

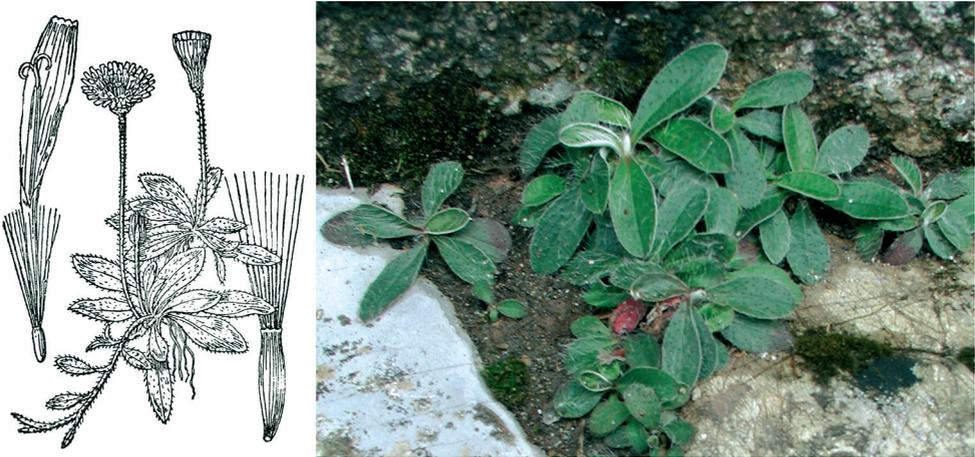
## *Hieracium pilosella* L.

*Famiglia:* Compositae

*Nomi comuni:* pilosella

---

*Forma biologica:* emicriptofita rosulata  
*Categoria corologica:* europeo-caucasica



*Denominazioni liguri:* oëggia de ratto, stagnasangue, pèi d'ommu, erba del taglio, pìatanèla, erba perusètta, perusètta

*Denominazioni della Val di Vara:* sine nomine

### USI ETNOBOTANICI

**MEDICINALE:** nella farmacopea popolare della Val di Vara questa specie compare solo nel territorio comunale di Varese Ligure, e più precisamente in località Scurtabò, le foglie fresche si applicano direttamente sulle bruciatore al fine di accelerarne il processo di guarigione (azione cicatrizzante).

## *Hordeum vulgare* L.

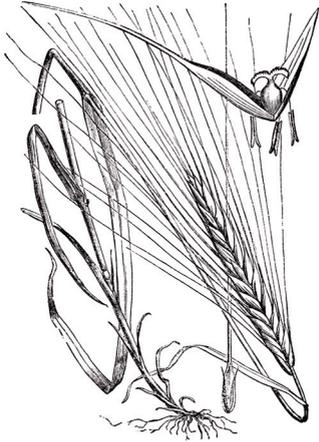
**Famiglia:** Poaceae

**Nomi comuni:** orzo

---

**Forma biologica:** terofita scaposa

**Categoria corologica:** coltivata



**Denominazioni liguri:** orziu, ordio/u, ördiu, orhiu, erdiu, orgiu, orzu

**Denominazioni della Val di Vara:** orzu, orśu

### USI ETNOBOTANICI

**ALIMENTARI:** dall'orzo tostato si prepara la nota bevanda, usata come succedaneo del caffè. I pastori in passato preparavano un pane d'orzo a lunga conservazione da consumare durante i lunghi periodi della transumanza.

**MEDICINALE:** in diverse località il decotto delle cariossidi è somministrato oralmente come rinfrescante intestinale, indicato soprattutto per i bambini e per gli anziani.

**VETERINARI:** le cariossidi si davano da mangiare alle mucche, prima e dopo il parto, per depurarle; si usano altresì le spighe dell'orzo selvatico (*H. murinum* L. s.l.).

**ORNAMENTALI:** le spighe si impiegano nelle composizioni di fiori secchi.

**LUDICI:** i bambini si divertono a mettere le spighe sui vestiti e a vederle "camminare"; il movimento è da relazionare alle variazioni di umidità dell'aria.

---

**FONTI BIBLIOGRAFICHE:** 12, 14, 17, 22, 26.



## *Hyoseris radiata* L.

**Famiglia:** Compositae

**Nomi comuni:** trinette

---

**Forma biologica:** emicriptofita rosulata  
**Categoria corologica:** steno-mediterranea



**Denominazioni liguri:** dente de can, denti de cuniuggiu, erba rissa, erba gaina, erba stella, engrai, garatun, peirin, perrin, s-ciappasassi, serretta, spinassu sarvægu, taggianuìn, tagliaïneta, tagliaïnettu, taggiaïnetto, zberise

**Denominazioni della Val di Vara:** tataïnetti

### USI ETNOBOTANICI

**ALIMENTARI:** nelle pratiche alimurgiche si utilizzano le foglie della rosetta basale consumandole di preferenza cotte, ma anche fresche nelle insalate se raccolte a fine inverno, inizio primavera, quando sono particolarmente tenere.

---

**FONTI BIBLIOGRAFICHE:** 11, 12, 15.

## *Hypericum perforatum* L.

**Famiglia:** Guttiferae

**Nomi comuni:** erba di San Giovanni, iperico

**Forma biologica:** emicriptofita scaposa

**Categoria corologica:** subcosmopolita



**Denominazioni liguri:** erba de San Giambattista, erba de San Giuanni, erba de San G'oàn, erba de San Giuani, erba perica, trascalàn, sangue-spasso, scacciadiavolo, arfè de terra, impèja, erba peja, fiore di S. Giovanni, ninsèra, pelissan-a, peju, erba de San Pèu, empèiro, ipericu, impericum, gamba d'fèru, sangue-spasso, sciuva d'impeu, sangue novù, sangue spasso

**Denominazioni della Val di Vara:** canùde, erba dei cento mali, erba (*sic*)

### USI ETNOBOTANICI

**MEDICINALE:** in alta Val di Vara questa specie era usata nella preparazione di un particolare cerotto vulnerario. Si faceva bollire una manciata di fiori, per circa 30 minuti, in olio d'oliva con un po' di pece greca e resina di aloe (*Aloe* sp.); questo preparato si spalmava su una tela o direttamente sulle ferite per cicatrizzarle.

A Carro e a Corvara (Beverino) l'oleito ottenuto mettendo a macerare i fiori in olio d'oliva per circa 30 giorni si usa topicamente sui tagli per rimarginarli. In località Borseda (Calice al Cornoviglio) l'infuso delle sommità fiorite è somministrato oralmente come diuretico.

**MAGICI E SUPERSTIZIONE:** questa specie era una delle piante con le quali si preparava *u brevetu*, un cuscinetto a forma di cuore, riempito con tre erbe, che si regalava come buon augurio nel giorno di San Giovanni (24 giugno).

**NOTE E CURIOSITÀ:** a Borseda l'iperico è chiamato *erba dei 100 mali* perché si riteneva capace di curare molte malattie.



Pianta in piena fioritura



Oleito di iperico dal tipico colore rosso rubino

---

**FONTI BIBLIOGRAFICHE:** 9, 12, 14, 23, 24.