

Pinus pinea L.

Famiglia: Pinaceae

Nomi comuni: pino domestico

Forma biologica: fanerofita arborea
Categoria corologica: euri-mediterranea



Denominazioni liguri: pin, pin domestegu, pin da pignoi, pigneu (rif. al seme)

Denominazioni della Val di Vara: pin, pin dumèstegu, incensu (rif. alla resina), pignö (rif. ai semi), pignö (*ibid.*)

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: ben noto è l'uso gastronomico dei suoi semi (pinoli) nella preparazione del pesto (*pisto/u*), di dolci e biscotti casalinghi ecc. Tra i dolci ricordiamo *u cacin*, focacce di farina di castagne con uvetta e pinoli, cotte nei testì di terracotta e la pinolata.

MEDICINALI: in alcune località dell'alta Val di Vara in caso di emicrania vengono respirati i fumi sprigionati dalla resina gettata sulla brace.

DOMESTICI: per profumare e disinfettare le stanze, specialmente degli ammalati, si brucia la resina. Le pigne secche si usano per accendere il fuoco nel camino.

ORNAMENTALI: le pigne si adoperano nelle composizioni natalizie.

LUDICI: con le foglie aghiformi (*gate de pin*) le bambine realizzavano lunghe catenelle, rudimentali collane, oppure intrecciandole producevano cestini e simili.

RELIGIOSI: in passato, nei periodi di ristrettezza economica, in chiesa durante lo svolgimento delle funzioni religiose, in mancanza del costoso incenso si bruciava la resina solidificata dei pini. In occasione della festa del *Corpus Domini* la corteccia sminuzzata è impiegata per decorare le strade, realizzando tappeti floreali con i tipici disegni a tema religioso.

NOTE E CURIOSITÀ: in varie località della Val di Vara, il primo di maggio, è tradizione lasciare fuori dalla porta delle abitazioni delle ragazze in età da marito un fiore al quale è attribuito un preciso significato; nel caso del pino si dice *pin, tipu fin*.



A sx, particolare della corteccia e a dx, pigne, semi e pinoli

Plantago lanceolata* L.*Famiglia:** Plantaginaceae**Nomi comuni:** piantaggine lanceolata**Forma biologica:** emicriptofita rosulata**Categoria corologica:** cosmopolita

Denominazioni liguri: nève vère, sinquenù, erba de sinque nuèi, cinque coste, foglie de sinquenù, erba di quattro coste, erba de sinche coste, cùggé, erba di canain, uèggia de gattu, lèngue de gattu, luègna, lansairœra, erba nervin-a, oegè da crava, oréc'a d'a]o, uréc'a d'a]u, zinchi nervi, zinquì nervi, orecchione, ourégge d'asa, orecchie di pecora, sinque nervi, sinqui nervi, uregge de lebre, gè sarvaega

Denominazioni della Val di Vara: orecchia/e di capra, orecchie de crava, ueccie de crava, ueggia, ueggie de crava, orecchie d'asino, fogia daa marza, fogia d'a]u, fogie dae coste, uegia de crava, uece d'a]u, gè sarvæga

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: a Borghetto Vara le foglie si consumano lesse, assieme ad altre erbe di campo; si usano altresì nel ripieno delle torte salate.

MEDICINALI: in Val di Vara è assai comune la pratica di applicare le foglie direttamente sulle ferite, sulle piaghe o sui foruncoli per accelerarne la guarigione; a seconda delle località cambia la metodica di preparazione, ossia le foglie fresche possono essere contuse, masticate, lasciate intere, tal quali oppure unte con olio d'oliva o scaldate sulla piastra o sulla brace, o addirittura bollite. Un uso originale è stato censito a Varese Ligure, dove la popolazione locale impiega le foglie, ben pestate, da applicare sul seno come galattofugo, per arrestare la montata latteata. In alta Val di Vara si usa il decotto delle foglie, somministrato oralmente, per depurare l'organismo;

sempre in questo comprensorio dalle foglie mescolate alla sugna (*a-sciunza*), con trattamento a caldo, si prepara una pomata indicata nella cura degli ascessi cutanei e delle distorsioni. A Scurtabò (Varese Ligure), per risolvere le storte si pongono semplicemente sulla parte, e per alcuni giorni, le foglie fresche contuse.

VETERINARI: a Varese Ligure le foglie contuse si applicano sulle mammelle delle bestie, in particolare delle pecore, per arrestare la produzione di latte in caso di mastite. Inoltre, è una delle tante erbe spontanee usate nell'alimentazione dei conigli.



Particolare delle infiorescenze



Particolare della rosetta basale