Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Notiziario 62

Febbraio-marzo 2023

Sede legale: via del casaletto 239 00151 Roma - C.F. 97538180585
www.ass-agir.it, e-mail info@ass-agir.it;

In questo numero troviamo:

Ancora Buon Anno a tutti
In questo numero Vi invio un lavoro fatto dal nostro Presidente Ugo Laneri che mi inviato per pubblicarlo. Di questo lo ringrazio e volentieri lo inserisco nel "NOTIZIARIO".

Devo anche fare una piccola correzione a quanto ho scritto nel precedente numero quando parlo della pianta del mese, infatti ho scritto:
"Questo mese voglio parlarvi di una pianta grassa a cui sono molto affezionato che mi è stata regalata da un grande collezionista ed amante delle piante grasse, in occasione di un mio compleanno. Si tratta di un cactus del genere CACTACEAE, della famiglia TEPHOROCACTUS ed in particolare della specie ALEXANDERI."

La frase corretta è.
"Questo mese voglio parlarvi di una pianta grassa a cui sono molto affezionato che mi è stata regalata da un grande collezionista ed amante delle piante grasse, in occasione di un mio compleanno. Si tratta di un cactus del genere TEPHROCACTUS, della famiglia CACTACEAE ed in particolare della specie ALEXANDERI."

LAVORI IN GIARDINO E NELL'ORTO

Cari amici

Eccoci arrivati nei mesi importanti per il nostro giardino ed il nostro orto.

In passato e principalmente durante i bellissimi corsi che il nostro docente Sig. Renato Pavia ci ha fatto abbiamo parlato ed imparato ad eseguire con diligenza le potature che proprio in questo periodo devono essere eseguite, ma anche un altro lavoro molto importante ci aspetta, e dobbiamo eseguirlo con attenzione ed è la concimazione del terreno.

Parliamo spesso di concimazione o di fertilizzazione, ebbene questi due termini pur avendo come fine quello di nutrire le piante si differenziano in quanto con concimazione parliamo di sostanze di origine organica, mentre la fertilizzazione viene fatta con sostanze chimiche.

Le piante, i frutti, i fiori, vivono prendendo tanti elementi nutritivi dal terreno nel quale vivono sia in piena terra che in vaso. Con il passare del tempo la terra si impoverisce di questi elementi pertanto si rende necessario, se non indispensabile, ridare al terreno i tanti elementi utilizzati. Ricordiamo che tra gli elementi di cui le piante hanno bisogno troviamo ` l'azoto, il fosforo, il potassio, il calcio, il ferro, il rame, e tanti altri microelementi che danno salute alle piante.

Questa attività di reintegrazione degli elementi è la fertilizzazione o concimazione del terreno.

Queste operazioni devono essere eseguite durante tutto l'anno, ma il periodo migliore e più importante per la reintegrazione del terreno è sicuramente l'inverno e inizio primavera. Lavorare il terreno in profondità, sminuzzarlo e concimarlo con una buona quantità di letame maturo composto dai residui animali, escrementi equini, ovini, equini, per poi far riposare il terreno fino a primavera è la soluzione migliore.
Purtroppo è difficile reperire del buon letame maturo, possiamo in alternativa utilizzare la cenere del camino ricca di potassio e di fosforo da spargere alla base della pianta e sul terreno coperto dalla chioma dell'albero nella quantità di circa 200 grammi a metro quadrato.
Utilissimi per la concimazione del terreno in vaso sono le bucce delle banane e d il guscio delle uova, possiamo sminuzzare le bucce delle banane ed i gusci delle uova e poi, semplicemente coprirli con terriccio nei vasi. Un consiglio se avete la possibilità di coltivare qualche pianta di pomodoro, distribuite nel terreno intorno alla piantina qualche guscio di uovo che arricchirà il terreno di carbonato ottimo per questa pianta.

Tutti i concimi in particolare quelli chimici devono essere distribuiti dopo le innaffiature o le piogge, comunque con il terreno bagnato in quanto l'umidità favorisce lo scioglimento dei granuli nel terreno.

Oltre ai fertilizzanti minerali a rapido rilascio, esistono quelli a lenta cessione che rilasciano le sostanze nutritive nel tempo. Queste apportano le sostanze per un periodo di 3- 6 mesi coprendo una intera stagione.

Anche il nostro prato ha bisogno di essere concimato, ricordiamoci che in inverno e fino all'inizio della primavera la concimazione serve principalmente a ripristinare l'equilibrio delle sostanze nutritive per questo possiamo utilizzare un concime a lenta cessione ricco di potassio e azoto. Dall'inizio della primavera periodo in cui la maggior parte delle piante riprende il ciclo vegetativo è opportuno modificare le caratteristiche del concime utilizzandone uno ricco di azoto da spargere sul terreno dopo aver tagliato il prato. Anche questo concime è preferibile acquistarlo a lenta cessione in modo di assicurare una giusta quantità di azoto per 2/3 mesi.

CALENDARIO LUNARE

Febbraio 2023

Luna piena	5 febbraio 2023	404.888 km	distanza	dalla	terra
Ultimo quarto	13 febbraio 2023	375.938 km	"	"	"
Luna nuova	20 febbraio 2023	365.231 km	"	"	"
Primo quarto	27 febbraio 2023	394.951 km	"	"	"

Fase crescente: dal 1 al 4 febbraio e dal 21 al 28 febbraio
Fase calante: dal 6 al 19 febbraio.

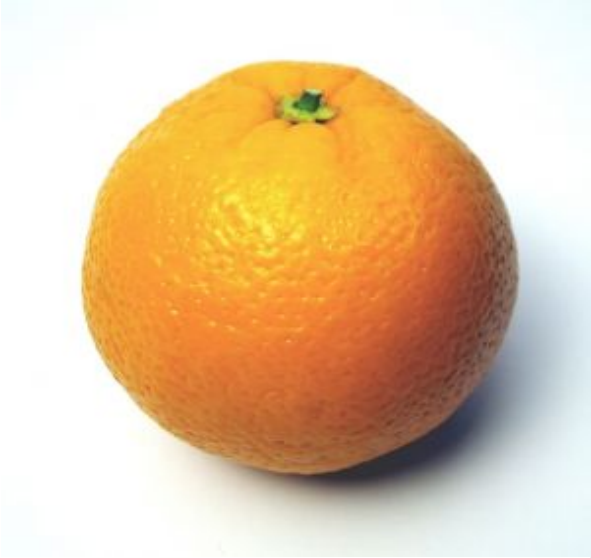
Marzo 2023

Luna piena	7 marzo 2023	400.198 km	distanza	dalla	terra
Ultimo quarto	15 marzo 2023	368.469 km	"	"	"
Luna nuova	21 marzo 2023	370.737 km	"	"	"
Primo quarto	29 marzo 2023	402.181 km	"	"	"

Fase crescente: dal 1 al 6 marzo, dal 22 al 31 marzo
Fase calante: dal 8 al 20 marzo

DAL NOSTRO GIARDINO IN CUCINA

In un grande vaso ho una pianta di Arancio Washington Navel, una bella pianta con foglie verdi scure e lucide. Forse per le basse temperature della città di Viterbo, questa pianta che ho da oltre 10 anni non ha mai portato a maturazione i frutti. Quest'anno è successo il miracolo, a Dicembre, prima di Natale, ho raccolto una grossa arancia di un bel colore arancione, con un incavo nella parte opposta al picciolo che copre il secondo frutto caratteristico di questa specie, che assomiglia ad un ombelico da cui ha preso il nome (infatti ombelico in inglese si dice NAVEL).



Questa foto di Autore sconosciuto è concesso in licenza da CC BY-NC-ND

Torniamo al nostro frutto. Dopo qualche esitazione ci siamo ricordati di una vecchia ricetta che ci aveva dato un amico, il quale sosteneva fosse la ricetta con cui viene prodotto il Cointreau industrialmente.
Visto che il nostro frutto non aveva ricevuto alcun trattamento lo abbiamo voluto provare.
Occorrente:

- una bella arancia, matura, con spessa buccia, importante non trattata.
- 350 grammi di zucchero
- 500 cl di alcool per liquore
- 500 cl acqua
- Grande barattolo/vaso di vetro con ampia chiusura (deve passare l'arancio intero)
- Spago e ago per la lana.

Mettere l'alcool nel vaso di vetro, prendere l'ago e far passare lo spago dentro l'arancio a croce per poi legarlo sul coperchio una volta chiuso.
Fare attenzione che l'arancio una volta legato risulti sospeso sull'alcool, senza toccarlo.
Dopo qualche giorno si vedrà dall'arancio scendere delle gocce, se dovete spostare il vaso fate attenzione a non far bagnare l'arancio.
Dopo 3 settimane fate sciogliere lo zucchero nell'acqua e lasciate raffreddare.
Una volta raffreddato aprite il vaso e togliete l'arancio che sembra intatto (viceversa è impregnato di alcool ed immangiabile). Versate l'alcool e l'acqua in una bottiglia e dopo averla rigirata due o tre volte per mischiare i due liquidi lasciatela riposare per una settimana.
Il vostro liquore è pronto.
Un simpatico consiglio: se avete una bottiglia vuota di Cointreau, utilizzatela per il vostro liquore e non dite agli amici che lo avete preparato voi. Quasi mai viene notata la differenza.

MANIFESTAZIONI DI GIARDINAGGIO e……

In questi mesi iniziano di nuovo le manifestazioni di giardinaggio.
Ancora oggi è bene verificare se la manifestazione è aperta, gli orari e le date con gli organizzatori, in quanto spesso subiscono variazioni o annullamenti improvvisi.

FESTIVAL DEL POTATORE DELLA VITE
Descrizione: 'Pruning Contest', combattuta gara di potatura della vite che premierà i migliori potatori d'Italia. La competizione si svolge da due anni nei vigneti della cantina San Felice, azienda che da anni ospita i corsi della Scuola italiana di potatura della vite. A contorno, musica, bancarelle a tema e una serie di attività collaterali legate al mondo agricolo.
Castelnuovo Berardenga (Siena) – Agricola San Felice **in via di definizione**
Ulteriori info: www.festivaldelpotatore.it

BOSCO DI SAN FRANCESCO
64 ettari di paesaggio rurale da visitare percorrendo lo stretto sentiero che, partendo dalla Basilica di San Francesco e passando per la Selva di San Francesco, attraversa terreni boschivi e campi coltivati, radure e oliveti. Visite al Bosco organizzate dal FAI.
Assisi – Bosco di San Francesco dal 24 febbraio 2023
Ulteriori info: Pagina Facebook

MUSEO ORTO BOTANICO DI ROMA
12 ettari di verde nel cuore della Città Eterna, tra la zona Trastevere e il Gianicolo, popolati da alberi monumentali e specie vegetali rare
Roma, Largo Cristina di Svezia 24 tutto l'anno
Ulteriori info: Pagina Facebook

VISITE AL PADULE DI FUCECCHIO
visite naturalistiche per promuovere la tutela ambientale e la fruizione dei 1800 ettari di Riserva Naturale del Padule di Fucecchio, la più grande palude interna italiana
Larciano (PT) – Castelmartini, Centro Visite da marzo a luglio
Ulteriori info: www.paduledifucecchio.eu

APERTURA GIARDINO DI NINFA
splendido giardino storico di grande fama realizzato a partire dagli anni Venti del Novecento sui ruderi della città medievale di Ninfa. Si sviluppa intorno al fiume per 8 ettari ricchi di rose, arbusti e alberi, tra scorci panoramici e angoli verdi pieni di fascino. L'ingresso al Giardino va prenotato ed è suddiviso in fasce orarie.
Cisterna di Latina (LT), Doganella di Ninfa, Via Provinciale Ninfina 68
Quando: da marzo a novembre. Per info: www.giardinodininfa.eu

GIARDINI DELLA VILLA REALE DI MARLIA
Descrizione: 16 ettari di giardino della storica dimora curati con passione, nei quali ammirare annose alberature, la fioritura delle camelie a marzo, fontane e splendide architetture. Di recente si può sperimentare un affascinante percorso olfattivo, tra aromi e profumi floreali e visitare gli appartamenti in stile impero.
Marlia, Capannori (LU) – Villa Reale di Marlia, Via Fraga Alta 2
Quando: dal 1 marzo al 6 novembre 2022
Ulteriori info: www.villarealedimarlia.it

CORSO SULLA POTATURA E LA GESTIONE DELL'OLIVO
Descrizione: corso di 20 ore di teoria e pratica per imparare a gestire su basi scientifiche l'oliveto, al fine di ottimizzare la produzione di olive e agevolarne la raccolta. Docente: dottore forestale Carlo Mascioli
Viterbo, Casa dell'Agricoltura, Strada delle Terme 4A
Quando: 2-3-4-5-6-7 marzo 2021
Ulteriori info: Pagina Facebook
Ulteriori info: www.polliceverdefiera.it

ANTICHE CAMELIE DELLA LUCCHESIA
Descrizione: meraviglioso percorso tra giardini e ville della zona per ammirare enormi antichi esemplari, e acquistarne di giovani e rari. XXXIV edizione.
S.Andrea e Pieve di Compito – Capannori (LU)
Quando: 11-12 / 18-19 / 25-26 marzo 2023
Ulteriori info: www.camelielucchesia.it

FLOWER'S PARK
Descrizione: mostra-mercato di piante, fiori e oggettistica nel "mare di Firenze", il comprensorio del parco naturalistico con le sue spiagge, percorsi e servizi. Seconda edizione.
Firenze – Signa, Parco dei Renai, Via dei Renai 9
Quando: in via di definizione
Ulteriori info: www.parcorenai.it

FESTA DELLA CAMELIA DI VELLETRI
Descrizione: allestimento scenografico delle strade e delle piazze di Velletri con vendita ed esposizione di varietà di camelia affiancate a piante di agrumi
Velletri (Roma), centro città
Quando: 19-20 marzo 2022
Ulteriori info: www.comune.velletri.rm.it

GIORNATA MONDIALE DELL'ACQUA
Descrizione: la giornata dell'Onu dedicata ad una riflessione soprattutto pratica su come utilizziamo questa risorsa vitale del Pianeta per uomini, piante ed animali.
tutto il mondo Quando: 22 marzo 2023
Ulteriori info: www.worldwaterday.org

PORTE APERTE: MOSTRA DEL NARCISO
Descrizione: in mostra e pronti all'acquisto gli esemplari di una collezione che comprende attualmente oltre 400 tra specie e varietà di narcisi. La lunga durata della mostra permette di vedere in fiore sia le varietà precoci che quelle a fioritura intermedia e tardiva
Monte Porzio Catone (Roma) – Vivaio Floriana Bulbose, Via Silio Italico 20
Quando: dal 24 marzo al 21 aprile 2018
Ulteriori info: www.florianabulbose.it

TERME IN FIORE
Descrizione: mostra mercato di qualità con piante insolite e rare nella cornice di un sito archeologico di importanza internazionale. Più di 50 espositori.
Civitavecchia – Parco Archeologico Terme di Traiano, Via Terme di Traiano
Quando: 25-26 marzo 2023
Ulteriori info: www.termeinfiore.it

GIORNATE FAI DI PRIMAVERA
Descrizione: giardini, ville, palazzi, torri, mulini, chiese, archivi, aree archeologiche, e persino arsenali, carceri ed eremi, aspettano l'invasione pacifica dei visitatori che da trent'anni caratterizza la manifestazione.
tutta Italia (elenco disponibile sul sito)
Quando: 26-27 marzo 2022
Ulteriori info: www.giornatefai.it

PORTE APERTE VIVAIO IL FIORE ALL'OCCHIELLO: GERANI PROFUMATI
Descrizione: il vivaio specializzato nella produzione di specie botaniche di Pelargoni, varietà profumate e varietà antiche del '700 e dell'800, apre le sue porte ai visitatori con l'esposizione e la vendita di una collezione di 150 varietà di Pelargoni.
Palombara Sabina (Roma), Vivaio Il Fiore all'Occhiello, Strada della Cascianella 51A
Quando: in via di definizione
Ulteriori info: Pagina Facebook

VIVAI BELFIORE: CORSO SUL FRUTTETO FAMILIARE
Descrizione: corsi con prove pratiche nella struttura dedicata alla formazione e lezioni in campo. Potatura e difesa del frutteto familiare biologico, tecniche di impianto, l'impollinazione, terreno e concimazioni
Lastra a signa (FI), Loc. Sant'Ilario – Vivai Belfiore
Quando: 27 marzo 2022
Ulteriori info: www.vivaibelfiore.it

VERDEMURA
Descrizione: prestigiosa e vasta mostra-mercato del "giardinaggio e del vivere all'aria aperta" su 9mila mq di esposizione nelle storiche Mura della città delle 100 chiese, con oltre 200 espositori e un ricco programma di cultura del verde
Lucca – Mura Urbane, Baluardi San Regolo, la Libertà – Orto Botanico di Lucca
Quando: 31 marzo – 1-2 aprile 2023
Ulteriori info: www.verdemura.it

FESTIVAL DEL VERDE E DEL PAESAGGIO
Descrizione: 25mila mq di esposizione a tema verde con il design per piccoli e grandi spazi, e un nuovo vivere urbano, moderno e connesso alla natura.
Roma – Parco pensile dell'Auditorium del Parco della Musica di Roma
Quando: 31 marzo – 1-2 aprile 2023
Ulteriori info: www.festivaldelverdeedelpaesaggio.it

PORTE APERTE VIVAIO GIARDINO TARA
Descrizione: il vivaio Tara specializzato in ortensie apre le sue porte alle visite per presentare le novità in anteprima e le sue collezioni.
Bolsena – Feliciangiolo, lungo la Strada Statale Cassia
Quando: in via di definizione
Ulteriori info: Pagina Facebook

NATURA PER I BAMBINI

Ben ritrovati ragazzi
Mi fa sempre piacere scrivere per voi che spero amiate sempre più la natura che ci circonda ed impariate a rispettarla e conoscerla in tanti aspetti che ci circondano.
Tra questi vorrei trasmettervi la conoscenza di alcuni piccoli amici che spesso abitano nel nostro giardino.
Molte volte non conoscendoli pensiamo che siano tutti uguali, ma viceversa ognuno ha il suo carattere, le sue preferenze, il suo abitat, ma in ogni caso sono deliziosi, e riempiono il giardino di allegria e di colore, parlo degli uccellini che vediamo svolazzare tra i nostri fiori e sugli alberi.
Nei numeri passati vi ho descritto come fare le mangiatoie per aiutarli a superare il freddo inverno, ora proviamo a conoscerli uno per uno . Sarà divertente riconsocerli mentre ci vengono a trovare.
Cominciamo con il più comune

Il passero comune

È forse l'uccellino che vediamo più spesso sia in città, che in campagna, questo uccellino ama la compagnia dell'uomo e difatti non lo troveremo in zone disabitate o nei boschi. è originario dell'Asia e Dell'Europa ma ormai è presente anche in Australia, Africa ed in America.
Il Passero è un animale stanziale non si allontana mai dai dintorni del luogo dove è nato ad eccezione dei momenti dove il cibo scarseggia, in questi casi si allontana temporaneamente per poi tornare nella sua zona. Ed anche i piccoli una volta cresciuti non si allontanano dal posto formando i gruppi che vediamo

Questa foto di Autore sconosciuto è concesso in licenza da CC BY-NC

Sia il passero maschio che la femmina collaborano nella difesa del loro territorio e nella costruzione del nido, dove tra febbraio e maggio vengono fatte due/tre covate, ognuna con 4/6 uova che vengono covate per 2 settimane da tutti e due i genitori

Quando i piccoli nascono vengono accuditi e dopo 14/20 giorni sono pronti a lasciare il nido, ma per almeno altre due settimane tornano per essere sfamati pazientemente dai genitori.

Questa foto di Autore sconosciuto è concesso in licenza da CC BY-ND

Il passero Comune o Domestico ha una vita di circa 12/13 anni. Sia il maschio che la femmina hanno un piumaggio marrone grigiastro che nella parte in basso si schiarisce un poco, il maschio si riconosce perché ha una piccola macchia nera sotto il becco e le guance sono bianche. Ha una apertura alare di circa 25, un peso medio di 30 grammi e una lunghezza di 15 cm.
Come sapete il passero è onnivoro si nutre di insetti, ma anche di tutto quello che l'uomo gli dà, difatti è facile vederlo vicino ai Bar, o vicino ai tavoli dei ristoranti o di McDonald's dove raccoglie golosamente ogni briciola avvicinandosi a noi senza troppa paura. è goloso di semi schiacciati mischiati con grasso vegetale posti dentro le mangiatoie a rete
Ragazzi …… tra poco arriva la Santa Pasqua. Che ne pensate di preparare voi la colorazione delle uova che rallegreranno i giorni di vacanza della famiglia e potranno essere un vostro piccolo regalo ad amici e parenti?
In Alto Adige esistono tante usanze e tradizioni molte di queste legate al periodo Pasquale
Nel paese di VILLABASSA, come in tanti altri paesi della Regione, c'è l'OSTERPECKEN, (PREISGUFFEN) una divertentissima gara tra i paesani in cui si usano esclusivamente come armi le uova sode decorate per l'occasione . Dopo la messa pasquale la Domenica mattina ci ritrovano tutti nel cortile della Chiesa per procedere alla benedizione del pranzo pasquale e li avvengono i combattimenti. Ogni coppia inizierà battendo le uova punta contro punta, poi con la parte inferiore ed il vincitore sarà quello che ha l'uovo più duro.
Ho trovato sul sito della VAL PUSTERIA le istruzioni per fare questo lavoretto con i colori naturali, Infatti colorare le uova pasquali – con materiali naturali, è molto importante perché conservano le uova in modo che si possano tranquillamente mangiare senza rischi. Vi riporto queste istruzioni così come le ho trovate:

"Pasqua – un periodo di costumi e tradizioni, religiosi ma anche profani – come l'usanza di colorare le uova il Giovedì Santo, una tradizione che fa parte inscindibilmente della festa pasquale.
È vero: le uova colorate di Pasqua si possono comprare in tantissimi negozi, pronti per l'uso. Ma è tanto più divertente ed emozionante dipingerle e decorarle con le proprie mani. Noi vi diamo alcuni consigli, come potete trasformare al meglio uova bianche o anche marroni in splendide uova di pasqua variopinte – senza l'uso di prodotti artificiali. Un primo accorgimento: le uova dovrebbero essere il frutto di "galline felici", ovvero allevate a terra. Queste infatti, sono sicuramente più gustose ma hanno anche un guscio più resistente. Quindi sono più idonee ad essere maneggiate.
oloranti naturali
Per un bel cesto di uova pasquali variopinte potete utilizzare materiali naturali, come tè, bucce di cipolla o cavolo rosso. Quale colore avrà esattamente l'uovo alla fine, se giallo, ocra o rosso – nessuno lo può dire con esattezza, e ogni singolo uovo sarà … una sorpresa. Per fare in modo che il colore si fissi bene sulle uova, sia quelle cotte che quelle "soffiate" (quindi svuotate), è opportuno pulirle accuratamente con acqua e aceto prima di colorarle.

- *Uova di colore rosso si ottengono con: barbabietole, foglie di cavolo rosso, infuso alla malva, ribes neri*
- *Uova di colore giallo si ottengono con: zafferano, fiori di camomilla, foglie di dente leone*
- *Uova di colore giallo-verde si ottengono con: foglie di ortica, foglie secche di betulla*
- *Uova di colore arancione-giallo si ottengono con: carote*
- *Uova di colore beige-marrone si ottengono con: fiori essiccati di calendula, caffè, tè nero, bucce di cipolla, corteccia di querce*
- *Uova di colore verde si ottengono con: spinaci, foglie di edera, prezzemolo, infuso alla menta*

Una volta deciso quali colori vi piacciono di più, dovete preparare il decotto del colore. Conviene usare una vecchia pentola smaltata. Tenete conto che alcuni materiali, come le bacche seccate e le cortecce, devono essere precedentemente messe in ammollo, mentre le piante fresche possono essere utilizzate direttamente per ottenere il decotto.
Quantità per 2 l di acqua/decotto

- *Ortaggi/piante fresche: quantità necessaria 500 g, tempo di cottura 30-40 minuti*
- *Foglie/fiori/bacche: quantità necessaria 100 g, tempi di ammollo: alcune ore, tempo di cottura 30-60 minuti*
- *Radici/legni/cortecce: quantità necessaria 100 g, tempi di ammollo 1-2 giorni, tempo di cottura 1-2 ore*
- *Tè/caffè: quantità necessaria 50 g, tempo di cottura 20-30 minuti*

Dopo la cottura filtrare il decotto e farlo raffreddare.

Colorazione delle uova:

La colorazione è piuttosto semplice. Inserire le uova sode per circa mezz'ora nel decotto freddo, girandole spesso con cautela con un cucchiaio e controllare l'intensità di colorazione. Quando le uova saranno sufficientemente colorate, toglierle dal decotto

e farle asciugare su uno strofinaccio. Se usate uova "soffiate" (vuote), scaricate il colore subito dopo la colorazione dall'interno dell'uovo e sciacquatele sotto l'acqua fredda.

Breve permanenza nel decotto = colori tenui
Lunga permanenza nel decotto = colori accesi
Lucidare successivamente le uova colorate con un po' di cotica di maiale, per aumentare la loro lucentezza.

Tecniche di decorazione
Ci sono vari altri metodi, non solo per colorare le uova in diversi colori, ma anche per decorarli piacevolmente.
Foglie, fiori, bucce: appoggiare sull'uovo delle piccole foglie o ad esempio margheritine, avvolgerle strette con una calza di nylon e poi colorarle. Lo stesso si può fare anche con bucce di cipolla. Togliere la calza solo quando l'uovo sarà completamente asciutto.

Disegni: con un pennello, che avrete immerso in succo di limone, potete disegnare il decoro desiderato sull'uovo prima di colorarlo, oppure apportare la scritta "Buona Pasqua". Successivamente colorare le uova come descritto qui sopra. Le parti trattate con il succo di limone non assorbono il colore.

Tecnica dell'incisione: colorare prima l'uovo, ma attenzione: dovrete scegliere uova con un guscio un po' più resistente e colorarle in modo più forte. Quando il colore sarà asciutto, potrete incidere i decori con una piccola lama oppure con un coltellino nella buccia.

Indipendentemente dal modo in cui come volete colorare le uova: noi vi auguriamo tanto divertimento. Sicuramente il risultato del vostro lavoro sarà fonte di ammirazione nel giorno di Pasqua.

Questa foto di Autore sconosciuto è concesso in licenza da CC BY-NC-

ROMA e.....

La colazzione de Pasqua

***

La tavola romana s'allestisce
p'er rito a Pasqua de la colazzione,
ché accanto ar latte e ar solito tazzone,
de 'gni artro bendeddio ce se 'mbandisce.

***

L'ovo de cioccolato è tradizzione,
'na fetta de colomba e a chi gradisce
'na corallina fino a che finisce,
co la torta ar formaggio d'occasione.

***

La cosa ch'è più dorce e più speciale,
è che raduna tutta la famija,
a magnà assieme, evento eccezionale.

***

Ché co 'sta vita a battito de cija,
è tutto un córi-córi generale,
e nun c'è festa mai, manco viggija.

***

Stefano Agostino

La Tradizione Romana della Colazione di Pasqua

La colazione del giorno di Pasqua è una tradizione comune in molte regioni italiane in particolare dell'Italia centrale e meridionale.

Per esempio a Napoli troviamo il famoso "CASATIELLO" una torta rustica che si può mangiare calda o fredda prende il nome da "caso" come viene chiamato il formaggio in dialetto, di cui è ricco l'impasto saporitissimo che tra l'altro contiene ingredienti molto calorici come strutto, grana padano, pecorino, salame, pancetta, pezzetti di prosciutto scamorza, sale, pepe, etc. Il Casatiello viene mangiato sia per la colazione che in occasione della gita dl lunedì di pasquetta.

In Puglia troviamo la "SCARCELLA" un dolce che può cambiare di forma le più famose hanno la forma della ruota o di un cesto o a treccia o ciambella ed hanno tutte la caratteristica di essere decorate con uova intere con il guscio cotte al forno insieme alla torta.

A Perugia il piatto forte della colazione è la torta al formaggio dolce o salata, che accompagna il famoso capocollo prodotto dalla norcineria umbra.

Ma la capitale della colazione di Pasqua è senz'altro Roma e tutta la regione Lazio.

Il rito della colazione iniziava con l'addobbo della tavola dove su una tovaglia di colore bianco veniva apparecchiato con le stoviglie della festa e riempita di tante leccornie. Si attendeva la benedizione del Sacerdote che passava nelle abitazioni per benedire la casa e la tavola e poi si iniziava il pasto.

Fin dall'antichità nella tradizione Cristiana l'uovo rappresenta la Resurrezione e la forza della vita ed il guscio rappresenta il sepolcro da cui Cristo resusciterà. Solo verso la fine del 1800 si iniziò a produrre e utilizzare le uova di cioccolata, mentre in precedenza dal medioevo, si usava regalare un uovo (di gallina) in questa occasione.

Sulla tavola Romana non può ancora oggi mancare:

- La **CORALLINA** salame tipico della norcineria Romana ottenuto con carni magre lardellate con cubetti di grasso ed insaccato con sale pepe. Aromatizzato solo con un poco di aglio e stagionato a lungo.
- la **SPIANATA** altro salame tipico Romano anche esso ottenuto con carni magra ma senza essere insaporito con l'aglio
- Le **Uova sode** colorate e disegnate dai bambini
- La **CORATELLA di agnello CON I CARCIOFI** famoso piatto della cucina romana i cui ingredienti sono: cuore, fegato e polmoni di agnello, vino secco bianco, succo di limone, olio, sale, pepe e carciofi lentamente cotti in padella.
- La **CRESCIA,** (pizza pasquale romana, il suo nome deriva dalla grande quantità di lievito usato che produce una abbondante lievitazione), nelle due versioni dolce simile ad un pan di Spagna, e salata, dove nell'impasto di lunga lievitazione sono aggiunti: pecorino romano e parmigiano in grandi quantità , sale e pepe. Questa antica ricetta sembra sia stata realizzata per la prima volta nel monastero di Santa Maria Maddalena di Serra De' Conti ad Ancona.

- **PIZZA PASQUALE DI CIVITAVECCHIA** buonissima variante della Crescia Romana dove al posto dei formaggi viene utilizzata la ricotta, arricchita da liquori, sambuca, cannella, anice, spezie, aromi e scaglie di cioccolata.
- **Una abbondante selezione di formaggi**: che vanno dal *Pecorino romano alla caciotta e alla ricotta*
- **Succhi di frutta, vini dei Castelli romani, colomba pasquale, uova di cioccolato**
- Ed infine non può mancare il famoso "**O SQUAIO"** una tazza di cioccolato amaro disciolto in latte caldo a volontà, zuccherato a piacere e, se volete, sormontato da un pizzico di panna montata.

Un trionfo di deliziose leccornie. Sicuramente non è una colazione leggera, in particolare la coratella, ma a Roma si sa, piace esagerare.

In rete ho trovato questo simpatico Decalogo romano, proprio sulla Pasqua

ER DECALOGO DE PASQUA di Marco Mascioli

- 'A colazione de Pasqua se fa alle 9, perché a pranzo se rimagna. Er brunch o fai fori dal raccordo.
- 'A frittata se fa rigorosamente colla mentuccia. Si nun conosci a differenza hai da tornà a scola.
- Diffida de chi nun vole a coratella de prima mattina, de solito rompe er c...zo anche a pranzo e a cena.
- 'E testarelle d'abbacchio nun se magnano, se sporpano.
- Le ova sode se fanno pure si nun se le magna nessuno. E' tradizione.
- I carciofi li poi fa alla romana, alla giudia o ammischiati alla carne. I carciofini sott'olio li poi pure dà ar cane.
- C'è un solo salame, 'a corallina. E si nun è lungo armeno na metrata vor dì che c'hai un problema in famija.
- 'A colomba è robba der Nord. A Roma er salame se accompagna colla pizza cresciuta.
- Va bene er caffè, va bene er latte cardo, ma ora, pe piacere, passame er vino.
- Chi dice "Pasqua con chi vuoi" è stato adottato.

Piante tossiche più comuni in Italia

Ugo Laneri, già ricercatore dell'ENEA

Introduzione

La Tossicologia è la Scienza che studia i sintomi, i meccanismi e i trattamenti in relazione a sostanze che provocano effetti dannosi sull'uomo e sull'animale dopo ingestione/contatto. Si noti che talvolta la tossicità si manifesta solo dopo che la sostanza sia arrivata al fegato. Qualcuno distingue l'aggettivo tossico da velenoso, ma qui i termini sono usati come sinonimi. La mancata conoscenza della botanica applicata e, in particolare, il riconoscimento delle piante e delle loro caratteristiche può essere fatale: ogni tanto qualche persona si avvelena più o meno gravemente, fino a morirne, ingerendo parti di piante fortemente tossiche. E' il caso del Colchico, della Cicuta, dello Stramonio ecc., che contengono in abbondanza potenti molecole attive. Un concetto importante, maturato da Paracelso (svizzero, 1493-1541; personaggio geniale, ma controverso) e ancor prima dai Greci è: "Ogni sostanza è un veleno. La giusta dose differenzia un veleno da un farmaco"; cioè moltissime sono le sostanze/parti di organismi che in dosi al di sopra di una certa soglia, provocano effetti avversi, ma alcune di queste possono essere addirittura medicamentose a basse dosi o dopo qualche trattamento. E' imperativo quindi attenersi al famoso detto di Linneo "*Nomina si nescis, perit et cognitio rerum*", ovvero, traducendo liberamente: "Se non conosci il nome delle cose -nella fattispecie dei vegetali- praticamente è come se essi non esistessero": le piante vanno identificate esattamente, prima di avvicinarle. Qui tratteremo alcuni dei vegetali spontanei o coltivati a scopo ornamentale più comuni in Italia, che possono provocare effetti tossici in ambito casalingo (tralasciando condizioni professionali, piante e spezie esotiche non presenti, piante alimentari, organismi animali, sostanze minerali, funghi - i quali non sono dei vegetali, ma costituiscono un Regno a parte, quello dei *Fungi* o *Mycetes*). In realtà basse concentrazioni di tossine sono presenti in molti alimenti (in *Solanaceae* come patate, pomodori -soprattutto quelli verdi-, *Brassicaceae*, ma anche caffè, tè, ecc.,) e così nel pesto genovese o nello zafferano, senza parlare di alcuni dolci e ancor più dei liquori che (oltre all'etanolo) possiedono tracce di cianuro, come gli "amaretti". Tra le specie utilizzate come erbe commestibili, diverse *Boraginaceae* contengono alcaloidi pirrolizidinici, dannosi ad alte dosi o per accumulo; tuttavia non è il caso di privarsi, sempre senza esagerare, dell'ottima Borragine. Sembra che gli animali domestici talvolta si intossichino con le piante, mentre gli animali selvatici generalmente sanno distinguere le specie per loro commestibili e spesso sono in grado di metabolizzare certe tossine.

Piante_spontanee

Una delle piante velenose più comuni in Italia è il cosiddetto **Gigaro** o **Pan di serpe** (*Arum italicum* e simili). Diffuso al margine di siepi, ma anche nei boschi radi, esso ha foglie sagittiformi lunghe fino a 30 cm, con un "fiore" (in realtà un'infiorescenza particolare) che assomiglia un po' a quello dello Spatifillo (stessa famiglia: *Araceae*). Tutta la pianta è tossica per la presenza di alcaloidi, saponine, ossalati (come la maggioranza delle *Araceae*), ma più tossiche sono le bacche rosse riunite in una spiga. Basta l'ingestione di poche di esse per avere effetti gravi, se non addirittura mortali. A tal proposito è da rammenatre che il colore rosso può attirare in particolare i bambini. Altra pianta, molto comune nei prati in montagna, ma non solo, è il **Colchico**. Più noto è il *Colchicum autumnale*, fam. *Colchicaceae*, un tempo classificato nelle *Liliaceae,* diffuso nel Nord Italia, mentre nel Centro-Sud troviamo frequentemente *C. lusitanicum* e *C.neapolitanum.* Più di una volta qualcuno ha ingerito, per fare il risotto, antere e stimmi di tali specie, fino a morirne, scambiando i fiori del Colchico con quelli dello Zafferano (*Crocus sativus*). Ma basta sapere che lo Zafferano in natura non si può trovare (se non in coltivazioni abbandonate), in quanto essendo sterile non produce semi e che il numero di antere del Colchico è 6 (come in tutte le *Liliaceae*), mentre quello dello Zafferano è 3 (come in tutte le *Iridaceae*). Il Colchico contiene un potente alcaloide, la colchicina, micidiale ad alte dosi, ma usata, dopo opportuna diluizione, contro la gotta. Pianta diffusa soprattutto nelle zone ruderali fino alla montagna è lo **Stramonio** (*Datura*

stramonium), detto anche "erba delle streghe"; solanacea annuale cespugliosa, alta fino a 1,8 m, con fiori bianchi eretti a forma di tromba e frutti che assomigliano a noci spinose. I semi e le foglie contengono i potenti alcaloidi tropanici scopolamina e josciamina. Tale pianta assomiglia un po' alle Dature e Brugmansie esotiche usate in cerimonie dagli sciamani/curanderos come piante magiche, allucinatorie (vedi oltre). Talvolta si sono cercati tali effetti consumando i semi dello Stramonio, andando incontro a serie intossicazioni. Altre solanacee velenose da segnalare sono la Belladonna (*Atropa bella-donna*), il Giusquiamo (*Hyosciamus niger*) e la Mandragola autunnale (*Mandragora autumnalis*). La prima è nota per la presenza di bacche viola scuro, ricche di alcaloidi, tra cui l'atropina che, diluita opportunamente, viene usata dagli oculisti per dilatare le pupille; nel Rinascimento veniva usata dalle dame di varia estrazione per rendere brillante lo sguardo. A parte il Giusquiamo, della Mandragola si è letto tempo fa che aveva provocato una grave intossicazione in Sicilia a causa dell'ingestione delle sue foglie, essendo stata scambiata per Consolida. La Mandragola è una pianta magica per eccellenza, con una radice spesso antropomorfa. Non si può tralasciare la Cicuta, di cui tre sono le specie più note, tutte velenose e maleodoranti. La **Cicuta maggiore** (*Conium maculatum*), diffusa e comune in tutta Italia nelle zone ruderali ecc., dal livello del mare a c. 1500 m, è detta anche Cicuta di Socrate, in quanto il filosofo è stato fatto morire con il suo succo (forse mescolato a droghe); alta anche 3 m, con grandi foglie pennato-sette, fusto cavo e macchiato di rosso-viola. La Cicuta minore o C. aglina (*Aethusa cynapium*), raggiunge c. 80 cm, è diffusa nel Nord-Centro Italia in luoghi incolti freschi ed è anch'essa reperibile dal livello del mare alla montagna. La Cicuta acquatica (*Cicuta virosa*) è rara e reperibile solo in alcune zone del Nord Italia. Queste specie sono state scambiate, allo stadio giovanile, per prezzemolo selvatico o cerfoglio, appartenenti alla stessa famiglia *Apiaceae* (*Umbelliferae*); ma oltre ai caratteri morfologici, il cattivo odore delle cicute dovrebbe evitarne la raccolta.

Gigaro (A.B.)*	Colchico (A)	Stramonio (A.B.)	Cicuta maggiore (A)	Cicuta maggiore (A.B.)

Molte altre sono le piante velenose, o solo nei frutti, o in toto: Agrifoglio, Aquilegia, Brionia, Caprifoglio, Digitale, *Nigella damascena*, Stracciabraghe, ecc. Quasi tutte le *Ranunculaceae,* tra cui è da segnalare il montano Aconito (*Aconitum napellus*), sono tossiche.

Piante_coltivate

Molto diffuso lungo le strade e in numerosi giardini per la sua duratura, bella e abbondante fioritura, facilità di coltivazione, rusticità e resistenza alla siccità è **l'Oleandro** (*Nerium oleander*), fam. *Apocynaceae,* tutto tossico. Pianta arbustiva, ma talvolta allevata ad alberello, è ancora presente in natura in qualche fiumara soprattutto del Sud Italia, fino al piano collinare, costituendo talvolta una caratteristica cenosi. Esistono varietà a fiori singoli o doppi, di vario colore, alcune anche profumate; sarebbe utile per il giardinaggio averne altre cultivar, magari di piccola taglia. E' una specie notevolmente velenosa; si riferisce che ci sono stati casi clamorosi di avvelenamenti mortali quando con essa sono stati fatti degli spiedini e si è cotta così la carne: gli alcaloidi e glucosidi digitaloidi presenti si erano trasferiti nel cibo, con effetti drammatici; infatti ne bastano 50 mg per uccidere un uomo. Lo stesso fumo sprigionato bruciandone i rami, provoca effetti tossici. Si riporta

anche di qualche animale morto dopo averne mangiato le foglie. Ma allora dovremmo bandirlo dai giardini, soprattutto quelli frequentati dai bambini? In realtà, a parte l'uso sconsiderato per farne spiedini, sembra che i casi di avvelenamento siano molto rari (forse perché le foglie sono amare e cuoiose). Comunque dopo la potatura di tale pianta si consiglia un lavaggio delle mani con acqua tiepida e sapone. Altre *Apocynaceae* coltivate sono il Falso gelsomino o Rincospermo (*Trachelospermum jasminoides*, sinonimo: *Rhynchospermum j.*), che ha un latice irritante per le mucose e tossico all'ingestione; inoltre, *Mandevilla* ibrida, spesso nota come *Dipladenia* o "Sundaville" (nome commerciale). Nelle zone miti troviamo *Mandevilla suaveolens* e il Frangipani (*Plumeria sp.*), dai magnifici fiori, usati un tempo nelle Hawaii per farne collane ("lei") . Piante in passato nelle *Asclepiadeceae*, ma da poco riunite nelle *Apocynaceae* sono *Stephanotis floribunda* e *Araujia sericifera,* probabilmente tossiche, dato il latice e la collocazione sistematica. Varie *Asclepias* (*A. curassavica, A. syriaca* ecc.) contengono potenti glicosidi ad azione cardiaca. *Solanaceae* spettacolari per i loro fiori sono le Brugmansie (a lungo confuse con *Datura*), vanto dei giardini a clima mite, provenienti dal Sud america. I fiori a tromba, lunghi fno a 30 cm, penduli, vanno dal bianco al giallo, all'arancione, al rosso, secondo la specie e la cultivar. *Brugmansia suaveolens* dai grandi fiori bianchi profumati di notte, viene detta Tromba d'angelo. Tutte le Brugmansie sono velenose e contengono anche sostanze allucinogene: esse sono usate dagli sciamani per procurarsi stati di trance e solo la loro lunga esperienza evita effetti letali. Accenniamo alle *Euphorbiaceae*, dal latice più o meno tossico e/o irritante. Nel periodo natalizio siamo invasi dalla Stella di Natale (*Euphorbia pulcherrima*), che fortunatamente ha un latice con bassa tossicità. Altre *Euphorbiaceae* come il Ricino *(Ricinus communis*) hanno semi molto tossici. Dopo contatto col latice delle *Euphorbiaceae* bisogna lavarsi bene con acqua tiepida e sapone. Il **Tasso** (*Taxus baccata*, fam. *Taxaceae*), alberello dioico tutto tossico, detto, con toni drammatici, "albero della morte", ha semi ricoperti da un tessuto carnoso rosso (arillo) che è dolce e edule anche per noi; il seme invece è amaro e fortemente velenoso. Se noi mangiassimo solo l'arillo non avremmo alcun danno, ma se i semi fossero masticati, allora ci sarebbero effetti nefasti; così succederebbe ad un erbivoro (ad es. un asino) che li mangiasse, masticandone anche i semi. Per stare più tranquilli si potrebbero coltivare solo piante maschili. Accenniamo al **Lauroceraso** *(Prunus laurocerasus),* fam. *Rosaceae,* talvolta confuso con l'Alloro, anche per il vezzo di abbreviarne il nome in Lauro (Alloro o Lauro è *Laurus nobilis*, fam. *Lauraceae*). Esso produce delle drupe che assomigliano a quelle dell'alloro, le quali ultime sono usate per insaporire varie pietanze. Per errore, è capitato di preparare un liquore con i frutti del Lauroceraso; data però la loro bassa tossicità, non ci sono stati avvelenamenti. Ricordiamo che molti semi di *Rosaceae* contengono delle molecole cianogenetiche, cioè che sprigionano cianuro (notoriamente tossico); anticamente nel mandorlo è stato trovato un mutante privo della capacità di sintetizzare tali sostanze: ecco "nato" il mandorlo come lo conosciamo (*Prunus dulcis!*). Del resto si usano semi di mela, di nespola del Giappone (da cui il "nespolino") ecc. per farne liquori; un famoso Amaretto è prodotto con semi di albicocche.

Oleandro (A)*	Tasso: arilli (W)	Lauroceraso (W)	Edera (A.B.)	Diffenbachia (W)

Molte altre piante coltivate sono più o meno velenose, dall'**Edera**, ai Ciclamini, ai narcisi, ai mughetti (*Convallaria majalis*), a tutte le *Araceae* in casa, tra cui spicca per la tossicità **Diffenbachia**, ma anche *Philodendron*, Potos (*Epipremnum*, sin. *Scindapsus*), le calle ecc.

Non dobbiamo trascurare infine il pericolo dato dalle piante con foglie terminanti in spine come Agavi, *Cycas*, *Yucca elephantipes* e molte *Cactaceae*: oltre al danno meccanico, spesso vengono iniettate sostanze molto irritanti, soprattutto per gli occhi.

Conclusioni

Molte sono le piante velenose spontanee in Italia e numerose quelle coltivate in casa e in giardino. Ma allora la Natura è matrigna? No, anzi, poiché non poche di quelle velenose possono fornire, dopo opportuni trattamenti, dei medicamenti. Quindi bisogna conoscere bene le piante ed usare il buon senso, sia pure agendo con prudenza. Certamente è necessario stare molto attenti con i bambini piccoli (1-4 anni) perché i frutti rossi/viola/blu attirano la curiosità e si sa che i bimbi tendono a mettere tutto in bocca. Molte bacche sono tossiche e la maggioranza ha proprio tali colori; ma anche qualche pezzo di foglia potrebbe essere strappato e rapidamente ingerito. Attenzione in particolare alle *Araceae*, così comuni in casa (Anturium, Diffenbachia, Filodendron, Potos, Spatifillo ecc.) e a quelle contenente latice, che esce facilmente dopo rottura di foglie o rami, o ancora con bacche come Gigaro, Belladonna, Dafne, ma anche Vischio ecc.; tuttavia in caso di contatto/ingestione accidentale non si hanno di solito effetti gravi. Esiti peggiori anche negli adulti possono risultare in seguito ad errori o all'uso ludico, usando come spezie o "rimedio" erboristico (facendo delle tisane!) piante molto tossiche come il Colchico, la Cicuta o lo Stramonio. Passando ai giardini, anche quelli scolastici, sarebbe assurdo bandire da essi le piante velenose, che poi magari troviamo a casa; tuttavia per prudenza negli asili è meglio evitarle. Gli insegnanti potrebbero però prendere lo spunto da esse per parlare di organismi tossici, compresi diversi funghi.

***Fonti delle immagini:** **(**A.B.) Dott. Andrea Bonito, curatore del Giardino dei Semplici, Orto Botanico dell'Università di Roma "La Sapienza", che si ringrazia vivamente; (A) Autore**;** (W) Web

Note bibliografiche/sitologia

-Piante che uccidono, Elizabeth A. Dauncey e Sonny Larsson, Ricca Editore, 2018
-Le piante degli orti e dei giardini: prevenzione del rischio. ISPESL, 2008; 3 parti, scaricabili da:
https://www.frareg.com/cms/wp-content/uploads/ISPESL_piante1.pdf
https://www.frareg.com/it/documenti/le-piante-degli-orti-e-dei-giardini-prevenzione-del-rischio/
-Acta Plantarum: www.actaplantarum.org

UNA PIANTA

Una antichissima leggenda narra che Zeus e Demetra (Dea della terra e dell'agricoltura) avevano una figlia Persefone che amavano molto ed era bellissima. Il dio dell'oltretomba, Ade, si innamorò perdutamente di Lei, ma mentre Zeus era d'accordo, Demetra si oppose con forza alla loro unione.

Ade allora rapì Persefone mentre era intenta a raccogliere dei fiori. Appena Demetra seppe del rapimento vagò per tanti giorni nella ricerca della sua amata figlia e non trovandola cadde in una tremenda depressione e disperazione, tanto che anche la natura iniziò a soffrire. A questo punto Zeus convinse Ade a fare un accordo per cui dalla primavera alla fine dell'autunno Persefone sarebbe stata con i genitori e gli altri mesi con Ade.

Questo accordo fece sì che Demetra riprese il suo ruolo di dea protettrice della terra e la natura tornò ad essere piena di vita. Proprio la natura accolse il primo ritorno di Persefone all'inizio della primavera con tanti fiorellini delicati e vellutati che da quel momento si chiamarono Viola del Pensiero e che ogni primavera rifioriscono per festeggiare il ritorno di Persefone dai genitori.

VIOLA TRICOLOR

Tutti noi conosciamo questo fiore, la cui piantina la troviamo in vendita anche nei supermercati, conosciuta anche come viola cornuta, oppure con il nome francese pensèe o pansè. Il suo nome scientifico è Viola tricolor; appartiene al genere Viola, che comprende circa 400 specie, e alla famiglia delle Violaceae. È originaria dei Pirenei e del Nord della Spagna ed è una pianta erbacea perenne oramai diffusa ovunque.

Il suo nome di viola cornuta è dovuto al lungo sperone posto dietro il fiore che contiene il nettare, questo nome era già conosciuto in epoca romana.

Sono moltissimi i cultivar della viola che danno fiori di splendidi colori vivaci e rifiorenti, anche la grandezza dei fiori è variabile da 1,5 cm a oltre 5 cm.

Per la sua coltivazione non è richiesta alcuna particolare attenzione i risultati migliori si hanno con una esposizione in leggera ombra ma principalmente soleggiato, il terreno deve essere soffice e ricco di azoto e ben drenato.

L'esposizione più adatta ad una buona crescita della pianta è invece quella in pieno sole o in leggera ombra.

La viola ha proprietà terapeutiche importanti ed il suo utilizzo è conosciuto sin dalla antichità, L'utilizzo più conosciuto è la tisana di viola cornuta che facilmente può essere realizzato in casa e si dice ottimo per curare raffreddori e problemi respiratori

Questa foto di Autore sconosciuto è concesso in licenza da CC BY-NC-ND

In erboristeria acquistare fiori di viola e delle foglie di timo con cui prepareremo la tisana mettendone un poco in una tazza con acqua bollente e facendo riposare per 20/30 minuti.

È possibile, anche, preparare anche uno sciroppo ottimo da utilizzare per calmare la tosse ed allievare la gola arrossata. Procuriamoci 25/30 fiori di viola, 150 ml di acqua e circa 300 gr di zucchero.

Dopo aver fatto bollire l'acqua ed averci messo i fiori di viola lasciamo per un paio di ore a riposare il tutto. Tolti i fiori scoliamoli per bene, uniamo lo zucchero al liquido e facciamo bollire fino a quando lo zucchero sarà totalmente sciolto, una volta raffreddato possiamo metterlo in una bottiglia e conservarlo in frigo.

I fiori di viola cornuta sono commestibili e possono essere utilizzati per rendere speciale una bella insalata.

ARRIVEDERCI Al n. 63