

Cytisus scoparius (L.) Link

Famiglia: Leguminosae

Nomi comuni: ginestra dei carbonai

Forma biologica: fanerofita cespugliosa

Categoria corologica: europea



Denominazioni liguri: baxapræve, ciantagalletti, sgure, scurigni, scuva, scannabecco, zeenestu, žgurin-ni

Denominazioni della Val di Vara: senestra, zinestra, reijiun, scannabecchi

USI ETNOBOTANICI

ARTIGIANALI: in alta Val di Vara con i rami di questa ginestra si realizzano rustiche scope e “spazzolini” (*véřžò*), usati in cucina per pulire il “sò” del testo*, la stufa o il caminetto. I rami secchi si usano per accendere il fuoco; a Càsego, Caranza e Scurtabò (Varese Ligure), col medesimo fine si utilizza un'altra ginestra (*Genista salzmannii* DC.) chiamata localmente *brugu*, *bruxeni* o *brigui*.

AGRICOLI: i flessibili fusti sono adoperati per fissare le piante ai tutori; gli abitanti della Valle ricordano che venivano a prenderli addirittura dalle Cinque Terre per legare le viti (*Vitis vinifera* L.).

* il “testo” è un forno per la cottura del pane casalingo, e non solo; si presenta come una struttura a campana - in passato realizzata in terracotta, oggi invece in ghisa - che una volta scaldato sul *sò* (piano rialzato del focolare) serve per cuocere i cibi.

FONTI BIBLIOGRAFICHE: 1, 12, 21.

***Daphne laureola* L.**

Famiglia: Thymelaeaceae

Nomi comuni: laureola, olivella

Forma biologica: fanerofita cespugliosa
Categoria corologica: submedit.-subatlantica



Denominazioni liguri: olivella, olivetta, sanguin, varègu

Denominazioni della Val di Vara: streppacavallo/u

USI ETNOBOTANICI

DOMESTICI: il succo ricavato dalle foglie e dai rossi frutti si nebulizzava sulla frutta, in particolare sui grappoli d'uva, per scoraggiarne il furto. Infatti, la frutta così trattata diventava tossica, provocando diarrea e vomito all'incauto ladro.

MAGIA E SUPERSTIZIONE: a Càssegò (Varese Ligure) si dice che a seconda di come si raccolgono le foglie queste hanno proprietà diverse: strappate verso l'alto provocano conati di vomito, mentre verso il basso inducono terribili dolori di pancia.

Daucus carota L.

Famiglia: Umbelliferae

Nomi comuni: carota selvatica

Forma biologica: emicriptofita bienne

Categoria corologica: subcosmopolita



Denominazioni liguri: bastun-agkie, bastunàggia, bastunaggia sarvæga, bastunaglie, bastunaghe, carrota, carotta, recoti, gnifri, gnifrignèlu, fenugetti, pastunaggia, pastenaggia sarvæga, carota sarveiga, carota sarvàiiga, pastinaglia, pastunaglia

Denominazioni della Val di Vara: gnifra, pastinagia servega, pastinaca, pastunaggia, pastenéggia, pastenèga

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: questa specie è poco usata nel ricettario della gastronomia locale. Le giovani foglie della rosetta basale, o più raramente la radice, si consumano lesse, mescolate ad altre erbe di campo.

MEDICINALE: in località Corvara (Beverino) la radice tuberizzata della carota orticola (*Daucus carota* L. var. *sativus* (Hoffm.) Arcangeli), è mangiata fresca o cotta poiché ritenuta un ottimo astringente intestinale.

TINTORI: nel periodo di Pasqua, l'acqua di cottura delle *erbe*, tra le quali figura anche la carota selvatica, si usa per bollire le uova al fine di colorarle di verde.

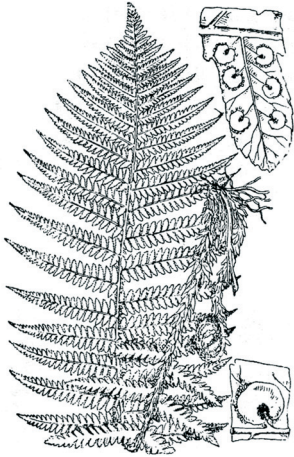
FONTI BIBLIOGRAFICHE: 11, 12, 14, 15, 22, 26.

Dryopteris filix-mas (L.) Schott

Famiglia: Aspidiaceae

Nomi comuni: felce maschio

Forma biologica: geofita rizomatosa
Categoria corologica: subcosmopolita



Denominazioni liguri: fejie matte, fexa, trexa, fræxa, ferxa, fræxa mas-cia, fresse

Denominazioni della Val di Vara: freija, feèce

USI ETNOBOTANICI

DOMESTICI: sulle fronde si adagiano le forme di formaggio fresche.

ORNAMENTALI: le fronde sono adoperate per confezionare bouquet di fiori freschi. A tal fine si impiegano anche altri tipi di felci.

AGRICOLI: le fronde si stendono sul letto di semina al fine di mantenerlo fresco e umido. Le fronde si raccolgono per realizzare la lettiera (*strame*) delle bestie, assieme ad altri vegetali come foglie di castagno, rami di eriche, aghi di pino, muschi ecc. Lo *strame*, successivamente, era adoperato come ottimo concime per le piante.

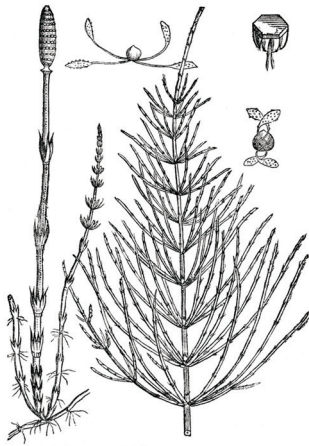
Equisetum arvense L.

Famiglia: Equisetaceae

Nomi comuni: coda cavallina, equisetto

Forma biologica: geofita rizomatosa

Categoria corologica: circumboreale



Denominazioni liguri: cua de cavallo, cua de cavalu, cua de cavallu, cua cavallin, cúe de cavallu, pinetta, còa d'aze, erba sguà, erba de valùn, cúe d'asa

Denominazioni della Val di Vara: cúa de volpa, cúa cavallina, pineto

USI ETNOBOTANICI

MEDICINALE: in alta Val di Vara il decotto dei cauli sterili è assunto oralmente come depurativo e nel trattamento dei dolori renali.

Questa specie, nella medicina ufficiale, è impiegata per le sue proprietà diuretiche e remineralizzanti (*Equiseti herba*), in relazione alla ricca presenza di sali minerali, in particolare di potassio.