

# ORTO BOTANICO LOCATELLI

*Un orto botanico di quartiere al servizio dei cittadini e delle scuole*

Associazione Eco-filosofica  
Associazione Culturale “Nicola Saba”  
CTP “C. GIULIO CESARE”

## ALBERI E SALUTE

GEMME E GERMOGLI DI ALBERI E ARBUSTI  
FONTI DI VITA



*Germogli di Abies alba*

*Maggio 2007*



Gruppo Ricerca Culturale Locatelli

Via F. Baracca 86, 30173 Mestre-VE

Tel. 041- 5344322

E-mail: [liviotito@virgilio.it](mailto:liviotito@virgilio.it)

# **GEMME E GERMOGLI DELLE PIANTE FONTI DI VITA**

## **INDICE**

**PREMESSA**

**VI SONO FORZE DIVERSE NELLE GEMME...  
(Paracelso)**

**PARACELSO, OVVERO  
AL BIVIO DELLA SCIENZA MODERNA**

**LE GEMME E I GERMOGLI: ALCUNI ASPETTI  
BOTANICI**

**LA GEMMOTERAPIA**

**10 PIANTE GEMMOTERAPICHE**

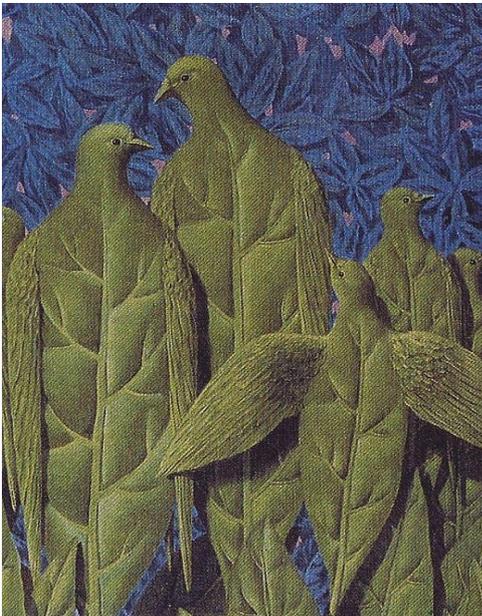
**GERMOGLI IN CUCINA**

**BIBLIOGRAFIA PRINCIPALE**

## PREMESSA

**Gemme e germogli di alberi e arbusti, fonti di vita.**

**“Con l’ascensione del sole verso lo zenith e il tepore primaverile, l’albero a poco a poco esce dal suo lungo sonno. Sui suoi rami si schiudono ovunque le gemme, di cui l’inverno aveva compresso e fatto richiudere su se stesse le scaglie feltrate; dalle gemme spuntano le foglie che si aprono e che iniziano immediatamente ad assorbire con avidità la luce del nuovo sole, mentre all’interno ribolle la linfa e le radici secondarie succhiano dalla terra, intiepidita e ammorbidita dai temporali, l’acqua nutriente.” (Jacques Brosse, La magia delle piante)**



**Perché non dovremmo conoscere gli alberi e osservare nelle gemme la forza della vita che muta?**

**Le gemme e i germogli non ancora schiusi contengono in sé tutta l’energia vitale della pianta che si risveglia dopo l’inverno. Raccolte e opportunamente preparate, trasmettono forza all’organismo agendo come stimolante biologico.**

**Questo breve opuscolo vuole proporre una maggiore attenzione e conoscenza delle gemme e dei germogli di alberi e arbusti utili alla nostra salute e un approfondimento del metodo terapeutico della gemmoterapia. La gemmoterapia interviene sul linfodrenaggio e stimola le difese naturali.**

**Colgo l’occasione per ringraziare le Associazioni e le persone che hanno collaborato alla redazione e stampa del presente testo e, in particolare, il prof. Francesco Lamendola per la prolusione riguardante la figura di Paracelso, e il dr. Maurizio Minuzzo per la preziosa collaborazione.**

**Livio Locatelli**

## VI SONO FORZE DIVERSE NELLE GEMME... (Paracelso 1493-1541)

“Vi sono forze diverse nelle gemme, nelle foglie, nei bocci, nei frutti acerbi, nei frutti maturi...Quindi si deve rivolgere la propria attenzione dal primo germoglio sopravvenuto, all'ultimo, giacché così è la natura ...Così c'è una maturazione per i giovani germogli, una per le fronde, una per i fiori, una per le fibre, una per i succhi, una per le foglie, una per i frutti” (Paracelso).



Philippus Aureolus Theophrastus Bombast di Hohenheim, detto Paracelso, nacque in una località vicina a Zurigo il 17 dicembre 1493 ed è noto col nome latino, Paracelsus, del quale si era fregiato. Suo padre, Wilhelm, era medico e da lui apprese i primi rudimenti di quella che era nota anche col nome di Arte Regia, ovvero l'Alchimia. La sua figura attraversa la medicina rinascimentale come un terremoto.

Se prima di lui la medicina accademica di impostazione galenica può dominare incontrastata da un lato ignorando o disprezzando ogni terapia di stampo popolare, dall'altro approfondendo sempre più la propria vocazione laica, profana e protoscientifica, con Paracelso questa comoda situazione subirà un profondo scossone: egli è infatti il

primo grande, radicale e penetrante critico di quel Galenismo frigido, parcellizzante e materialistico che ha permesso alla medicina ufficiale occidentale di uscire dalla visione tradizionale. Da Paracelso si dipartirà invece quella tipologia di medici-filosofi che tenteranno di riportare la medicina a una visione olistica, quando non anche religiosa, immemori persino (col passar dei secoli) della loro filiazione dal grande Svizzero, il quale peraltro godette e gode di uno dei più feroci ostracismi culturali attuati dall'Occidente.

### **L'Alchimia**

Presente in tutte le grandi civiltà (egizia, indiana, araba, ebraica, cinese, europea) l'Alchimia esiste da almeno due millenni. Oggi è poco conosciuta, a differenza dei secoli passati nei quali era considerata una delle scienze più importanti e preziose per l'umanità. Ad essa è associato il concetto di *trasformazione*, che può essere riferita agli elementi naturali oppure alle caratteristiche psichiche, fisiche ed energetiche del corpo umano. L'Alchimia è una ricerca iniziatica e spirituale. È l'esplorazione scientifica e umanistica dell'energia della natura. Essa ci richiama a un'indagine più alta, a un'investigazione sul senso della realtà e della nostra stessa vita, è un ibrido tra scienza e spirito: dalla scienza riceve infatti la spinta ad osservare e studiare in profondità la natura, dallo spirito il bisogno di trovare o immaginare un senso universale. L'alchimia vuole superare il limite della scienza pura. Ricercando nella dimensione scientifica una chiave per aprire le porte dello spirito, ci suggerisce di dare un'impronta etica alla nostra esistenza e ci aiuta a comprendere che anche noi siamo parte dello straordinario mistero della natura.

# PARACELSO, OVVERO AL BIVIO DELLA SCIENZA MODERNA

A cura di Francesco Lamendola

Paracelso!

Basta pronunciare questo nome per evocare un'atmosfera particolarmente suggestiva, carica di reminiscenze arcane, misteriose e, forse, vagamente inquietanti. Paracelso (1493-1541) fu medico, astrologo, teologo, mistico e mago: la sua figura originale e gigantesca domina il nostro immaginario a cinque secoli di distanza, con una forza non minore di quella con cui dominò su quello dei suoi contemporanei. Ma perché questa forza, perché questa capacità di suggestione?



La risposta è che egli incarna un momento cruciale nella storia del pensiero occidentale e, in particolare, del pensiero medico-scientifico. Paracelso, uomo del Rinascimento nel miglior senso dell'espressione, è l'ultimo insigne rappresentante di quella concezione magico-alchemico-astrologica che affonda le sue radici nella notte dei tempi e che percorre, come un filo rosso, tutta la storia del pensiero scientifico occidentale pre-moderno. La sua opera venne ammirata, ma non ripresa dagli uomini del XVI secolo; e, qualche decennio dopo, con Francesco Bacone, Galilei e Cartesio, la scienza moderna imboccherà una strada completamente diversa. La

chimica, intesa come scienza puramente materialistica, si separerà dall'alchimia (che propugnava la trasmutazione dello spirito *insieme* a quella dei corpi); l'astronomia, ridotta a geometria meccanicistica, si staccherà dall'astrologia (che studiava i movimenti degli astri per meglio comprendere i loro influssi sul mondo sub-lunare). La medicina diverrà una tecnica di guarigione strettamente riduzionistica, tale da ridurre il corpo di vita dell'essere umano a un corpo inerte e alienato, pura sommatoria di organi: un corpo che (come afferma il filosofo Umberto Galimberti, per altro senza lagnarsene e anzi plaudendo al supposto "progresso") deve essere esaminato dal medico con lo stesso impassibile criterio di oggettività con cui un biochimico potrebbe studiare al microscopio un pezzo di legno. La teologia è stata relegata tra i dubbi saperi di un passato pre-scientifico; il misticismo viene guardato con sospetto e una punta di compatimento, oppure "spiegato" e, possibilmente, "curato", dai moderni stregoni della mente, psicologi e psichiatri. Infine la magia è stata demonizzata e scacciata nel regno tenebroso delle arti maledette o, nel migliore dei casi, nel museo archeologico ove lo scientismo e il positivismo trionfanti hanno relegato, in apposite vetrine di cristallo con tanto di cartellino esplicativo, i saperi in disarmo di un'epoca trascorsa per sempre, quando gli uomini erano vittime d'incredibili superstizioni né sapevano sbarazzarsi del mito, quest'ingombrante retaggio di un *altro* modo di attingere la conoscenza della natura, di un *altro* orizzonte gnoseologico.

Abbiamo detto che la concezione scientifica di Paracelso è stata una vera e propria *summa* del paradigma rinascimentale. In essa spicca l'orgogliosa fiducia dell'uomo-microcosmo che osa alzare gli occhi al cielo e prendere in mano il proprio destino di creatura immortale, riassunta nel celebre aforisma: "Non sia d'altri chi può essere suo". Eppure, tale fiducia nella libera, gioiosa avventura dell'uomo nel mondo è sempre accompagnata, in Paracelso, a una profonda consapevolezza dei limiti della natura mortale e dalla certezza - che è frutto ad un tempo dello studio dei classici e dell'intuizione mistica - che "esiste qualche cosa al di là della logica, come hanno dimostrato gli antichi, e che mediante lo splendore delle stelle irradia sull'uomo il riflesso della Luce divina, senza la quale noi non siamo altro che ciechi viandanti di un mondo destrutturato e svuotato di significato e di speranza.

L'uomo, dunque, è un micro-cosmo: punto di congiunzione fra l'umano e il divino, fra materia peritura e spirito eterno, fra realtà naturale e soprannaturale. Certo, gli astri influenzano il suo destino; ma la luce degli astri è peritura, mentre la Luce divina è imperitura; e l'essere umano è illuminato da entrambe le fonti, come lo è ogni altra cosa dell'Universo: creatura anfibia, egli trova la sua dignità nella compresenza e nell'armonia fra le sue due nature, le sue due vocazioni: quella verso l'aldiqua e quella verso l'aldilà. Troppo spesso, tuttavia, egli dimentica il suo destino e si allontana dal divino progetto di cui è espressione, trascurando tanto lo studio delle cose divine che di quelle naturali, tanto la fede quanto il sapere: e si fa brutto tra i bruti, creatura pesante della Terra che striscia nell'ombra, lungi dalla Verità.

Non si deve chiedere a Dio, d'altra parte, di intervenire continuamente nel mondo delle Sue creature: egli ha creato la Natura peretta, e l'uomo può trovare in essa la propria perfezione, adeguandosi a quella di lei. La Natura non commette errori, la *machina mundi* è perfetta in quanto realizzata all'interno di un Progetto divino il cui scopo è il Bene, e di cui l'uomo è parte essenziale. Il senso del destino umano, pertanto, sta nel riconoscere tale progetto e nell'accordarvisi, collaborando con esso secondo gli insegnamenti della Natura: in ciò risiedono la sua grandezza e la sua dignità. Non una creatura corporea senza residui, il cui pensiero e i cui



sentimenti non sarebbero altro che secrezioni del corpo (non diversamente da come lo sono il sudore e i rifiuti organici, concezione cara alla scienza e alla filosofia materialista, da Democrito al già citato Galimberti); ma una creatura che aspira all'eterno, *fatta a immagine e somiglianza del suo Creatore*.

Se Dio è autore del mondo naturale, Egli è anche il primo medico della Natura e, più precisamente, è l'autore della salute. La salute è necessaria al corpo perché il corpo è la casa dell'anima, e Dio non vuole che le malattie del corpo possano offuscare lo splendore e l'ardore di conoscenza che è proprio dell'anima. La medicina *seconda*,

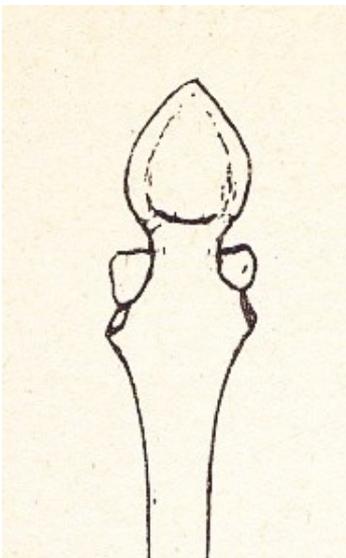
(quella propria agli umani) è investita pertanto di un duplice compito: curare il corpo *insieme* all'anima, poiché il primo non potrà mai godere della salute se non mettendosi in armonia con lo spirito immortale che lo abita e del quale è il tempo, ossia l'anima. La medicina, pertanto, deve rivolgersi contemporaneamente ad entrambi i principi vitali, quello mortale (il corpo) e quello immortale (l'anima); più esattamente, deve rimetterli in armonia là dove un momentaneo squilibrio ne ha incrinato la giusta relazione reciproca. Religione, si ricordi, deriva da *religare*, cioè legare, riunire di nuovo assieme: riunire ciò che originariamente era un tutt'uno, ritrovare l'unitarietà del proprio essere.

Da tutto ciò consegue, necessariamente, che la malattia si verifica sia quando il corpo si allontana dall'anima (ignorandone o misconoscendone il destino immortale), sia quando l'anima si allontana dal corpo, immergendosi nel flusso delle cose effimere e trascurando lo studio del suo ultimo destino. Non conoscere la destinazione ultima dell'essere umano, ecco la sorgente di molte malattie: e ciò non senza ragione. Se la salute consiste nel ristabilire l'equilibrio e l'armonia fra anima e corpo, ammalarsi vuol dire disprezzare la vera conoscenza di sé stessi e il giusto rapporto fra le parti dell'essere umano: dove il principio materiale è posto al servizio di quello spirituale e non viceversa; ma dove il principio spirituale deve esplicitare e realizzare la propria vocazione alla conoscenza e non appagarsi di una illusoria autosufficienza, di una *hybris* o dismisura che lo allontanerebbe dal Creatore, cioè dalla sua giusta collocazione nel mondo.

Ecco perché il medico deve essere anche astrologo, teologo, mistico, mago e alchimista; deve conoscere le proprietà naturali e quelle soprannaturali; deve saper vedere nel corpo del malato non una somma di organi puramente materiali, ma una scintilla di quel principio divino che si realizza in una felice sintesi di materia e spirito, di tempo ed eternità. A differenza della moderna scienza medica, meccanicistica e riduzionistica, la concezione di Paracelso è organicistica ed olistica: essa si confronta con un corpo di vita e non con un corpo artificiale ed alienato; con un corpo che è abitacolo dell'anima e, quindi, sensibile ai suoi bisogni e alle sue aspirazioni, che non sono di questo mondo.

Esattamente come la tanto disprezzata (dai moderni scienziati) medicina sciamanica, la medicina di Paracelso non limita il suo compito alla cura degli organi ammalati, ma al ristabilimento dell'equilibrio perduto fra anima e corpo: equilibrio, si direbbe, che la società moderna ha perduto a causa di uno stravolgimento della sua concezione dell'uomo e del mondo. Infatti, in un mondo desacralizzato e privato di senso, il corpo alienato dal suo principio superiore non può che vivere in uno stato di cronica malattia. Se le stelle che brillano in cielo non sono altro che fornaci nucleari in lento collasso; se minerali, piante e animali non sono che vile *res extensa*, materia brutta cui solo si attinge per sfruttarne il potenziale economico, accumulando senza posa prodotti di scarto; se nessuno spirito, benevolo o malefico, popola più il nostro mondo, essendo fuggito da luoghi e sostanze che altro per noi non sono se non risorse da saccheggiare e rifiuti da espellere a ritmo sempre più vorticoso: allora non ci resta che strisciare come vermi su una Terra desolata, divorandoci l'un l'altro come lupi feroci e attendendo che il nulla eterno ci liberi dal peso torturante delle nostre catene.

Paracelso è l'erede di un robusto realismo del pensiero medioevale, per cui le idee non sono astrazioni, ma entità, e la dimensione di ciò che è possibile tende a coincidere con ciò che effettivamente esiste. Fauni e nereidi, ad esempio, esistono realmente: non sono invenzioni della fantasia popolare, sono piuttosto creature che popolano piani di realtà contigui al nostro e, tuttavia, da esso distinti. Egli ha intuito che, se l'umanità ha *creduto* per migliaia d'anni in determinati enti, essi finiscono per acquistare vita propria, perché il pensiero non è semplicemente analitico e calcolante, ma è anche un'attività creatrice, che evoca forze potenti a noi pressoché sconosciute. Allo stesso modo è convinto che sia possibile fabbricare un essere umano artificiale, l'*homunculus*, in cui la tradizione cabbalistica del *golem* e la costruzione dell'uomo meccanico di Alberto Magno sembrano coincidere nel prototipo di una creatura che il mago può dirigere alla realizzazione dei suoi fini, così come ai suoi fini è in odi evocare spiriti dell'aldilà e di imporre loro la sua volontà e la sua lucida intelligenza.



All'interno di questo orizzonte di senso, all'interno di questo *cosmo vivo* in cui traluce tanto la dimensione soprannaturale del Progetto divino, quanto la libera attività modellatrice del soggetto umano, novello Adamo posto dinnanzi a un mondo perfetto, incantato e aurorale, si colloca il rapporto di Paracelso con la gemmoterapia, il ramo della fitoterapia che impiega gemmoderivati, e - più in generale - con l'erboristeria, che studia le essenze vegetali sotto il profilo officinale. Poiché fu forse il primo medico a utilizzare i minerali a scopo terapeutico (per esempio, il mercurio contro la sifilide), si è voluto vedere in lui il padre della medicina chimica; ma è un grossolano errore di prospettiva. Infatti, come abbiamo visto, per lui le cure fisiche rivolte al corpo mediante sostanze naturali non erano che una metà della scienza medica: checché se ne

dica, egli non liberò la chimica dalle superfetazioni dell'alchimia bensì, al contrario, propugnò una scienza medica che fosse contemporaneamente chimica ed alchemica. No, signori scienziati moderni: Paracelso non è stato il vostro precursore; egli avrebbe avuto orrore della vostra concezione dell'uomo e della medicina, e avrebbe deriso il vostro sapere arrogante e riduzionistico.

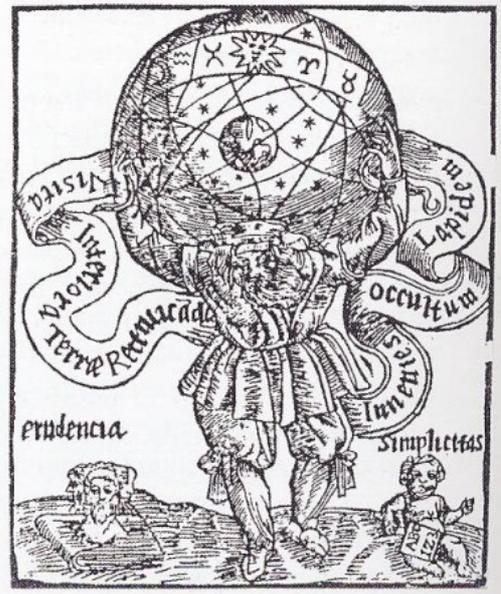
Ma che cosa sono i gemmoderivati? Si tratta di preparati in glicerina (alcool ottenuto dalla saponificazione dei grassi, usato come emolliente e diluente) di gemme o di altri tessuti vegetali in via di sviluppo. Il concetto della gemmoterapia è abbastanza intuitivo: così come la gemma è l'abbozzo di un germoglio da cui si svilupperà il fusto della pianta, così la gemma preparata mediante la glicerina agisce sull'organismo umano malato quale *principio attivo e dinamico*, immettendovi quella spinta alla crescita e al perfezionamento che, in natura, produce incessantemente il rinnovamento del manto vegetale. La medicina, dunque, deve imitare i processi della natura, facendo propria quell'energia vitale che ovunque circola e si rinnova, perpetuando il miracolo quotidiano della vita in tutte le sue forme, dalle più umili alle più elevate. Tutto il contrario della moderna medicina chimica, di sintesi, che immette nell'organismo sostanze morte e cadaveriche (tipico esempio, il cortisone: un



soteriologico delle religioni rivelate: prima c'era il Male, ossia la non-conoscenza; poi, con la rivoluzione scientifica, è arrivata la Rivelazione, aprendo la strada alla salvezza; infine è sorta una chiesa (la comunità tecno-scientifica) preposta a tale salvezza, con pieni poteri di salvare o di danneggiare, di santificare o di scomunicare.

Come ricorda anche Jeremy Rifkin nel suo libro *Entropia*, le grandi malattie epidemiche *non* sono state debellate dalla moderna scienza medica, bensì dalle migliorate condizioni igienico-sanitarie; al contrario, nell'ultimo secolo vi è stata una crescita esponenziale delle malattie iatrogene, ossia quelle provocate dalla medicina stessa (e non è escluso che l'influenza "spagnola" del primo dopoguerra, che mieté 20 milioni di vite umane, e la stessa A.I.D.S., siano appunto il prodotto di colture batteriologiche sviluppate a fini militari). Forse è davvero tempo che ritorniamo sui nostri passi e che ci riportiamo al grande bivio fra XVI e XVII secolo, quando la

medicina occidentale ha abbandonato la strada della medicina olistica di Paracelso, per seguire gli effimeri successi di quella riduzionistica *moderna*. Forse è il caso che riconosciamo, con umile franchezza, che non sempre andare avanti nel tempo e nel regno della quantità corrisponde ad un avanzamento del sapere reale; perché, come ammoniva Pasolini, è possibile abbandonarsi a uno sviluppo senza progresso, le cui conseguenze devastanti sono oggi sotto gli occhi di chiunque abbia conservato la facoltà di *vedere* e non solo di guardare. Ma, per tornare sulla strada giusta - quella di Paracelso - dobbiamo modificare radicalmente la nostra mappa concettuale dell'uomo e del suo posto nel



mondo. Non più un corpo senz'anima che striscia su una Terra indifferente, in un Universo privo di senso; ma una creatura spirituale, animata dalla coscienza del suo profondo, ineliminabile legame con tutti gli altri enti - quelli visibili e quelli invisibili - e dalla fierezza di poter collaborare a un destino di libertà e di amore cosmico.

**Francesco Lamendola**

## LE GEMME E I GERMOGLI: ALCUNI ASPETTI BOTANICI

### La gemma

La gemma, dal latino “gemma”, è un organo vegetativo, da cui possono avere origine foglie, rami e fiori, che rappresenta il primordio di un nuovo asse vegetale, cioè un



germoglio (“germen”) in via di sviluppo in cui è possibile distinguere un breve asse a forma conica che rappresenta l'apice vegetativo del germoglio e gli abbozzi fogliari che daranno origine allo sviluppo delle foglie. Si possono osservare anche i primordi dei rami, posti all'ascella degli abbozzi fogliari, che si svilupperanno producendo i rami.

Le gemme, sono formalmente molto diverse col variare delle specie e si possono distinguere secondo diversi punti di vista.

In genere le gemme delle piante legnose sono protette da particolari strutture fogliari dette perule che, a loro volta, possono essere

rivestite da sottilissimi peli o resina che le rendono impermeabili e, quindi, idonee a proteggere le gemme, al loro interno, durante le stagioni avverse. Nell'ippocastano una soffice peluria riveste la parte interna delle perule, mentre l'esterno è cosparso di resina appiccicosa.

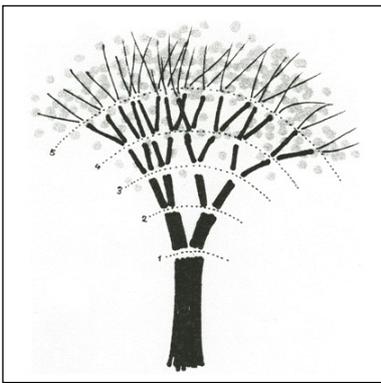
Caratteristiche delle piante erbacee sono invece le “gemme nude”, dette così perché mancano di ogni protezione. Rispetto all'organo a cui danno origine, si distinguono gemme a legno, quando producono rami e foglie, e gemme a fiore (o a frutto), quando danno origine ai fiori e quindi ai frutti. Il loro germogliamento può essere ben distinto nel tempo (prima i fiori poi le foglie o viceversa, o insieme). Di particolare interesse anche le gemme dormienti, sostitutive o avventizie, che possono svilupparsi in sostituzione di quelle normali a seguito di eventi particolari (come ad esempio le potature, i disseccamenti, gli attacchi parassitari) e restare inattive per lunghi periodi (decine d'anni). Esse si risvegliano solo in caso di necessità.

Per assicurare la sopravvivenza delle gemme nel periodo invernale, alcune piante hanno sviluppato adattamenti particolari. Molte piante erbacee, come alcune piante aromatiche (la lavanda, il timo o la salvia), sviluppano gemme solo sulla parte più bassa del fusto, quella lignificata a pochi centimetri dal terreno, meno esposta al freddo e alle intemperie e protetta dalle foglie morte della stessa pianta. In altre piante erbacee, quelle con organi sotterranei di riserva (rizomi, bulbi, tuberi) le gemme sono nascoste e protette dal terreno.

## Gemme, germogli e accrescimento delle piante

L'inizio di una nuova stagione vegetativa coincide con la riattivazione dei due meristemi dell'albero: quello apicale (contenuto nelle gemme) e quello laterale (il cambio). Il primo determinerà l'allungamento longitudinale del fusto con la distensione degli internodi e l'espansione delle bozze fogliari, il secondo la crescita diametrale, con la produzione di nuovi tessuti conduttori.

In primavera la gemma si gonfia, l'apice comincia ad allungarsi, l'eventuale resina si scioglie e le perule si aprono e cadono. Ma le gemme possono germogliare anche in tempi diversi. In alcuni noti alberi da frutto (mandorlo, pesco) o nell'albero di giuda, le gemme a fiore germogliano prima riempiendo i rami di stupende "gemme" colorate. Finita la fioritura inizia la germogliazione delle gemme a legno. Dalle gemme che hanno ripreso a crescere vengono sintetizzati ormoni. È noto che le bozze fogliari in crescita sono i luoghi privilegiati di biosintesi di auxine e gibberelline che, trasportati nelle parti inferiori, determinano la ripresa della crescita del cambio.



Per quanto riguarda la gemma apicale (o terminale) è bene ricordare che il tipo di ramificazione, caratteristico di una data pianta, dipende dalla sua persistenza negli anni. Se, questa gemma, rimarrà attiva per tutta la vita della pianta, l'asse caulinare si accrescerà indefinitamente e dalle gemme laterali, di questo, avrà origine una serie di rami detta di primo ordine dalle cui gemme laterali si svilupperanno rami detti di secondo ordine e così via. Si otterrà in questo modo un tipo caratteristico di ramificazione detto

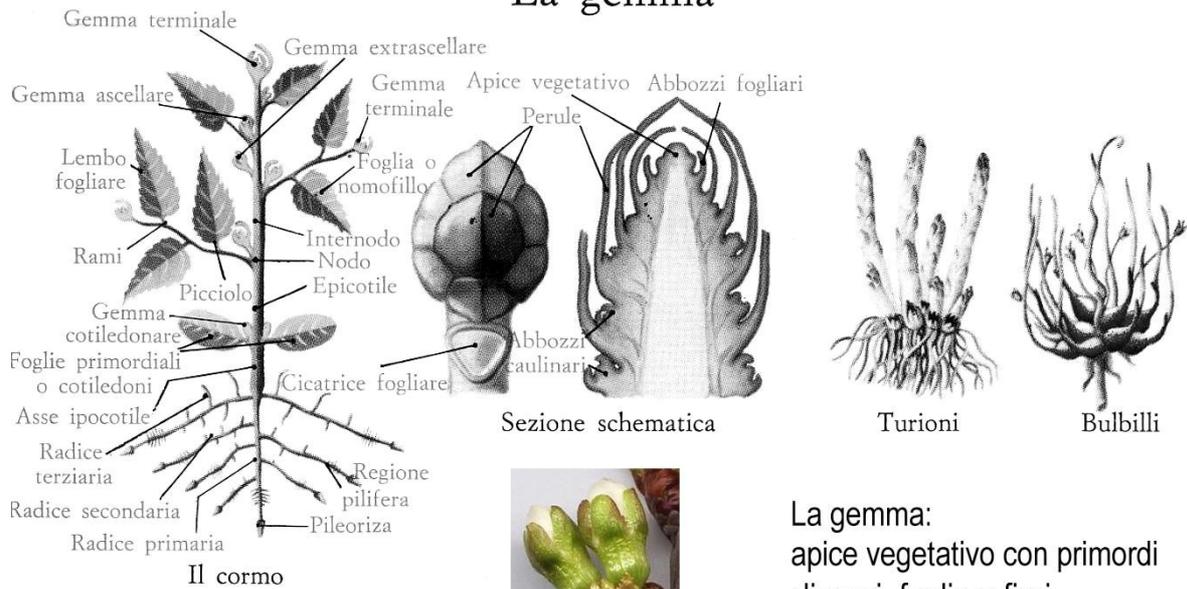
monopodiale (es: Abete).

Se, invece, la gemma apicale muore alla fine della stagione vegetativa (come ad esempio nel Tiglio e nell'Olmo), l'asse caulinare cessa di crescere e, allora, avranno un maggiore sviluppo i rami laterali di primo ordine che, successivamente, saranno superati da quelli di second'ordine e così via. Prenderà quindi forma un tipo di ramificazione detta simpodiale. Vi è quindi uno stretto rapporto tra tipologie di gemme e forma delle chiome delle piante e degli arbusti delle diverse specie. Lo sviluppo annuale crea una architettura ritmica e la ramificazione dell'albero.

Se guardiamo al regno dei vegetali, ci colpisce la regolarità delle loro forme; in molti alberi, per esempio, i rami sono disposti in modo regolare intorno al tronco, così come molti fiori hanno cinque petali e cinque sepali la cui distribuzione richiama un pentagono regolare. La ramificazione degli alberi, la fillotassi, ecc. richiamano la sezione aurea.

Con «sezione aurea» s'intende un rapporto in cui la proporzione tra le parti è costante. Trattasi di una successione di numeri interi definita a partire dalla coppia 1, 1 in cui l'elemento successivo è calcolato come somma degli ultimi due: 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13... Questo numero algebrico irrazionale, 1,6180..., chiamato sezione aurea o numero di Fidìa, che Euclide trovò per via geometrica, è un valore che ha sempre avuto grande importanza anche nell'architettura, nella pittura e nella scultura.

## La gemma



La gemma:  
apice vegetativo con primordi  
di rami, foglie e fiori.



Ramificazione monopodiale



Ramificazione  
simpodiale

Nella **gemma** è possibile distinguere un breve asse a forma conica formato da cellule meristematiche (dal greco meristos, diverso è un tessuto composto di cellule non differenziate che duplicandosi originano nuovi tessuti) che rappresenta l'apice vegetativo del germoglio e gli abbozzi fogliari che daranno origine allo sviluppo delle foglie.

Si possono osservare anche i primordi dei rami, (abbozzi delle gemme secondarie) posti all'ascella degli abbozzi fogliari, che si svilupperanno producendo i rami.

L'inizio di una nuova stagione vegetativa coincide con la riattivazione dei due meristemi dell'albero: quello apicale (contenuto nelle gemme) e quello laterale (il cambio). Il primo determinerà l'allungamento longitudinale del fusto con la distensione degli internodi e lo sviluppo fogliare e dei rami secondari, il secondo la crescita diametrale, con la produzione di nuovi tessuti conduttori

# LA GEMMOTERAPIA

Caratteristica dei Gemmoderivati è l'utilizzo come materia prima di giovani tessuti vegetali allo stadio iniziale di sviluppo. Gemme, radichette, germogli, linfa sono utilizzati freschi, appena raccolti nelle migliori condizioni ambientali, da specie selvatiche o da coltivazioni biologiche. Sono apprezzati per l'azione particolarmente "dolce", flessibile e modulata, che ne consente l'utilizzo anche in situazioni delicate.

## Cenni storici

La gemmoterapia è quella branca della fitoterapia che utilizza parti fresche vegetali allo stato embrionale, i cui principi attivi sono estratti mediante un solvente appropriato.

Negli anni cinquanta, il medico belga Pol Henry si è dedicato, per primo, allo studio e alla sperimentazione dei gemmoderivati. Egli infatti ha preconizzato l'uso di questi preparati basandosi sul presupposto che le piante, nel loro primo sviluppo, contengano sostanze con caratteristiche particolari sia per la qualità che per la quantità. I suoi studi, in seguito, sono stati approfonditi, sia da un punto di vista



clinico che da un punto di vista sperimentale, da studiosi francesi fra i quali ricordiamo, Martin, Paqualet, Netien, Tetau e Bergeret.

In particolare, al professore Netien dell'Università di Lione, si devono i severi controlli di laboratorio sui gemmoderivati e l'indagine per la ricerca e il dosaggio di alcuni principi attivi. Sono stati evidenziati nei tessuti embrionali vegetali dei componenti come le auxine e le giberelline, dei fattori di crescita, degli enzimi, delle proteine e degli acidi nucleici (DNA, RNA).

Infatti, sperimentalmente, si è potuto constatare che molti principi attivi, contenuti in notevole quantità nelle gemme, si ritrovano, spesso, solo in tracce nelle parti adulte delle piante.

## La preparazione

La Farmacopea Francese del 1965, nella monografia "Preparazioni omeopatiche", specifica le parti vegetali che devono essere utilizzate: gemme, giovani getti o germogli (gemme appena schiuse), giovani radici, scorza di radici, semi. Stabilisce inoltre modalità e tempi di conservazione ben precisi anche per i gemmoderivati: raccomanda che essi siano conservati al riparo dalla luce in recipienti ben chiusi e che siano utilizzati nell'arco dei cinque anni dalla preparazione.

Le parti vegetali, raccolte nel loro tempo balsamico, che di solito coincide con l'inizio della primavera, sono sottoposte, allo stato fresco, alla ripulitura, alla triturazione, alla determinazione del grado di umidità ed infine alla macerazione.

Su un campione del vegetale appena raccolto si determina il peso disidratato ponendolo in stufa a 105° e lasciandovelo fino al raggiungimento del peso costante; il

materiale vegetale viene poi posto a macerare per tre settimane in una miscela di alcool e glicerina la cui quantità è calcolata in modo da ottenere un prodotto finale che corrisponde a 20 volte il peso della materia prima riportata allo stato secco. Si procede ad una decantazione seguita da una filtrazione sotto pressione costante, a questa operazione si fa seguire un riposo del filtrato per 48 ore ed una ulteriore filtrazione.

Si ottiene così il Macerato Glicerico (M.G.) di base dal quale con opportuna diluizione si otterrà il prodotto pronto per l'uso.

La diluizione richiesta per i gemmoderivati è alla prima decimale hahnemaniana 1DH: ciò sta ad indicare che una parte del preparato di base viene diluita con 9 parti di una miscela contenente 50 parti di glicerina, 30 parti di alcool e 20 parti di acqua. Esempio di prodotto gemmoterapico: acqua, alcool, glicerolo, estratto idrogliceroalcolico (rapporto d'estrazione 1: 5) di gemme di acero campestre.

### **Il drenaggio**

Il termine “Drenaggio”, per la prima volta codificato dal medico svizzero Nebel, sta ad indicare una azione centrifuga favorita da sostanze, le quali convoglierebbero le “tossine” presenti nell'organismo verso determinati organi o tessuti (reni, fegato, cute) che avrebbero il compito di espellerle. Grazie all'azione del drenante, pare sia possibile limitare gli effetti troppo violenti di un rimedio o evitare un aggravamento della malattia all'inizio di un trattamento omeopatico.

Il drenaggio viene attuato stimolando in maniera debole e prolungata gli organi di eliminazione, detti “emuntori” (cute, polmoni, fegato, reni, intestino). In gemmoterapia si può favorire un drenaggio generale con *Betula alba* eventualmente associato a gemmoterapici specifici.

### **Utilizzi**

La prescrizione corretta in gemmoterapia prevede il nome del gemmoderivato in latino, seguito dalla sigla M.G. (macerato glicerico) 1 DH (prima decimale) e dalle regole posologiche. Ad esempio *Ribes nigrum* M.G. 1 DH – 50 gocce al mattino al risveglio, diluite in un po' di acqua, per 3 mesi.

L'impiego dei gemmoderivati è tenuto in particolare considerazione nella pratica medica fitoterapica ed omeopatica; spesso viene sfruttata l'azione “drenante” dei macerati glicerici come preparazione o complemento di terapie omeopatiche.

Indipendentemente dalla possibile associazione fra gemmoterapia e omeopatia i gemmoderivati utilizzati da soli spesso consentono il raggiungimento di notevoli risultati terapeutici. Essi, infatti, ricchi di biostimoline tissutali e alla bassa diluizione alla quale sono utilizzati, possono svolgere una notevole azione drenante a livello degli organi emuntori ed una azione stimolante a livello del sistema reticolo endoteliale.

# ***ORTO BOTANICO LOCATELLI***

*Un orto botanico di quartiere al servizio dei cittadini e delle scuole*

## **Gruppo Ricerca Culturale Locatelli**

### **10 PIANTE GEMMOTERAPICHE**

***ACERO CAMPESTRE***

***BETULLA BIANCA***

***CASTAGNO D'INDIA***

***FARNIA***

***FRASSINO MAGGIORE***

***NOCCIOLO***

***ONTANO NERO***

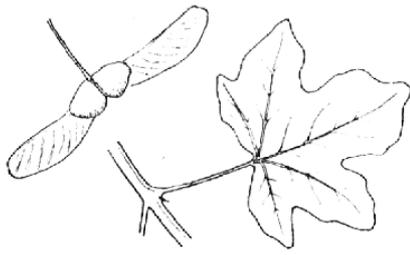
***RIBES NERO***

***SANGUINELLA***

***TAMERICE***



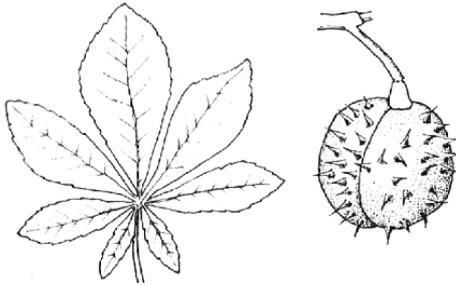
*L'Orto Botanico Locatelli, presso gli orti comunali  
nel Parco della Bissuola a Mestre-Venezia*



*GT01 Acer campestre*



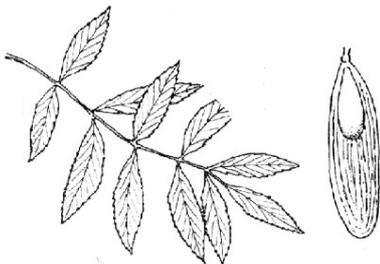
*GT02 Betula bianca*



*GT03 Castagno d'India*



*GT04 Farnia*



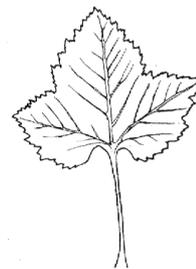
*GT05 Frassino maggiore*



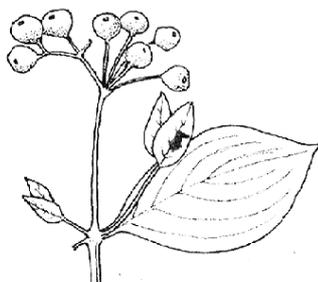
*GT06 Nocciolo*



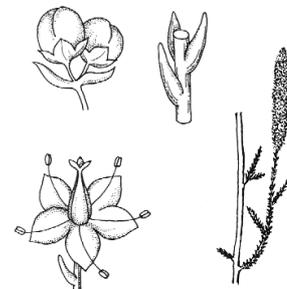
*GT07 Ontano nero*



*GT08 Ribes nero*



*GT09 Sanguinella*



*GT10 Tamerice*

# ACERO CAMPESTRE (OPPIO, TESTUCCHIO)

## Acer campestre L. - Famiglia ACERACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila unica di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla GT02	Acero campestre GT01
------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	------------------	------------------------------	----------------	-----------------------------	-----------------	----------------------------

### Caratteristiche

L'acero campestre, originario dell'Europa è spontaneo in tutta Italia e lo troviamo presente nei boschi, nelle macchie, in pianura, nelle colline sino ad una quota di circa 1000 metri. È un albero tipico della fascia di transizione fra il piano mediterraneo e quello del castagno. Il portamento è arbustivo o arboreo con chioma per lo più rotondeggiante. Negli esemplari arbustivi l'altezza non supera i sei metri, mentre per quelli a portamento arboreo può raggiungere i 15 metri.

Pianta a crescita lenta, si rivela utile impiegata come siepe, per ripopolare declivi spogli, zone di campagna dove viene in aiuto nella lotta biologica essendo un ottimo rifugio per uccelli insettivori e insetti entomofagi. È una pianta rustica e si adatta a qualsiasi terreno purché sciolto, profondo, fresco e che non abbia ristagni d'acqua. L'esposizione può essere al sole o mezz'ombra.

**Le gemme** sono opposte, piccole, rossastre a perule pelose.

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

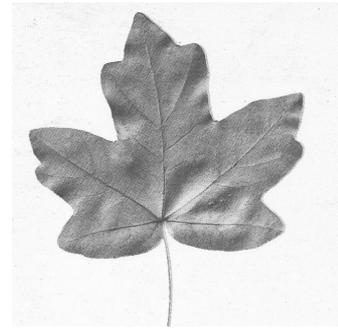
Il gemmoterapico di Acero Campestre possiede un'azione antiflogistica sulla colecisti e modifica la composizione della bile, riducendo la precipitazione di sali biliari. Stimola il metabolismo ed il tessuto pancreatico. Protegge le arterie. Contrasta la tendenza all'arteriosclerosi.



### Curiosità

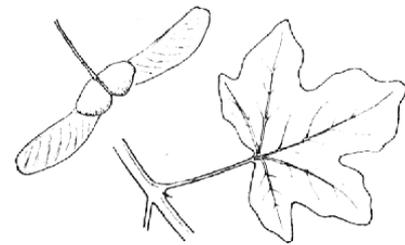
*Devi tagliarlo solo in questo senso, spiegava mio nonno parlando dell'acero, perché è un legno bello, elegante, ma di facciata. Come tutte le cose solo appariscenti, è intimamente delicato e con un colpo di manéra, neanche tanto violento, lo puoi spezzare in due. È un albero che al momento sembra forte e sicuro di sé, invece ha un carattere fragile che si arrende subito e si lascia dominare. Si comporta come quelle persone che, di giorno, ostentano una sicurezza e una forza che in realtà dentro non hanno e, al calar del sole, vengono immancabilmente presi dall'ansia per la notte scura che si avvicina (M. Corona).*

**Foglie:** opposte, palmate a 5 lobi +/- ottusi, poco profondi, con lobo mediano provvisto a sua volta di 3 lobi; picciolo lungo 2-5 cm. La foglia è di colore verde scuro nella pagina superiore, più chiaro in quella inferiore; in autunno diventano giallo dorate e poi rossastre. Foglia di limitata ampiezza (6-10 cm), molto più piccola degli altri due aceri arborei più diffusi (*A. pseudoplatanus* e *A. platanoides*).



**Fiori:** i fiori, verdognoli, ermafroditi, con petali cigliati, sbocciano da metà aprile a maggio. Sono riuniti in infiorescenze a corimbo. La fioritura è contemporanea allo sviluppo delle foglie.

**Frutti e semi:** frutti alati penduli (disamara), provvista di due semi con ali membranose, adatte alla disseminazione anemofila.



**Legno:** nei rami, bruno verdastri, sono presenti lenticelle chiare e molto evidenti.

Nei rami più vecchi possono presentarsi creste longitudinali suberose (forma *suberosum* Dum.). È un legno molto apprezzato per mobili e una volta impiegato per numerose parti di attrezzi agricoli (stecche, fondo e cerchio della gerla) e per tavole da sci. Nelle campagne era utilizzato per le spine delle botti e come tutore vivo per la vigna.

Il suo legno è usato oggi per lavori di tornitura e intaglio.



# BETULLA BIANCA (BETULLA VERRUCOSA)

## Betula pendula Roth. - Famiglia BETULACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla bianca GT02	Acero campestre GT01
------------------	---------------------	--------------------	---------------------	------------------	---------------------------	----------------	--------------------------	------------------------	-------------------------

### Caratteristiche

Albero con chioma molto leggera, composta di branche lunghe e sottili, molto flessibili e rami secondari penduli che conferiscono alla chioma un aspetto elegante e leggero. Pianta che può crescere fino ai 25-30 m. Specie molto diffusa in Europa e Siberia. In Italia presente nelle Alpi e nelle Prealpi, verso Ovest insieme anche al Pino silvestre. Albero che ama la luce, resistentissima al freddo, preferisce i terreni sciolti ed è caratteristica dei terreni acidi di brughiera con sottobosco di Calluna e di mirtili. In Italia è presente anche, in zone umide, la specie *Betula pubescens* Ehrh., con foglie e picciolo pubescenti.

Le gemme sono ovoidi-coniche, appuntite, piccole e coperte da più perule, resinose.

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

La linfa di betulla non è un macerato glicerico. Si raccoglie in primavera praticando dei fori nel tronco o nei rami. Tónico, stimolante, drenante generale per l'organismo. Utilizzato per reumatismo articolare. Coadiuvante minore della sindrome artrosica e arteriosclerotica. Stimola la funzione antitossica del fegato. E' un rimedio complementare di altri macerati.

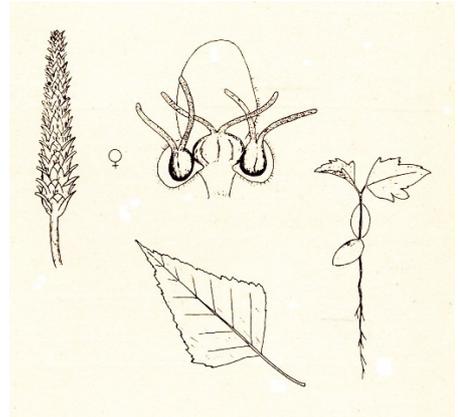


### Curiosità

*Alta, elegantissima, diritta, sempre perfetta nel suo abito bianco, la betulla è la regina del bosco. Quando il vento la incontra e la accarezza con soffi gentili, tutto il suo corpo si muove, ondeggia, danza e ti invita a ballare. Come tutte le donne, dietro un'apparente fragilità nasconde una tenacia, una forza di volontà e una resistenza insospettabili. È capace di sopportare pesi immani. Le grandi fatiche della vita che spezzano alberi alla vista ben più robusti non la piegano neppure. Anzi gli sforzi la fortificano e, una volta assorbiti, ne esce ancora più resistente. Le sue fronde, mosse dal vento, sono antenne che segnalano nel bosco gli avvenimenti in corso (M. Corona).*

**Foglie:** semplici, spiralate, triangolari-romboidali, di color verde chiaro, glabre e con ghiandole resinifere nella pagina inferiore. Picciolate, doppiamente dentate, con denti prominenti.

**Fiori:** in amenti, quelli maschili sessili e penduli, formati fin dall'autunno; gli amenti femminili sono pedunculati, eretti, gracili e comparenti con le foglie.



**Frutti e semi:** infruttescenza cilindrica, lunga fino a 5 cm , disarticolantesi a maturità e liberando piccoli acheni ornati da un'ala membranosa (tipo samara). I semi maturano da luglio a ottobre e si conservano difficilmente.

**Legno:** rametti glabri, bruni coperti di numerose verruche resinose e biancastre. Il legno è elastico e tenero, a porosità diffusa, bianco-giallognolo, molto omogeneo. Utilizzato nella fabbricazione di sci, di zoccoli e per compensati. Buono come legna da ardere per il suo elevato potere calorifico.

Ha una corteccia sottile e liscia bianco argentea che si distacca in sottili foglietti papiracei. Nei fusti molto vecchi diventa più spessa, irregolarmente fessurata e nerastra alla base del tronco.



# CASTAGNO D'INDIA - IPPOCASTANO

## Aesculus hippocastanum L. - Famiglia HIPPOCASTANACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla bianca GT02	Acer campestre GT01
------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	------------------	------------------------------	----------------	-----------------------------	---------------------------	---------------------------

### Caratteristiche

Il Castagno d'India o Ippocastano, è originario della penisola balcanica (Albania - Grecia settentrionale) ed ha una larga diffusione in tutta le regioni italiane sino ad una altitudine di circa 1200 metri.

Albero con portamento maestoso ed elegante, raggiunge i 25/30 metri di altezza con una chioma di 8 - 10 metri di diametro.

L'Ippocastano viene utilizzato in parchi e grandi viali dove con la sua imponenza crea vaste zone d'ombra. Sopporta le basse temperature e si adatta a molti tipi di terreno. Non tollera la siccità e la salinità ed è sensibile agli agenti atmosferici inquinanti, cui reagisce con arrossamenti fogliari (bruciore non parassitario), soprattutto nel periodo estivo.

**Le gemme** sono grandi, bruno rossastre con abbondante resina.

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

Il gemmoderivato dell'Ippocastano svolge un'azione elettiva a livello dei vasi venosi ed ha un effetto decongestionante sulla zona pelvica, in particolare modo agli arti inferiori (dolori delle gambe pesanti). Utile contro le emorroidi e l'ipertrofia prostatica.

Rafforzante dei vasi venosi, antinfiammatorio, antitrombotico, aiuta nella fragilità capillare con *Vaccinium myrtillus* M.G., e con *Viburnum lantana* M.G., nel caso di problemi respiratori.

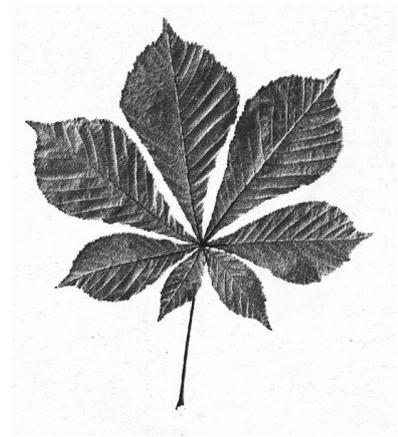


### Curiosità

*Si può pensare che siano stati i crociati o forse i mercanti veneziani a portare con sé e diffondere le strane castagne, colpiti dalla loro lucentezza.*

*In alcuni viali sono presenti anche gli "ippocastani rossi" o Pavia (*Aesculus hippocastanum* sezione Pavia o *Haesculus carnea* Hayne). Hanno infiorescenze rosse invece che bianche e gli individui più maestosi sono di solito degli ibridi ricavati tra le specie di pavia (originaria dell'America settentrionale) e gli ippocastani bianchi.*

**Foglie:** molto grandi, ampie anche 30-40 cm, palmato composte, opposte, con lungo picciolo. Le foglioline, 5 o 7, sono obovate-allungate, sessili, con margine seghettato. Hanno colore verde scuro nella pagina superiore ed un verde più chiaro in quella inferiore. Nello stadio giovanile sono pubescenti.



**Fiori:** i fiori (2-2,5 cm) sono bianchi con una sfumatura gialla alla base, sono riuniti in grandi pannocchie erette lunghe circa 25/30 cm. I fiori hanno cinque petali e sepali con 5-8 stami; La fioritura avviene in aprile o maggio; L'impollinazione è entomofila.

**Frutti e semi:** I frutti (3-6 cm) di colore verde chiaro, ricoperti da molti aculei, raggiungono la maturazione in settembre-ottobre ed aprendosi, lasciano fuoriuscire da 1 a 3 semi di colore marrone brillante somiglianti alle castagne. Utilizzate in passato per alimentare i cavalli nei tempi di carestia.



**Legno:** giovani rami glabri, da grigio a grigio-bruno con numerose lenticelle. Il legno è di scarsa durezza, facilmente attaccabile da carie nel caso di rotture naturali di porzioni di rami e nelle piante più vecchie.



# FARNIA, QUERCIA

## Quercus pedunculata Ernh. - Famiglia FAGACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla bianca GT02	Acero campestre GT01
------------------	---------------------	--------------------	---------------------	------------------	---------------------------	----------------	--------------------------	------------------------	-------------------------

### Caratteristiche

Albero di notevole grandezza (30-35 m) e diametro fino a due metri. Molto longevo con tronco robusto e presto ramificato in grosse branche irregolari sulle quali si inserisce abbondantemente la ramificazione secondaria. L'apparato radicale è inizialmente un grosso fittone che penetra profondamente nel terreno, ma in pochi anni si formano anche robuste radici laterali che ancorano saldamente la pianta. La Farnia ha un'area di vegetazione vastissima: dalla Russia alla Scandinavia fino al Mediterraneo. Molto esigente in umidità e fertilità del suolo, sopporta inverni rigidissimi e necessita di intensa luminosità. Evita nettamente i terreni alcalini.

Le gemme poligonali o ovoidali, sono glabrescenti e pluriperulate, e nella parte apicale del rametto si addensano formando un caratteristico pseudovercillo.

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

Il gemmoderivato viene utilizzato per l'azione regolarizzante sull'apparato intestinale e per la sua azione stimolante a livello surrenale. È indicato per stipsi, ipotensione arteriosa, senescenza precoce.



### Curiosità

*L'associazione della quercia a Zeus era presente in tutto il Mediterraneo; era l'albero degli alberi, il supporto del cielo e l'Asse per eccellenza presso i Celti e i Greci.*

*“Questo albero sacro ha anche la funzione di oracolo e non è raro che nella sua ombra si sperimentino delle visioni premonitrici. Forte, intelligente, orgoglioso, cresce in alto e guarda il mondo, in particolare i suoi simili, gli uomini, dall'alto del cielo, preferendo la solitudine alla folla, le riflessioni filosofiche alle chiacchiere. È comunque un solitario sempre ben circondato: alla sua ombra possono crescere molti altri alberi perché il suo irraggiamento e la sua creatività sono generose e lussureggianti” (C. Carnac).*

**Foglie:** obovato-oblunghe, sono più larghe nel terzo distale, ristrette alla base e leggermente e irregolarmente asimmetriche con 5-7 lobi ampi e seni arrotondati. Alla base del corto picciolo (2-5 mm) si formano due caratteristici piccoli lobi ineguali (orecchiette).

Le foglie hanno consistenza erbacea e solo a fine stagione diventano un po' più coriacee; sono lucide e di colore verde più chiaro nella pagina inferiore.



**Fiori:** la fioritura è contemporanea alla fogliazione: dalla fine di aprile a maggio ed è formata da fiori maschili in amenti penduli alla base del ramo dell'anno; I fiori femminili sono localizzati nella parte apicale del rametto, all'ascella delle foglie, formati da brevi spighe portati da un peduncolo glabro di 3-5 cm. L'impollinazione è anemofila.

**Frutti e semi:** La ghianda è allungata e liscia con dimensioni variabili da 2 a 3,5 cm; di colore marrone o bruno-olivastro, con striature longitudinali più scure. Matura nell'anno, in settembre-ottobre e ha una cupola che li copre da 1/4 a 1/3. Il frutto germina subito e di conseguenza va seminato in tempi brevi.



**Legno:** E' un legno di ottima durata anche se a contatto con acqua, impregnato di tannini che lo rendono imputrescibile. È di facile lavorazione, serve per costruzioni navali ed edili. Usato per travature, per mobili, pavimenti e per doghe per botti. È un ottimo combustibile e produce un ottimo carbone. Il "rovere di Slavonia" è normalmente legno di Farnia.



# FRASSINO MAGGIORE

## Fraxinus excelsior L. - Famiglia OLEACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla GT02	Acer campestre GT01
------------------	---------------------	--------------------	---------------------	------------------	---------------------------	----------------	--------------------------	-----------------	------------------------

### Caratteristiche

Latifolia nobile dei nostri boschi, grande albero deciduo, può raggiungere i 35-40 m di altezza e 1 m di diametro. E' una specie a rapido accrescimento, con tronco dritto e slanciato, chioma leggera e ovale-piramidale in gioventù, diventa più arrotondata con l'età. Chioma tondeggiante e rada con rami robusti grigi o grigio-verdi, glabri. È diffuso in tutta la fascia temperata dell'Europa, soprattutto nei bassopiani, nelle valli fluviali e lungo la riva dei fiumi, ma è presente anche nei boschi delle zone montane dove forma raramente boschi puri. Si trova associato con il carpino bianco, gli aceri e il faggio. Presente anche nelle abetine di bassa quota. Ha bisogno di terreno umido e arieggiato, ricco di sali, e teme i geli tardivi.

**Le gemme** opposte, sono nere, vellutate, con poche perule. Le gemme laterali sono più piccole e globose, quella terminale è molto più grossa e piramidale. È una specie a crescita predeterminata, monopodiale (la gemma apicale ha sempre la dominanza e ne determina l'allungamento).

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

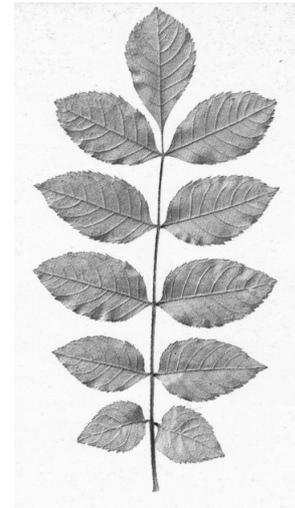
Contro la gotta acuta e cronica, l'iperuricemia, i reumatismi, la cellulite. Diminuisce l'acido urico ed il colesterolo sanguigno. È un rimedio funzionale della sindrome iperuricemica.



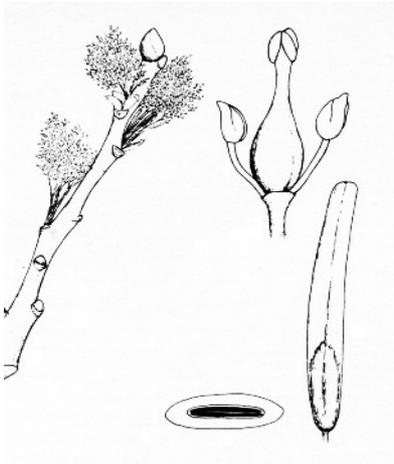
### Curiosità

*Il frassino si può definire l'effeminato del bosco. Non cresce mai dritto. Il suo tronco si sviluppa con movenze e curve inequivocamente femminili. I nostri vecchi gli facevano recuperare la dignità di maschio usandolo per fare i paletti che sostenevano i supporti della slitta da carico. Nonostante il corpo grazioso, il frassino è un legno duro e tenace, dal carattere buono e pronto a sopportare i pesi della vita. Nella costruzione della slitta si trova a tu per tu con la betulla, sua amica e gran dama del bosco. Lui diventa i piedi di sostegno, lei i traversi portanti. Uniti assieme, formano un mezzo di eccezionale robustezza (M. Corona).*

**Foglie:** foglie composte imparipennate con 7-15 foglioline di 5-11 cm di lunghezza e 1-4 cm di larghezza, sessili o subsessili. Solo la fogliolina apicale è nettamente picciolata. Di forma ovato-lanceolate, acuminate all'apice, e più o meno arrotondate alla base. Minutamente dentate al margine, sono verdi scuro, glabre, più chiare nella pagina inferiore e con la nervatura centrale che può essere pubescente.



**Fiori:** i fiori sono riuniti in densi racemi ascellari che compaiono prima della fogliazione, in marzo o aprile. Sono privi di perianzio con stami molto brevi e grosse antere di colore purpureo. Il fiore può essere con fiori sia maschili che femminili, o unisessuale. L'impollinazione è anemofila (mediante il vento).



**Frutti e semi:** i frutti sono samare appiattite ad ala allungata, lunga dai 3 ai 4 cm di colore bruno chiaro. Maturano a settembre-ottobre e portano un seme profondamente dormiente da un complesso sistema di inibizioni della crescita. Perché un seme possa germinare ci vogliono almeno 6-16 settimane di caldo seguiti da 16 settimane di freddo; in pratica in condizioni naturali devono passare almeno due anni.

**Legno:** legno con albarno bianco roseo e durame bruno chiaro. Molto duro, pesante, tenace ed elastico. Corteccia in genere verde-oliva chiaro, liscia, che in vecchiaia presenta molte fessurazioni. I rametti sono lisci, grigio-verdi, con lenticelle visibili.



# NOCCIOLO

## Corylus avellana L. - Famiglia BETULACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla GT02	Acer campestre GT01
------------------	---------------------	--------------------	---------------------	------------------	---------------------------	----------------	--------------------------	-----------------	------------------------

### Caratteristiche

Arbusto alto 3-4 metri, ma talvolta anche piccolo albero alto fino a sette metri. E' comune nell'Europa centro-meridionale e in Asia minore. E' una specie altamente plastica, adatta a vegetare in climi molto diversi e senza particolari esigenze di suolo. Può essere considerata sia specie colonizzatrice di terreni incolti e di pascoli abbandonati, sia arbusto di sottobosco associato, particolarmente in radure ed aree marginali, ad altre specie arboree, latifoglie o aghifoglie, dalla pianura alla montagna. Specie di rapida crescita, con getti vigorosi che nascono alla base e rimpiazzano i rami vecchi che deperiscono.

Le gemme sono marroni di forma globosa ricoperte da perule glabre, bruno chiare.

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

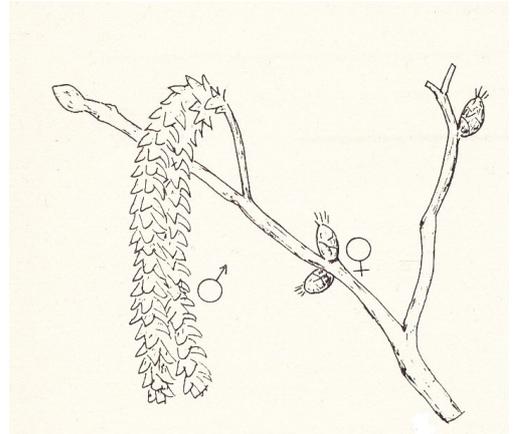
Utile nella insufficienza epatica, nella nevrosi delle estremità, nelle artriti degli arti inferiori. La sua azione antisclerotica tonifica il parenchima epatico. Può essere usato in alternanza con il Rosmarinus officinalis M.G. per un'azione tipicamente complementare ed alternativa.



### Curiosità

*Il nocciolo, dritto, alto e ben vestito, ti dà l'idea del furbetto che non vuole fare nulla: quello che, per evitare qualsiasi seccatura, mette in banca la sua vita con la speranza di proteggerla e farla fruttare senza sforzi. La fatica lo spaventa al punto che si rifiuta perfino di crescere e diventare grosso. Al pari di tutti i vili e fannulloni cerca la forza del branco, perciò cresce assieme agli altri noccioli in numerose combriccole. Queste si piazzano quasi sempre all'inizio del bosco, in modo da poter infastidire e intralciare il passo del viandante (M. Corona).*

**Foglie:** foglie alterne oblunگو-obovate e acuminate all'apice, con margine a doppia dentatura e nervature pennate ben evidenti, provviste di peluria nella pagina inferiore. Cordate alla base. Il colore è verde intenso nella pagina superiore, un pò ruvida, mentre è più chiaro ed opaco nella inferiore. Il picciolo è molto breve e tomentoso.



**Fiori:** fiori maschili in amenti cilindrici e penduli, di color giallastro, ricchi di polline a diffusione anemofila. Fiori femminili presenti sulla stessa pianta poco appariscenti, a forma di gemma, provvisti di un breve ciuffetto di stammi color rosso vivo.

**Frutti e semi:** i frutti sono le notissime nocciole; si tratta di grossi acheni globosi racchiusi in un pericarpo legnoso di colore marrone chiaro, eduli. Sono circondati quasi interamente da un involucri fogliaceo, dentato o irregolarmente frastagliato.



**Legno:** di color bianco-rosato, e con anelli regolari; poco durevole. Il carbone serve per preparare polvere pirica e i noti carboncini da disegno.

La corteccia è liscia, brunastra con evidenti lenticelle sporgenti di color bruno-chiaro. Rametti dapprima ricoperti da una pubescenza rossastra, poi con ritidoma che si sfoglia in fini pellicole.



# ONTANO NERO

*Alnus glutinosa* Gaertner L. - Famiglia BETULACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla GT02	Acero campestre GT01
------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	------------------	------------------------------	----------------	-----------------------------	-----------------	----------------------------

## Caratteristiche

Albero di media grandezza che può raggiungere i 20 metri, con ramificazione rada e con fusto spesso indiviso e dritto come le conifere, con chioma ovato-piramidale. Di rapido accrescimento, ma poco longeva, si trova in tutta Europa, e in Italia in tutte le regioni, dal mare fino a 1800 metri di quota. Pianta fortemente igrofila e acidofila, amante della luce. Molto resistente alle basse temperature. Il suo ambiente idoneo sono le rive dei corsi d'acqua e si trova anche in paludi e torbiere. Rigetta vigorosamente dalla ceppaia se tagliato, soprattutto da gemme avventizie. Forma dense siepi e alberate lungi i fossi di pianura e lungo i corsi d'acqua collinari.

**Le gemme**, peduncolate, sono a forma di clava e a sezione triangolare, ricoperte da fitta lanugine e protette da perule bruno-rossastre, leggermente vischiose.

## Proprietà medicinali gemmoterapiche

Le gemme di ontano nero hanno proprietà antiinfiammatoria, anticatarrale e vasoregolatrice. Indicato nei processi febbrili e nelle affezioni infiammatorie delle mucose. Utile nella cefalea vasomotoria e nell'ulcera gastroduodenale.



## Curiosità

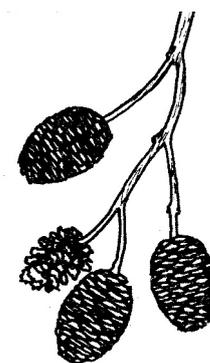
*Albero magico il cui piccolo frutto con alette simboleggia l'anima che gira nel vento delle incarnazioni successive e il cui lungo amento evoca il corpo che matura e cade ogni volta che l'anima ha bisogno di un destriero migliore. La sua sola presenza disturba la maggior parte degli altri alberi. Egli sembra irradiare una legge argentea, torbida, un po' come i riflessi brillanti dal granito delle pietre tombali. Quando lo si abbatte, il legno bianco-giallastro trascolora in un rosso-arancione, quasi che il sangue affluisse alla ferita. Nell'Odissea si racconta che intorno alla grotta di Calipso, "colei che nasconde gli uomini", cresceva un bosco rigoglioso di ontani, pioppi e cipressi, piante collegate alla morte-resurrezione (C. Carnac – A. Cattabiani).*

**Foglie:** foglie semplici alterne, ovali con troncatura e smarginatura all'apice, con margine irregolarmente dentato. Dotate di picciolo lungo 1-2- cm, sono verde scuro e lucide nella pagina superiore, più chiare in quella inferiore con evidenti nervature secondarie (5-8 paia).



**Fiori:** fiori monoici riuniti in amenti lunghi e penduli di color giallo-verde i maschili; piccoli, rossi ed eretti i femminili. Sono posti in infiorescenze all'ascella delle foglie, quelle maschili a circondare le femminili. Fiorisce da febbraio a marzo-aprile a seconda della quota. Impollinazione entomofila.

**Frutti e semi:** frutti in infruttescenze peduncolate, dapprima verdi, poi bruno-violacee che a maturità si aprono per rilasciare degli acheni piatti alati, bruno-violacei e portanti all'apice due piccole spine (stili persistenti). Infruttescenza simile a piccoli strobili (piccole pigne) con squame legnose.



**Legno:** il legno, semi-duro, rossastro-chiaro, ha scarse qualità tecnologiche e come combustibile si rivela poco efficiente. Rametti fini e flessuosi, con corteccia liscia verde scura, con numerose lenticelle chiare, ovali, rilevate. Adatto per costruzioni in terreni sommersi. ("I veneziani lo tengono in grande considerazione, per fare le fondamenta delle loro case e dei loro palazzi" (Pierandrea Mattioli, medico senese del Rinascimento)).



# RIBES NERO

## Ribes nigrum L. - Famiglia SAXIFRAGACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla GT02	Acer campestre GT01
------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	------------------	------------------------------	----------------	-----------------------------	-----------------	---------------------------

### Caratteristiche

Arbusto, alto sino a 1-1,5 m con giovani rami dalla corteccia brillante, giallo-marrone. I rami più vecchi sono grigio-cenere.

Di questo genere sono presenti alcune specie spontanee al margine dei boschi, specialmente su suolo calcareo (es. *Ribes alpinum* e *Ribes petraeum*).

*Ribes nigrum*, *Ribes rubrum* e *Ribes uva crispa* (Uva spina) sono invece coltivati in diverse varietà.

**Le gemme**, piccole, sono ricoperte da fitta lanugine e protette da perule.

### Proprietà medicinale gemmoterapiche

E' il rimedio dell'allergia acuta, degli stati gottosi cronici e dell'insufficienza renale iperazotemica minore.

Nei disturbi allergici, raffreddore da fieno, asma allergica, rinofaringiti e tonsilliti recidivanti, reumatismi infiammatori, artrosi ed artriti, dismenorrea, fibroma, prostata, emicranie.

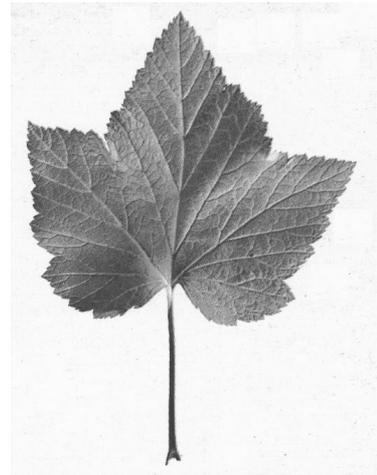
Ogni sindrome adinamica acuta trova nel *Ribes nigrum* il suo rimedio indispensabile per fare aumentare il tasso corticosteroidico. La sua azione sembra stimolare la secrezione di ormoni antinfiammatori.

### Curiosità

*Pianta spontanea dell'Europa centrale e orientale. Usata fin dal diciannovesimo secolo nei casi di febbre, peste, vaiolo. Molto diffusa come coltura agricola, soprattutto in Francia. Oltre al ribes nero, adatto per confetture e uso officinale, sono coltivati anche il rosso e quello bianco per il consumo fresco, avendo quest'ultimi qualità più adatte all'uso diretto. Tra le principali varietà coltivate vi sono la Gigante di Boskkoop e la Noir de Bourgogne.*



**Foglie:** le foglie sono lungamente picciolate, alterne, palmate, di colore verde chiaro, che diventano rossastre in autunno. Hanno 3-5 lobi più o meno appuntiti all'estremità, dentate irregolarmente, con nervature che si dipartono dalla principale.



**Fiori:** i fiori sono campanulati, con calice riflesso e petali piccoli, verde-rossastri riuniti in racemi radi. La fioritura avviene in giugno-luglio.

**Frutti e semi:** il frutto è una bacca globosa nera, di sapore dolciastro e molto aromatico, poco gradevole. Maturano in luglio-agosto con una maturazione scalare. I frutti sono ricchi di vitamina C, e in passato venivano usati per preparare marmellate e succhi di frutta.

**Legno:** I rametti, se appressati a terra (propaggine), possono emettere radici affrancandosi. Si propaga anche per talea con distacco dei polloni che nascono alla base dei fusti.



# SANGUINELLA

## Cornus sanguinea L. - Famiglia CORNACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla GT02	Acero campestre GT01
------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	------------------	------------------------------	----------------	-----------------------------	-----------------	----------------------------

### Caratteristiche

Arbusto fitto, o piccolo albero, alto sino a 6 m. con rami pendenti, che in autunno assumono colorazione rossastra. La corteccia è liscia e lucida.

La sanguinella è una pianta spontanea e si trova fino a 1300 metri di quota. Cresce anche su terreni calcarei e argillosi, ma vegeta meglio in terreni freschi e fertili con esposizione a pieno sole o a mezz'ombra. È resistente al freddo e forma facilmente associazioni con altre specie autoctone nelle siepi in campagna o lungo i corsi d'acqua e tende a colonizzare terreni incolti e boscaglie.

Si trova in tutta l'Europa centro- meridionale nei boschi misti di latifoglie, al margine dei prati, nelle macchie in riva all'acqua. Predilige terreni fertili e freschi ed è in grado di formare estesi consorzi sviluppandosi per mezzo di germogli radicali. È un arbusto pioniero negli incolti, nei campi e nei vigneti abbandonati, dove forma vaste macchie associandosi al prugnolo, alla rosa selvatica, al ligustro e al viburno.

**Le gemme**, di colore bruno-rossastro, protette da perule, sono di forma globosa-allungata.

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

È un ottimo rimedio degli stati trombotici acuti delle necrosi tessutali acute. Indicata per la prevenzione dell'infarto miocardico.

Associato a *Crataegus oxyacantha*, determina una normalizzazione dei fattori della coagulazione e una netta diminuzione del rischio di trombosi in quanto contribuisce a mantenere una certa fluidità del sangue.

### Curiosità

*Plinio chiamava il corniolo Sanguinello Cornus "femina" per il legno meno duro rispetto a Cornus mas (Corniolo).*



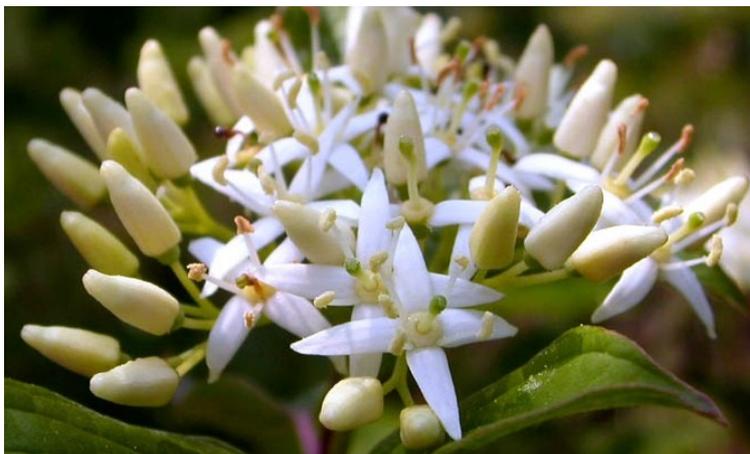
**Foglie:** Le foglie sono picciolate, largamente ovali, più o meno acuminate, opposte. Di colore verde chiaro, rossastre in autunno, con nervature evidenti che si dipartono dalla principale. Pagina inferiore pubescente.

**Fiori:** I fiori ermafroditi, sono bianco-crema, pedunculati, formano ombrelle terminali piatte, evidenti appena dopo la fogliazione. Ovario infero e calice a segmenti concresciuti, poco evidente; petali lineari, lunghi 5-6 mm, bianchi, pelosi inferiormente. Stami lunghi quanto la corolla, superanti di poco lo stilo. Hanno odore sgradevole.



**Frutti e semi:** I frutti sono drupe nero-azzurre, di sapore amaro, sgradevole, talvolta punteggiate di bianco; il nocciolo contiene 2 semi oleosi. Le drupe raggiungono la maturazione fra settembre e ottobre. Dai frutti si estraeva, nel passato, olio per lampade, inchiostro e pigmenti per l'industria tintoria.

**Legno:** Il legno duro e compatto, viene impiegato per costruire manici per attrezzi e bastoni da passeggio. I rami giovani, rossastri, per la loro flessibilità, possono essere impiegati per confezionare canestri. In alcune regioni vengono impiegati per preparare spiedini e sembra conferiscano un buon aroma alla carne. Il legno duro e compatto, viene impiegato per costruire manici per attrezzi e bastoni da passeggio. In passato, il legno bianco e resistente veniva trasformato in carbonella o forniva la materia prima per fabbricare ingranaggi per mulini e raggi per ruote.



# TAMERICE

## Tamarix gallica L. - Famiglia TAMARICACEAE

Orto Botanico Locatelli – Fila di 10 piante gemmoterapiche

Tamerice GT10	Sanguinella GT09	Ribes nero GT08	Ontano nero GT07	Nocciolo GT06	Frassino maggiore GT05	Farnia GT04	Castagno d'India GT03	Betulla GT02	Acero campestre GT01
------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	------------------	------------------------------	----------------	-----------------------------	-----------------	----------------------------

### Caratteristiche

Arbusto o alberello che può raggiungere i 6 m di altezza, con rami che spesso si dipartono fin dal livello del terreno, lunghi e sottili, con corteccia grigio-nera cosparsa di lenticelle.

È originaria della regione mediterranea, e il suo areale si estende dalle Isole Canarie alla Dalmazia. In Italia si trova spontanea sulle spiagge marine della zona mediterranea e sui greti dei fiumi, su terreno sabbioso e umido, talvolta anche salino. Viene frequentemente coltivata come pianta ornamentale in parchi e giardini, e può essere utile per fissare i terreni sabbiosi. Sebbene sia una pianta termofila, sopporta bene anche il freddo; ama molto la luce.

**Sono utilizzati i giovani getti.**

### Proprietà medicinali gemmoterapiche

È il gemmoterapico indicato nel trattamento dell'anemia. Stimola la formazione di globuli rossi e piastrine. Utile nelle anemie ipocromiche in associazione con nocciolo. Insieme a ribes nero contrasta efficacemente l'astenia che consegue alla mononucleosi. Ha un'azione sul metabolismo del colesterolo, ed è utile in certe sindromi emogeniche, per la sua attività ipercoagulante totale.



### Curiosità

*Nella sua dolcezza è una pianta che cela misteri. La Tamarix gallica era detta “tamerice di Apollo”, il quale era rappresentato dai Greci con un ramo della pianta tra le mani. L'associazione rivela la sua valenza profetica. D'altronde i maghi persiani profetizzavano con un suo ramoscello in mano, mentre i sacerdoti egizi, secondo quanto riferisce Plinio, se ne coronavano il capo.*

*Anche gli Ebrei dovevano tenerla in grande considerazione se Abramo, come riferisce il libro della Genesi, dopo aver concluso l'alleanza con Abimelech, a Bersabea vi piantò una tamerice e invocò il nome del Signore (A. Cattabiani).*

**Foglie:** le foglie sono alterne, lanceolate, molto piccole, persistenti e squamiformi, di colore verde glauco.

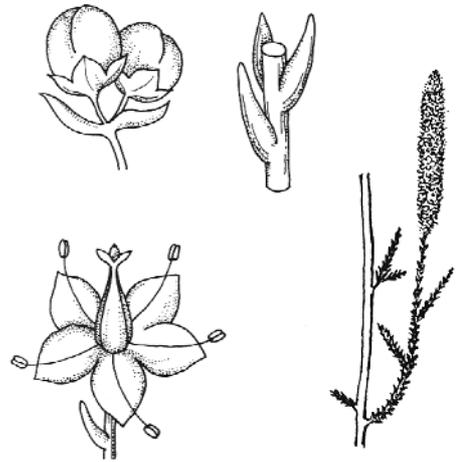
**Fiori:** i fiori, numerosissimi, sono anch'essi molto piccoli, rosa, forniti di brattee più o meno denticolate che non superano il calice.

Sono riuniti in lunghi racemi a forma di spiga, a loro volta raccolti in pennacchi pendenti. Nascono sui piccoli rami dell'ultimo anno.

La fioritura avviene in aprile-maggio insieme alle foglie.

**Frutti e semi:** i frutti sono capsule di forma piramidale, sessili, prima verdi poi brune. I semi sono neri e lucenti.

**Legno:** il legno non ha interesse particolare. I rametti possono essere utilizzati come talee per la moltiplicazione della pianta ai fini del consolidamento delle dune e delle superfici sabbiose.



## ALTRE SPECIE GEMMOTERAPICHE

### **ABIES ALBA Mill.** – (ABETE BIANCO)

Favorisce la fissazione del calcio nelle ossa, stimola l'accrescimento e la produzione di globuli rossi. È indicato soprattutto in età pediatrica.

### **CRATAEGUS MONOGYNA Jacq.** – (BIANCOSPINO)

Utilizzati i giovani germogli. È stato definito come la “valeriana del cuore”. Utile nelle alterazioni del ritmo cardiaco (tachicardia, extrasistolia).

### **FAGUS SYLVATICA L.** – (FAGGIO)

Contrasta il sovrappeso e l'obesità. È utilizzato nella riduzione della cellulite e della ritenzione idrica.

### **FICUS CARICA L.** – (FICO)

In gemmoterapia è utilizzato per regolarizzare la motilità e la secrezione gastroduodenale. È indicato soprattutto nel trattamento delle manifestazioni psicosomatiche a livello gastroduodenale.

### **JUGLANS REGIA L.** – (NOCE)

Utile nelle affezioni della pelle come l'acne, le dermatopatie pustolose, le ulcerazioni e le micosi.

### **OLEA EUROPEA L.** – (OLIVO)

Sono utilizzati i giovani germogli per la loro marcata attività ipotensiva e diuretica. Impiegato nella ipercolesterolemia e iperglicemia e nell'ipertensione arteriosa.

### **ULMUS MINOR Mill.** – (OLMO CAMPESTRE)

È il gemmoterapico delle affezioni dermatologiche conseguenti o associate ad aumentata attività delle ghiandole sebacee. Le gemme di olmo svolgono un'attività “drenante” della cute.

### **PINUS MUGO Turra** – (PINO MUGO)

Viene utilizzato per la sua attività su cartilagine e tessuto osseo. Le gemme di pino mugo rallentano la degenerazione cartilaginea, stimolano i processi riparativi e riducono il dolore atrosico.

### **ROSMARINUS OFFICINALIS L.** – (ROSMARINO)

I giovani germogli di rosmarino in macerato glicerico, manifestano un tropismo elettivo per le vie biliari. Indicato nella litiasi biliare, nella colicistite cronica e nella colica epatica.

### **RUBUS ULMIFOLIUS Schott.** – (ROVO)

Vengono utilizzati i giovani germogli e svolge un'azione positiva per l'apparato locomotore e l'apparato respiratorio. Utile nella osteoporosi, nell'artrosi e nell'ipertensione arteriosa.

### **TILIA CORDATA Mill.** – (TIGLIO)

Viene utilizzato per le proprietà sedative e spasmolitiche. Utile negli stati ansiosi, nell'insonnia e nell'ipertensione arteriosa in relazione a stress.

### **VITIS VINIFERA L.** – (VITE)

Il gemmoterapico di vite è utilizzato nei processi infiammatori recidivanti soprattutto a livello articolare. Utile nell'artrosi e nell'artrite deformante delle piccole articolazioni.

# GEMME E GERMOGLI IN CUCINA

## *ALCUNE RICETTE*

### ***ASPARAGO SELVATICO – Asparagus tenuifolius L. - Liliaceae***

#### **Spaghetti agli asparagi**

Mentre cuociono gli spaghetti e vengono scottati leggermente gli asparagi, su una casseruola mettere due cucchiainate di olio e due spicchi di aglio. Appena l'aglio è imbiondito, gettalo via e metti gli asparagi selvatici a pezzi, sale e pepe.

Fare saltare quindi nella casseruola gli spaghetti e servirli molto caldi.

### ***SALICE BIANCO – Salix alba L.- Salicaceae***

#### **Minestra di salice**

Tagliare a pezzettini gemme e germogli di salice e tritare la cipolla scalogna. Soffriggere tutto nel burro in una pentola grande da minestra. Quando cominciano a dorarsi aggiungere l'acqua. Aggiungere delle patate tagliate a pezzettini molto piccoli, salare. Cuocere a fuoco lento per 15-20 minuti. Aromatizzare con prezzemolo e pepe e servire con parmigiano.

### ***ROVO - Rubus ulmifolius Schott. L. - Rosaceae***

#### **1) Germogli di rovo al forno**

Giovani germogli turgidi e grossi puliti, lasciando il solo ciuffo di foglioline.

Si fanno bollire per qualche minuto in acqua salata, si scolano e si asciugano su un canovaccio. Si imburra e si cosparge il pangrattato una teglia rettangolare da forno e si dispongono allineati i germogli di rovo alternati a strisce di fontina larghe la metà del rovo. Si ricopre tutto con una besciamella molto morbida, si infiocchetta con pezzettini di burro, si rifinisce con pangrattato e si mette in forno per una decina di minuti sino a quando si forma una gradevole crosticina dorata.

#### **2) Crocchette di rovo**

Lessare i giovani germogli del rovo, strizzarli e tritarli finemente. Unire un tuorlo, parmigiano, pangrattato e, infine, sale, pepe e un pò di noce moscata.

Preparare le crocchette e passarle nel pangrattato dopo averle immerse nell'albume montato a neve. Friggere in olio di oliva facendole dorare e servirle calde.

### ***VITALBA – Clematis vitalba L. - Ranunculaceae***

#### **Frittata con germogli di vitalba e pecorino**

Lavare e lessare leggermente i germogli di vitalba. Sciogliere del burro in una padella e aggiungere il pecorino stagionato tagliato a pezzettini piccoli. Versare i germogli tritati finemente e cuocete per 3-4 minuti. In una scodella mescolate le uova, il sale, il pepe e un po' di panna. Sbattete bene e poi versate il contenuto nella padella per la cottura finale del tutto.

## BIBLIOGRAFIA PRINCIPALE CONSULTATA

Enrica Campanini, **Manuale pratico di gemmoterapia**, Tecniche Nuove 1996

Bruno Brigo, **Gemmoterapia dalla A alla Z - Gemme e germogli per la salute**  
Tecniche Nuove 1997

Eva Duo, **Come curarsi con la gemmoterapia**, De Vecchi Editore 1999

Mauro Corona, **Le voci del bosco**, Edizioni biblioteca dell'immagine 1998

Romano Gellini, **Botanica Forestale**, Edizioni Clusf 1975

M. Raffaelli-J. M. Thomas-Domenech, Atlanti scientifici – **Botanica**, Giunti  
Marzocco 1986

F.T. Paracelso, **Il Tesoro dei Tesori – Scritti magici Alchemici ed Ermetici**,  
Brancato 1991

Roberto Tresoldi, **I segreti dell'Alchimia**, De Vecchi Editore 2000

Alexander Rood, **Alchimia e mistica**, Taschen 2003

Jean-Jacques Wuneneburger, **Filosofia delle immagini**, Einaudi 1999

Carol Carnac, **L'Astrologia celtica**, MEB 1989

Alfredo Cattabiani, **Florario, Miti leggende e simboli fiori e piante**, Oscar Saggi  
Mondadori 1998

Indrio Francesco, **Frutti di bosco commestibili**, FME 1990

Mara Valentini, **La cucina delle foglie**, Panozzo Editore 1989

Paola Rigotti, **Centerbe, Salute, bellezza, cucina: tante ricette per vivere bene con  
l'aiuto delle piante**, Nardini Editore 1996

Jacopo Marinoni, **Cucina e salute con le erbe spontanee nelle Tre Venezie**, Franco  
Muzzio Editore 1984

