

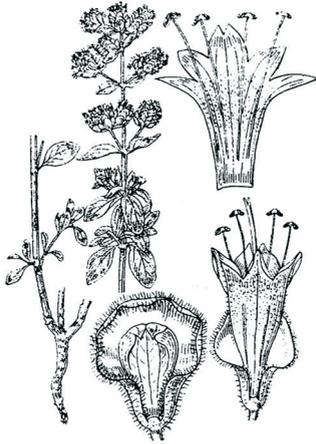
Origanum majorana L.

Famiglia: Labiatae

Nomi comuni: maggiorana

Forma biologica: emicriptofita scaposa

Categoria corologica: saharo-sindarica



Denominazioni liguri: erba persa, erba pèrsa, persa, persica, spersa, erba pèrsega, pèrsega, perxia, spersa, mezulana, magiuàra

Denominazioni della Val di Vara: erba pèrsa, pèrsa

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: foglie e sommità fiorite, poiché ricchi in oli essenziali, si adoperano per aromatizzare vari piatti come il ripieno dei *pansotti*, il brodo di carne, i *cèn* (cfr. *Brassica oleracea* L.) e altre vivande proprie del ricettario locale.

ORNAMENTALI: questa specie è coltivata negli orti, nell'angolo delle piante aromatiche.

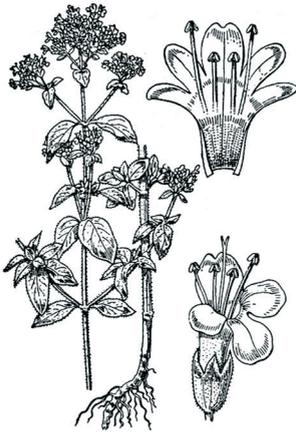
Origanum vulgare L.

Famiglia: Labiatae

Nomi comuni: origano

Forma biologica: emicriptofita scaposa

Categoria corologica: eurasiatica



Denominazioni liguri: cornabùg'a, corniglioera, curnigliöera, corniöa, curniora, cornabüxa, arburà, cornabuggia, cornabugia, cornabùggia, cornabüggia, cornabuza, corniera, curnicea, gurnioera, scormœra, àrbura, erba rossa, erba de anciöe, erba rosa, erba bùggia

Denominazioni della Val di Vara: cornabugia, cornabuggia, cornabus

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: le foglie e le sommità fiorite si usano per aromatizzare diversi piatti come pizza, pomodori in insalata, sugo, torte di verdura (*turta de verdiie*), minestrone, acciughe (*anciüe*) e funghi (*funzi*).

MEDICINALI: a Varese Ligure, il decotto delle sommità fiorite, unite alle foglie e ai fiori di alloro (*Laurus nobilis* L.), è somministrato oralmente in caso di dismenorrea, per attenuare i dolori mestruali.

Si raccoglie preferibilmente il giorno di S. Maria Maddalena (22 luglio), mai prima!

ORNAMENTALI: questa specie viene anche coltivata negli orti, nell'angolo delle aromatiche.

FONTI BIBLIOGRAFICHE: 11, 12, 13, 14, 15, 18, 19, 22, 24, 26.

Oryza sativa L.

Famiglia: Poaceae

Nomi comuni: riso

Forma biologica: terofita scaposa

Categoria corologica: SE-asiatica



Denominazioni liguri: risu

Denominazioni della Val di Vara: risu

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: ben noto è l'impiego del riso in campo gastronomico; caratteristiche sono le torte di riso (*turta de risu*) con o senza le erbe di campo o coltivate, spesso cucinate nei testi di terracotta.

MEDICINALI: in tutta la Val di Vara l'acqua di cottura del riso è bevuta per le sue proprietà astringenti in caso di dissenteria; sempre a tal fine si mangia il riso in bianco.

RELIGIOSI: le cariossidi del riso rientrano tra gli elementi vegetali usati per realizzare i caratteristici tappeti floreali che decorano le strade nella processione religiosa del *Corpus Domini*.

NOTE E CURIOSITÀ: botanicamente il chicco di riso è un frutto secco, indeiscente, denominato cariosside.

FONTI BIBLIOGRAFICHE: 8, 6, 10, 12, 24.

Papaver rhoeas* L.*Famiglia:** Papaveraceae**Nomi comuni:** papavero selvatico, rosolaccio**Forma biologica:** terofita scaposa
Categoria corologica: euri-mediterranea

Denominazioni liguri: baxadonna/e, baixadona, cunfôu, done, dunete, fantinêti, fantin-eta, madunete, pampanella, papàvo, papaveo, papàvru, papàvou, papàvaru, papavaru, papàvau, papavau, pappàvau sarvægu, podestà, preve, ptisno, ptíhno, ptisna, rorsurele, rosanella, rofùèle, rosen-a, rusuele, sciù donne

Denominazioni della Val di Vara: rodelle, rudèle, rufùine, rufè, rufùine, papai, pappavero, papàveu

USI ETNOBOTANICI

ALIMENTARI: è pratica abbastanza comune raccogliere a primavera le rosette basali a scopo alimurgico. Le foglie si consumano preferibilmente cotte, ma anche fresche in insalata, normalmente assieme ad altre erbe di campo. Questa specie rientra nella preparazione del ripieno dei *pansotti* e delle torte salate, nonché per realizzare gustose frittate. A scopo alimentare, probabilmente, si adoperano anche altre specie affini (*P. argemone* L., *P. hybridum* L. e *P. dubium* L.).

MEDICINALI: in varie località della Val di Vara per facilitare il sonno nei bambini si somministra oralmente un decotto ottenuto dai petali o dai semi, spesso con l'aggiunta di capolini di camomilla (*Matricaria chamomilla* L.). A Mattarana (Carrodano) si beve il decotto preparato con i semi a scopo analgesico, contro vari e non specificati dolori, mentre a Càssego e a San Martino (Varese Ligure) i semi si pongono nella carie come antidontalgico.

ORNAMENTALI: i caratteristici frutti, botanicamente detti capsule poricide o treti, sono usati nelle composizioni di fiori secchi.

LUDICI: adoperando i boccioli fiorali e le capsule ancora verdi si realizzavano bamboline in miniatura.

RELIGIOSI: in occasione della festa del *Corpus Domini* i fiori, assieme a quelli di altre piante, si usano per realizzare i tipici tappeti floreali che adornano le strade percorse dalla processione religiosa.



A sx, pianta in piena fioritura e a ds, particolare del frutto (capsula poricida o treto)



A sx, bamboline realizzate con i fiori del papavero e a dx, rosetta basale

Parietaria officinalis* L.*Famiglia:** Urticaceae**Nomi comuni:** muraiola, vetriola**Forma biologica:** emicriptofita scaposa**Categoria corologica:** centro-europ.-W-asiatica

Denominazioni liguri: arbièa, canigèa, cannigèa, caniggiaèa, canigèra, caussaruscia, caighèa, erba caighèa, caèghèa, cornièa, cornioli di muro, erbièa, gamba russa, gambarussin, gamba ruscia, gamba rusceta, gambi rosi, gambi rossi, gambarùssa, gambarossa, gambua russa, gaglinàire, caussa russa, causa ruscia, curniòli di muro, ferrèira, canderèta, canigèaira, pagnòia, paaon-oia, pan-oia, paragnàa, paragnàa, paragnàe, paragnura, sangura spèrgura, sangura spèrgura, scanigèa

Denominazioni della Val di Vara: gamba rossa, gamba rosa, gamba rusa, gamba russa, gambarùssa, canigèa

USI ETNOBOTANICI

MEDICINALI: tra le pratiche popolari più comuni in Val di Vara vi è l'uso del decotto delle foglie o dell'intera pianta da assumere oralmente come depurativo, diuretico e generico antinfiammatorio, specialmente dell'apparato genito-urinario. Nelle località esaminate gli usi del decotto cambiano: a Cassana (Borghetto Vara) è bevuto per regolarizzare le funzioni intestinali e come rinfrescante, mentre a Veppo (Rocchetta Vara) è adoperato in sciacqui antidontalgici. Originale è l'impiego registrato a Corvara (Beverino), dove il succo ottenuto dalle foglie fresche si beve come antianemico. In caso di punture da insetti o prurito dovuto al contatto con l'ortica si strofinano sulla parte offesa le foglie contuse o più frequentemente il gambo, che in località Villa di Pignone è detto *stubu*. Ad Antessio (Sesta Godano) come depurativo dell'organismo si prepara un decotto miscelando foglie di parietaria e di ortica (*Urtica dioica* L.) a radici di tarassaco (*Taraxacum officinale* Weber) e di cicoria