IL GIARDINO DEI SEMPLICI

PROGETTO PON A.S. 2021-2022

ERBARIO DIGITALE

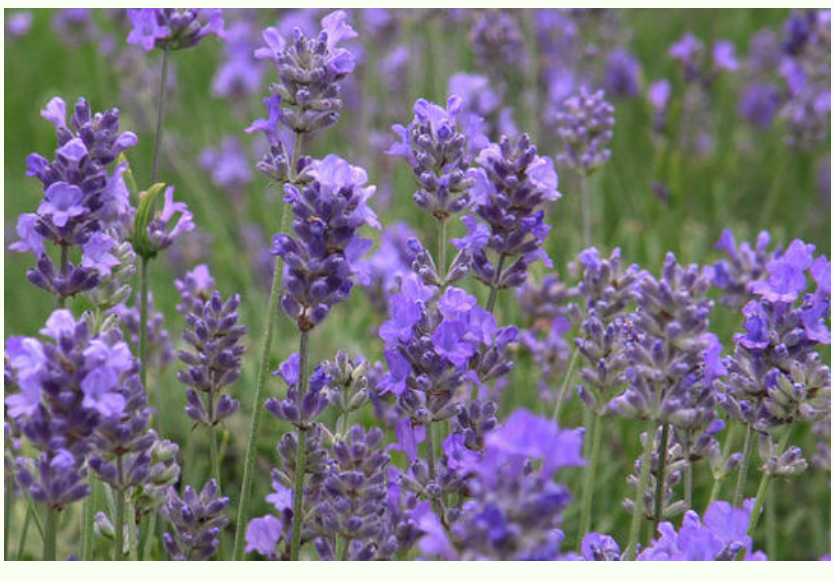
SESTA VASCA

1 1

2 3 4

2 3 4

1. LAVANDA HIDCOTE BLU



La più ammirata sia per la forma che per il profumo Lavandula angustifolia 'Hidcote Blue' è una Perenne che ama il terreno leggero, asciutto ed è anche adatta al giardino roccioso.

Come esposizione preferisce il sole, il fiore è caratterizzato da piccole spighe blu-violetto ed appartiene alla famiglia delle Lamiaceae. Il suo periodo di fioritura è Giugno - Settembre, raggiunge un'altezza massima di 30 - 40, gli accostamenti preferiti sono con Coreopsis, Dianthus, Helianthemum, Inula, Oenothera, Sedum. Per avere un buon risultato deve essere piantata con una densità di 5 piantine al m2.

Pianta perenne dal profumo inebriante, molto decorativa e dagli incantevoli fiori blu tendenti al viola. Ideale in cespugli e bordure, su scarpate o portafiori.

Si sviluppa su qualunque tipo di terreno, anche asciutto e calcareo, e in riva al mare.

1 1

2 3 4

2 3 4

2. ORIGANO



L'origano è una notissima pianta aromatica spontanea il cui largo uso a livello culinario e medicamentoso fa sì che venga coltivata per poterci fornire in ogni momento dell'anno in forma fresca o essiccata i suoi benefici.
Appartiene alla famiglia delle Lamiaceae e comprende diverse decine di specie tra cui spicca l'origano comune, l'origanum vulgare. Della stessa famiglia c'è anche la maggiorana (cioé l'origanum majorana).
Tipicamente mediterranea, era già conosciuta e utilizzata già da Egizi e Greci. Per questi ultimi portava con sé un particolare significato di pace e felicità. Se ne ornavano gli sposi nel giorno delle nozze. Si presenta come un piccolo arbusto che può arrivare all'altezza di circa 80 centimetri. Fiorisce per tutta l'estate, e i fiori formano delle piccole spighe profumate di colore dal rosa al viola. Un tempo venivano usati per tingere la lana.
Il suo habitat è rappresentato dalle zone collinari con terreni sabbiosi, fino alle zone montagnose non oltre i 2.000 metri, preferisce l'esposizione al sole e l'umidità del terreno. Il significato del suo nome corrisponde al greco "gioia della montagna". Emana un piacevole e intenso aroma, che non si attenua con l'essiccazione.

- Favorisce la secrezione dei succhi gastrici ed è digestivo, per cui viene impiegato come decotto e infuso.
- È anche antispasmodico, antisettico, vermifugo, calmante, analgesico ed espettorante.
- Tra i tanti usi vi è anche quello di allontanare in modo naturale le formiche. Basterà cospargere le aree infestate da questi insetti, per liberarsene.
- Efficace rimedio per il mal di gola. Praticate dei gargarismi a base di acqua e origano, fatto bollire per alcuni minuti e poi filtrato.
- In caso di raffreddore si possono fare inalazioni con olio essenziale di origano, oppure ancora preparare un infuso e berlo più volte al giorno.
- Avrebbe anche proprietà antiossidanti, soprattutto l'olio essenziale.
- Efficace azione antiparassitaria soprattutto verso gli agenti intestinali.

Dal punto di vista nutrizionale, contiene i sali minerali quali calcio, potassio, sodio, fosforo, ferro, magnesio, poi le vitamine del gruppo A, B, C, D, E e K.
Anche la medicina omeopatica lo utilizza sotto forma di tintura madre, granuli e gocce per curare l'eccitazione e la ninfomania, oltre che per le infezioni delle vie respiratorie, tosse e bronchite.

1 1

2 3 4

2 3 4

3. PIMPINELLA



La pimpinella (Pimpinella anisum), conosciuta anche come Anice comune o Anice verde, è una pianta appartenente alla famiglia delle Apiaceae o Ombelliferae. La struttura botanica è un erba che non supera il metro di altezza, ha un fusto vuoto al suo interno e le foglie sono composte e di forma differente a seconda della posizione.
Le foglie in basso sono lungamente picciolate di dimensioni maggiori e di forma lobata con margine dentato mentre le foglie più in alto sono maggiormente incise, più piccole e con il picciolo più corto. Le classiche «ombrelle di fiorellini bianchi» sono il modo migliore di riconoscere la pimpinella e sono proprio i suoi fiori che la classificano nella famiglia delle Ombrellifere.
Una delle proprietà caratteristiche della pimpinella che le viene riconosciuta sia dalla tradizione popolare sia delle scienze erboristiche è senza dubbio quella digestiva: i suoi semi favoriscono la digestione, la rendono più leggera aiutando a combattere il meteorismo, i gonfiori addominali e i dolori ad essi collegati.
Combatte la nausea e il vomito e svolge azioni antibatterica ed espettorante per la presenza degli oli essenziali. Altre qualità secondarie sono quelle antispasmodica, balsamica (i suoi oli aromatici sono fondamentali nella preparazione di alcuni liquori), carminativa, infatti, è capace di alleviare i problemi di gas intestinali e persino è utilizzata come buon galattogeno in quanto aiuta a produrre il latte materno.
Essendo simile al finocchio viene anch'essa utilizzata per i problemi digestivi dei bambini come le coliche. Il principio attivo principale è l'anetolo che viene estratto nell'olio essenziale di pimpinella.
La tisana di semi di pimpinella può essere utilizzata per lavaggi della pelle viste le sue proprietà antibatteriche e per fare i fumacchi cioè inalazioni di vapore acque unito a poche gocce di olio essenziale di pimpinella che con il loro effetto espettorante aiuteranno l'espulsione dei muchi e del catarro dalle vie respiratorie.

4. MAGGIORANA



La maggiorana è una delle piante aromatiche più conosciute e utilizzate in cucina. Cresce come cespuglio ben definito sino a circa 60 centimetri e botanicamente è classificata come Labiata infatti è della stessa famiglia di molte altre piante aromatiche. Possiede rami lignificati alla base con foglie piccole, ovoidali, pelose e con un corto picciolo e fiorisce in infiorescenze di colore bianco rosato a forma di piccole spighe.

Il suo nome botanico è Origanum majorana ed essendo molto simile all'origano spesso viene confusa con questa altra pianta aromatica, ma possiede un aroma più delicato e più dolce dell'origano.

Originaria dell'Africa e dell'Asia, si è acclimatata molto bene nella zona mediterranea divenendo una delle piante aromatiche tipiche di questo ambiente. Sopporta bene anche gli inverni un po' più rigidi sino a qualche grado sotto lo zero.

Prima che arrivi l'inverno è comunque consigliato ricoprire la base con pacciamatura per proteggere le radici essendo comunque una pianta che va in riposo invernale, con caduta delle foglie in autunno e ripresa vegetativa in primavera.

Questa pianta ama i terreni fertili, sciolti e ben drenati.

L'esposizione al sole è consigliata anche se sopporta bene anche una parte di ombra durante la giornata. Il periodo di semina della maggiorana è in aprile e richiede dai 15 ai 20 giorni prima di vedere la germinazione dei semini, mentre la raccolta delle sue foglie e delle sue infiorescenze avviene da luglio a settembre.

Per la sua propagazione si utilizza la tecnica della talea che viene fatta tagliando un ramo senza fiori di 10 centimetri a giugno, poi messo a radicare in terriccio e humus di alta qualità.

Una volta che le radici sono formate, sarà possibile trapiantare la talea in vaso o in piena terra. Alternativamente alla semina e alla talea è possibile acquistare nei vivai le piantine già sviluppate e trapiantarle nel luogo in cui si vuole farle crescere.