Sono riuniti in infiorescenze pendule lunghe 5-20 cm, con corolla bianca che misura 15-20 mm. Fiorisce ad aprile-maggio.

Eccellente pianta mellifera: le api, con il nettare dei suoi fiori, producono un miele monoflora di colore paglierino chiaro, che rimane liquido per anni grazie all'alto contenuto in fruttosio.

I **frutti** sono dei legumi pensuli appiattiti, lunghi fino a 10 cm, glabri, contenenti da 3-10 semi bruno-nerastri. All'inizio i legumi sono di color vinaccia con striature più chiare, poi a ottobre-novembre, maturando, prendono una colorazione marrone-ruggine e rimangono sulla pianta tutto l'inverno.

## ROBINIA E ACACIA - DIFFERENZE

La Robinia, spesso chiamata acacia bianca per la sua somiglianza con le specie del genere, no  
La confusione nasce perché la Robinia (con i suoi fiori bianchi e profumati) è la fonte del comun

Acacia (genere Acacia)

Natura: Genere Acacia, famiglia delle Mimosaceae.

Origine: Africa, Australia, Sud America (tropicale/subtropicale).

Fiori: Gialli, in capolini globosi o spighe, tipiche delle mimose.

Foglie: Bipennate (più ramificate), piccole foglioline.

Spine: Spesso presenti, robuste, alla base delle foglie.

Caratteristiche: Varietà arbustive o arboree, adattate a climi caldi e aridi

In Italia , allo stato spontaneo, sono presenti altre specie di Robinia: robinia ispida (R.hispida), r



## ROBINA – Parte 3

### NELLA TRADIZIONE

Pianta originaria del Nord America, inizialmente apprezzata per il suo legno resistente e utilizzato per la costruzione di navi. Il legno di robinia è un ottimo combustibile dall'alto potere calorifico e brucia anche da fresco gr. In passato da questa pianta si ricavano pigmenti neri, gialli e blu, tinture protettive per il legno. La sua diffusione in Europa avvenne nel XVII secolo quando Jean Robin, erborista di Enrico IV

### IN CUCINA

I fiori di robinia si mangiano sia crudi (macedonie, insalate, come dessert conditi con miele e succo). Si usano per la produzione di acque aromatiche o fermentate come quelle di fiori di sambuco. E

# ROBINIA – parte 4 – piante sosia



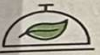
## MAGGIOCIONDOLO (*Laburnum anagyroides*)

Arbusto o albero senza spine, con fiori gialli in racemo pendulo lungo fino a 25 cm e foglie trifoliate. Pianta altamente tossica.



## ACACIA DEL GIAPPONE (*Sophora japonica*, uguale *Styphonolobium japonicum*)

Albero ornamentale coltivato nei parchi, con foglie simili alla robinia, ma lucenti sopra, più coriacee, e con apice delle foglioline non arrotondato, ma mucronato. Senza spine. Fiori papilionacei bianchi o giallo-pallidi, uniti nelle infiorescenze terminali a pannocchia eretta. Pianta medicinale, usata per la preparazione di tisane curative, ma non per il consumo alimentare diretto.



## SPINO DI GIUDA (*Gleditsia triacanthos*)

Albero o arbusto di apparenza simile alla robinia, ma con le foglie paripennate e le spine robuste legnose grigio-rossastre e ramificate sui rami e direttamente sul tronco. Fiori odorosi, con corolla a 3-5 petali (non papilionacea) verdastri, poco vistosi, in infiorescenze pendule. Baccelli e semi sono usati in alcune cucine del mondo, mentre non si trovano cenni sulla commestibilità dei fiori.



## GINESTRA COMUNE (*Spartium junceum*)

Arbusto di 50-150 cm, con numerosi rami flessibili verdi eretti, foglie lanceolate semplici presto caduche, fiori singoli gialli papilionacei intensamente profumati. Pianta molto tossica spesso citata nei resoconti dei centri antiveleni, in quanto alcune persone ingeriscono i suoi fiori, pensando erroneamente che "la ginestra sia una forma di falsa acacia, come la robinia, e quindi sia commestibile". La confusione è alimentata anche dalla presenza in commercio di "tisane di ginestra", che in realtà contengono fiori di altri arbusti (come *Ulex*, *Calicotome* e simili), chiamati anch'essi comunemente "ginestra".



## MAL DI PRIMAVERA – CURARSI CON LA NATURA – PIEMONTE PARCHI

Siamo alla fine di gennaio, il periodo in cui vorremmo lasciarci già l'inverno alle spalle ma spesso guardandoci attorno, proprio in questa stagione spuntano e fioriscono anche delle graziose piante. In particolare perché i nomi scientifici e volgari di tali specie sono spesso un "biglietto da visita",

La dottrina delle signature è un'antica credenza rinascimentale, formalizzata da Paracelso, secondo la quale le piante hanno caratteristiche che le rendono adatte a curare certe malattie. Ecco alcuni esempi comuni della dottrina delle signature:

Noci (Noce comune - *Juglans regia*): La somiglianza del gheriglio col cervello suggeriva virtù per il cervello.  
Tarassaco (*Taraxacum officinale*): Il fiore giallo intenso era associato alla bile e usato per disturbi biliari.  
Equiseto (*Equisetum arvense*): La forma che ricorda una coda di cavallo lo rendeva utile per disturbi del cavallo.  
Fagioli (*Phaseolus vulgaris*): La forma a rene suggeriva proprietà benefiche per l'apparato renale.

# POLMONARIA

## Pulmonaria officinalis L.

Famiglia: Borraginaceae



Pianta erbacea perenne alta 15-30 cm.

**Fusto** semplice, peloso.

**Foglie** macchiate di bianco, più chiare sotto, quelle radicali picciolate, pelose, ruvide, ovali acute o a cuore, quelle caulinari sessili, ovali, pelose.

I **fiori** rossi trascolorano in seguito in blu (marzo-maggio), riuniti in cime terminali unilaterali, calice a 5 lobi, corolla tubolare a 5 petali.

**Radice** a rizoma.

Ambiente: boschi radi, terreni calcarei dell'Italia centro-settentrionale.

Parti utilizzate: sommità fiorite (marzo-aprile), foglie della rosetta (fine estate). Essiccare all'ombra e all'aria. Le foglie diventano nere.

## POLMONARIA – PARTE 2

Polmonaria (*Pulmonaria officinalis* L, famiglia Borraginacee), pianta comune che fiorisce in pri  
Il suo nome lo deve alle singolari foglie ovali, macchiettate di bianco, che dovevano aver stuz



# FARFARA

## Tussilago farfara L.

Famiglia: Asteraceae



Erbacea perenne alta da 10 a 25-30 cm.

Fusto fiorifero, eretto, cotonoso, ricoperto di brattee, tinteggiato di rosso.

Foglie a rosetta, picciolate, larghe, spesse, poligonali con margini sinuosi e dentati, verde sopra, bianche sotto.

Fiori giallo oro (febbraio-aprile), in capolini solitari, quelli al centro maschili e tubolosi, quelli esterni femminili e numerose con lunghe ligule strette.

Achenio bruno con piumetto setoso.

Rizoma carnoso.

Parti utilizzate: foglie, fiori in bocciolo, radici, succo.

Ambiente: terreni argillosi e calcarei, umidi.



## FARFARA – Parte 2

Il nome medioevale della farfara era Filius ante patrem, per significare che i suoi capolini gialli, s  
Questa graziosa piantina dai fiori gialli rivela anch'essa il suo impiego popolare dal nome: tussila

Il nome generico (Tussilago) d'altronde, deriva dal latino tussis ed agere (= "tosse" e "fare" o "to

Le nostre nonne, non avendo a disposizione costose creme, si contentavano di applicare il dec

# EPATICA

## *Hepatica nobilis* Mill

Famiglia: Ranunculaceae



È una pianta erbacea perenne, senza fusto, alta da 8 a 20 cm. Gli scapi fiorali sono inseriti direttamente sulla parte emergente del rizoma.

Il rizoma è dotato di radici secondarie.

Le foglie sono tutte basali, persistenti, con lunghi piccioli, spesse, cuoriformi, vellutate quando sono giovani, poi glabre, divise in 3 lobi uguali, non dentate.

I fiori sono lilla o azzurro-violaceo, talvolta rosei o bianchi, abbastanza grandi, singoli; sono costituiti da un calice formato da tre piccole foglie cauline, 6-9 sepali petaloidi, 20 stami e numerosi carpelli a becco corto. Fiorisce da marzo a maggio.

Il frutto è un achenio non piumoso formato da follicoli oblunghi pubescenti contenente piccoli semi.

## EPATICA – Parte 2

Nomi popolari: Anemone epatica, Fegatella, Erba Trinità, Trifoglio epatico

Nell'antichità questa pianta era pressoché sconosciuta; prima del XV secolo ha iniziato ad essere usata. Per rimediare alla stanchezza primaverile e "purificare" il fegato, i nostri nonni avevano questo rimedio.

Il suo interesse comunque, sta nel fatto che non solo compariva nei decotti, ma anche negli affetti di stanchezza primaverile.

Non si utilizzano né i fiori né la radice, mentre le foglie non devono mai essere usate fresche. In