

Qualche erba spontanea dell'Oasi Segantini

nome	nome	Farmacopea	Cucina	Legende
Artemisia-Assenzio	Artemisia vulgaris o absintia	antisettica, antispasmodica, carminativa, digestiva	cotta o cruda amara e aiuta digestione, tè infusione, aromatizzante della birra	Artemide, dea della caccia- sano, amaro
Borragine	Borago Officinalis		foglie e fiori, ripieni insalate	infonde coraggio e scaccia la tristezza
Luppolo	Humulus Lupulus	sedativo, insonnia, antitumorale, amaro	germogli detti "asparagi" torta di verdure, risotto, flan, bolliti, Birra	sacra ad Afrodite, simbolo di fertilita' e amore
Erba San Pietro Erba amara	Balsamita major	aromatizzante, diuretico, in pomata lenitiva	frittatine, aromatica un po mentosa, infusioni	erba della Bibbia perche' usata dai monaci come segnalibro
Falsa Ortica purpure	Lamium purpureum	vulneraria, espettorante, depurativa, combatte il malumore	impasto per gnocchi, insalata, ma con cautela	Lamia era una regina libica amata da Zeus, trasformata in un mostro crudele dalla gelosia di Era (Giunone).
Melissa	Melissa Officinalis	depressione, emicrania, digestivo	insalata, profuma di limone, tutti i piatti di stagione, aromatica	Allevò il dio Zeus neonato sul Monte Ida, nutrendolo con il miele per proteggerlo dal padre Crono.
Erba Pazienza	Rumex patientia	ossalato di potassio, acido crisofanico, ferro	e crude nelle insalate, cotte in zuppe e stufati o stratificate in piatti da forno come le lasagne	guarisce molti mali ma ci vuole pazienza
Piantagine	Plantago lanceolata o monosperma	astringenti, emorroidi, aparato respiratorio, cicatrizzante	foglie crude insalata, cotte come spinaci	pianta del piede, simbolo dell'umiltà perche' viene calpestata
Dente di Leone, Tarassaco	Taraxacum Officinalis	depurativa, digestiva, diuretico	tutto, foglia, fiore, radice, insalata, ripieni, torte salate	Teseo mangio per 30 gg di fila per poter affrontare il minotauro, aiuta ad affrontare i viaggi ed i distacchi
Salvia dei prati	Salvia sylvestra	digestiva, antiinfiammatoria	aromatica, insalata, carpione, canarino	Cleopatra la usava per conquistare gli uomini
Santoreggia	Santureja Hortensis	afrodisiaco, digestiva	profumata e resinosa, minestrone, con carni bianche	erba del satiro, disinibente e afrodisiaca