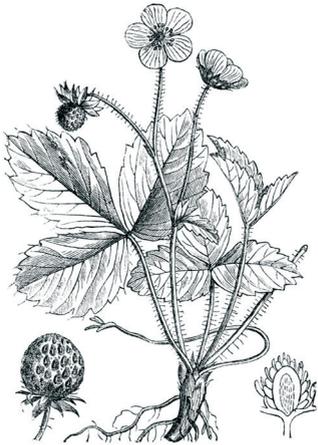


Fragaria vesca* L.*Famiglia:** Rosaceae**Nomi comuni:** fragola di bosco, fragola selvatica**Forma biologica:** emicriptofita reptante**Categoria corologica:** cosmopolita

Denominazioni liguri: meélu, merella/o/u, merel, merélli, meéli, mréi, mèla, mèlu, murella, murèu, muèlle, mejellu, mielli, murè, merielu, méréla, merela/u, mereu, marau, maùssa, maussiera, frola

Denominazioni della Val di Vara: fragola/e servega/he, mele (*sic*), mielli, muellu, frola

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: ben conosciuto è l'impiego dei "frutti" nella preparazione di sciroppi, marmellate, macedonie, dolci casalinghi ecc.

MEDICINALE: l'uso di questa specie come medicinale è assai limitato. In località Antessio (Sesta Godano) e Scurtabò (Varese Ligure) il decotto di radici, unite a quelle di ortica (*Urtica dioica* L.), è assunto oralmente come depurativo. A Ziona (Carro) e Sesta Godano si utilizza il decotto preparato dalle radici come astringente intestinale, mentre quello di fragole come ipotensivo.

RELIGIOSI: nella settimana dell'Ascensione, il parroco in processione benediceva le croci sparse nell'abitato che per l'occasioni erano adornate di fiori e frutti, tra i quali comparivano anche le fragoline di bosco.

NOTE E CURIOSITÀ: la fragola è un falso frutto, infatti, la parte edule non deriva dalla trasformazione della parete dell'ovario, ma dall'ingrossamento del ricettacolo. I

veri frutti in realtà sono le piccole nucule scure che ricoprono la superficie della fragola.



Particolare del “frutto”

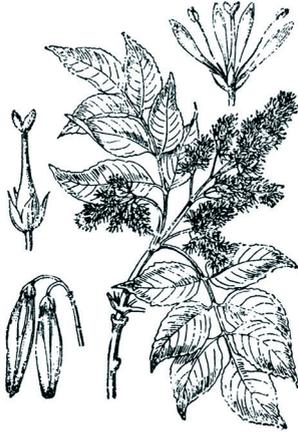


Particolare del fiore



Confettura di fragole

FONTI BIBLIOGRAFICHE: 5, 9, 11, 12, 14, 15.

Fraxinus ornus* L.*Famiglia:** Oleaceae**Nomi comuni:** frassino da manna, orniello**Forma biologica:** fanerofita arborea**Categoria corologica:** euro-N-mediterranea**Denominazioni liguri:** fraxiu, fraxinella, frascia/o/u, frasce, frascinu, fràsciun, frascina, frasso, frossu, frasciaru, frassceru, frasciaru**Denominazioni della Val di Vara:** frasa, fresa, frase, frassà, frassu, frasan, frassena/u, frasseno, frasse, fraxinu, frassinu, fràssin**USI ETNOBOTANICI**

MEDICINALI: una pratica abbastanza frequente è l'uso del decotto di corteccia da somministrare oralmente come antinfiammatorio, specialmente del tratto gastro-intestinale. Alcuni impieghi particolari sono da segnalare a Riccò del Golfo, dove le foglie si adoperano per fare impacchi decongestionanti in caso di cute arrossata; a Mattarana (Carrodano) e a Sesta Godano, il decotto di corteccia si beve come depurativo e antireumatico; a Piana Battolla (Follo), il medesimo preparato si assume oralmente come ipotensivo.

VETERINARI: in tutta la Val di Vara è assai diffuso l'uso medicinale di questa pianta per curare gli animali da cortile, in particolare le galline e i conigli. Rametti di frassino o la sola corteccia si mettono a macerare in acqua, normalmente per un'intera notte; la soluzione azzurrognola così ottenuta, con proprietà depurativa e sfiammante, è fatta bere agli animali con problemi intestinali.

ARTIGIANALI: con il legno si fabbricano mobili, utensili da lavoro (rastrelli, manici

per zappe, vanghe ecc.), nonché i pali da usare come tutori per le piante, in particolare per sorreggere la vite.

TINTORI: in passato, a Càssego e a Scurtabò (Varese Ligure), il decotto ottenuto dalla corteccia era usato per tingere la lana di colore verde.

AGRICOLI: a Veppo (Rocchetta Vara), i vecchi raccontano che durante gli anni della seconda guerra mondiale, quando era difficile trovare il verderame per trattare le vigne, come surrogato, si utilizzava una soluzione acquosa ottenuta mettendo a macerare la corteccia di frassino per 2-3 giorni in acqua.

NOTE E CURIOSITÀ: in vari paesi della vallata, in occasione del Cantamaggio è tradizione lasciare fuori dalle porte delle case o delle finestre delle ragazze in età da marito piante o fiori, ognuno dei quali con significati diversi, ad esempio una frasca di *frassu* indica “figlia di donna di facili costumi” (cfr. *Laburnum anagyroides* Medicus). I Cantamaggio erano considerati di buon auspicio per i raccolti dell’annata.



Particolare dei frutti (samare)



Droga essicata (*Fraxini folium*)

FONTI BIBLIOGRAFICHE: 2, 9, 12, 18, 21, 22, 24.

Gentiana acaulis L.

Famiglia: Gentianaceae

Nomi comuni: genzianella

Forma biologica: emicriptofita rosulata

Categoria corologica: orof. S-europea



Denominazioni liguri: braje d'cuch

Denominazioni della Val di Vara: sine nomine

USI ETNOBOTANICI

MEDICINALI: nei comprensori montani il decotto di radice è assunto oralmente come depurativo, antinfiammatorio del tratto gastro-intestinale e come eupeptico per facilitare la digestione.

NOTE: in Val di Vara, l'areale di questa specie è diminuito drasticamente a cominciare dalla fine degli anni '60; ciò è da relazionare, probabilmente, al graduale abbandono delle pratiche di sfalcio e di pascolamento, nonché all'eccessiva e incontrollata raccolta della pianta per scopi medicinali.