

## *Adiantum capillus-veneris* L.

**Famiglia:** Adiantaceae

**Nomi comuni:** capelvenere

**Forma biologica:** geofita bulbosa  
**Categoria corologica:** pantropicale



**Denominazioni liguri:** capilvènere, cappuvènere, cappovènere d'acqua, capuènu, erba de fontana, erba fontanina, liche, erba tremarina, erba tremarella, capuvèneru, cavu-vèneru

**Denominazioni della Val di Vara:** capovenere, fréxa

### USI ETNOBOTANICI

**MEDICINALI:** l'impiego in medicina popolare è poco attestato; solamente in alta Val di Vara l'infuso delle fronde è assunto oralmente per le sue proprietà emollienti ed espettoranti; con i medesimi fini terapeutici, spesso, si utilizzano in associazione le infiorescenze di tiglio (*Tilia* sp.pl.) e i fiori di sambuco (*Sambucus nigra* L.).

**NOTE E CURIOSITÀ:** sul territorio questa felce è poco presente.

## *Aesculus hippocastanum* L.

**Famiglia:** Hippocastanaceae

**Nomi comuni:** castagno d'India, ippocastano

---

**Forma biologica:** fanerofita arborea

**Categoria corologica:** balcanica



**Denominazioni liguri:** castagno amaro

**Denominazioni delle Val di Vara:** castagnu d'India

### USI ETNOBOTANICI

**MEDICINALI:** a Carro, in passato, la popolazione locale somministrava oralmente ai bambini affetti da verminosi una “pappa” ottenuta dai semi grattugiati.

**MAGICI E SUPERSTIZIONE:** per tenere lontano i mali di stagione come l'influenza e il raffreddore è usanza portare con sé, in tasca, un seme di ippocastano.

**NOTE E CURIOSITÀ:** questa specie veniva spesso piantata, a scopo decorativo, in vicinanza delle chiese.

---

**FONTI BIBLIOGRAFICHE:** 9, 12, 14.

## *Aethusa cynapium* L.

**Famiglia:** Umbelliferae

**Nomi comuni:** cicuta aglina, cicuta minore

---

**Forma biologica:** terofita scaposa  
**Categoria corologica:** euro-siberiana



**Denominazioni liguri:** cicùta sarvaga, pursèmu velenoso, pursemo velenoso

**Denominazioni della Dal di Vara:** cicuta servaga

### USI ETNOBOTANICI

**MEDICINALI:** le foglie basali fresche e pestate si applicano localmente per risolvere diverse nevralgie, *in primis* quella a carico del nervo sciatico. La letteratura etnobotanica per l'alta Val di Vara riporta, col medesimo fine curativo e modalità d'uso, la specie affine *Conium maculatum* L. (cicuta maggiore).

**NOTE E CURIOSITÀ:** è una specie potenzialmente tossica per la presenza di coniina, un alcaloide, capace di paralizzare la muscolatura respiratoria e nei casi gravi provocare *exitus*. Le cicute possono essere erroneamente confuse con altre Umbelliferae eduli come il prezzemolo selvatico (*Oenanthe pimpinelloides* L.) e la carota selvatica (*Daucus carota* L.).

---

**FONTI BIBLIOGRAFICHE:** 12, 14, 26.

## *Agrimonia eupatoria* L.

**Famiglia:** Rosaceae

**Nomi comuni:** agrimonia

**Forma biologica:** emicriptofita scaposa

**Categoria corologica:** subcosmopolita



**Denominazioni liguri:** erba merella, erba merela, erba mèlina, erba per la tuss, erba de San ghigermo, erma meéla

**Denominazioni della Val di Vara:** erba fragolina, fragolina

### USI ETNOBOTANICI

**MEDICINALE:** in località Cassana (Borghetto Vara), il decotto ottenuto dalle sommità fiorite è somministrato oralmente come generico antinfiammatorio sistemico e per disintossicare il fegato. La popolazione montana di Càssegò (Varese Ligure) utilizzava questa specie per curare la dissenteria.

**VETERINARI:** a Càssegò, il decotto dei rami fioriti era usato per abbeverare le bestie con problemi diarroici.

**ORNAMENTALI:** le ricche infiorescenze racemose, portanti i vivaci fiori gialli, sono raccolte ed essiccate per realizzare composizioni di fiori secchi.

**FONTI BIBLIOGRAFICHE:** 12, 14, 26.

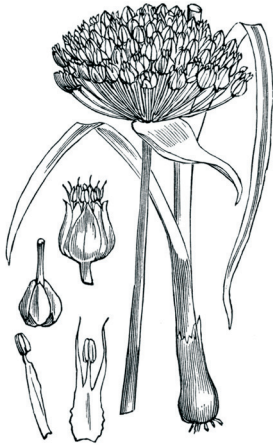
## *Allium ampeloprasum* L. e specie affini

**Famiglia:** Liliaceae

**Nomi comuni:** porro selvatico

---

**Forma biologica:** geofita bulbosa  
**Categoria corologica:** euri-mediterranea



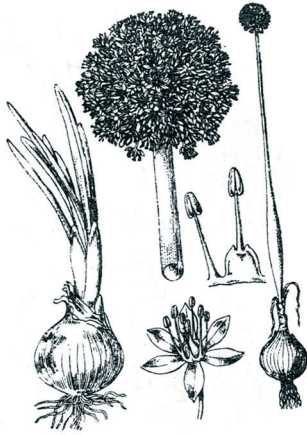
**Denominazioni liguri:** aggiu, ajo, aggiu servegu, agiu servàdegù, ajo servegu, ajo servàdegù

**Denominazioni della Val di Vara:** aggiu servegu, agiu servàdegù

### USI ETNOBOTANICI

**ALIMENTARI:** nell'area della bassa valle del Vara i bulbi e le tenere foglie si impiegano per insaporire il ripieno delle torte salate; a tal fine si usa anche la specie affine *A. vineale* L. (aglio delle vigne).

**MAGICI E SUPERSTIZIONE:** è credenza popolare che l'aglio selvatico se mangiato dalle mucche renda cattivo il sapore del latte.

**Allium cepa L.****Famiglia:** Liliaceae**Nomi comuni:** cipolla**Forma biologica:** geofita bulbosa**Categoria corologica:** W-asiatica

**Denominazioni liguri:** çioula, cevolla, heba, siòla, siòla, siolla, siùla, siulla, sevula, sèvula, sèulla, seulla, cèulla, sigùla, siuletta, sioula, zevula, zigòla, zipòla

**Denominazioni della val di vara:** cigola, sigula, sivulin, sigulla, sivulla, sivùla, zigola, ziolle

**USI ETNOBOTANICI**

**MEDICINALE:** un impiego frequente è quello di applicare il bulbo fresco, in sezione, sui foruncoli (*ciave*), sui tagli e sugli ascessi cutanei per esercitare un'azione disinfettante e vulneraria; col medesimo fine terapeutico, in alta Val di Vara, si applicano i catafilli cotti in olio d'oliva, spesso uniti alla mollica di pane. Per regolarizzare le funzioni intestinali si usa il bulbo consumato lesso. A Borseda (Calice al Cornoviglio), le cipolle si mangiano fresche per abbassare la pressione arteriosa e per facilitare la diuresi. A Buto (Varese Ligure) il bulbo cotto si applica sui foruncoli come risolvante; così pure sugli ascessi (Varese Ligure). Le tuniche esterne, papiracee, si pongono sulle piccole ferite a mo' di cerotto vegetale (azione emostatica). I catafilli ben pestati si applicano sulle punture d'insetti come lenitivo, mentre a Brugnato, aggiungendo anche del sapone di Marsiglia, si trattano i brufoli e i foruncoli per accelerarne la guarigione.

**ALIMENTARI:** ben conosciuto è l'uso della cipolla in cucina, nel realizzare, spesso, i numerosi piatti della tradizione gastronomica locale. Una varietà autoctona, assai nota, è la cipolla di Pignona (Sesta Godano), ottima da consumare fresca.