
Erbe per nome popolare

Abrotano.....	031	Camedrio.....	198	Erba stella.....	015
Acetosa.....	165	Camomilla.....	048	Erba viperina.....	062
Acetosella dei boschi.....	134	Capraggine.....	074	Eucalipto.....	066
Aglione.....	016	Caprifoglio.....	108	Eufrasia.....	068
Agrofoglio.....	090	Cardamomo.....	063	Farinello buon-Enrico.....	049
Albero del tè.....	113	Cardo mariano.....	184	Fieno greco.....	202
Alloro.....	098	Carvi.....	044	Finocchiella.....	121
Aloe vera.....	019	Cedronella.....	046	Finocchio.....	070
Amamelide.....	080	Cerfoglio.....	026	Fiordaliso.....	047
Aneto.....	022	Cicoria.....	050	Fragola di bosco.....	072
Angelica.....	026	Citronella.....	058	Garofano.....	060
Anice, semi di anice.....	144	Consolida maggiore.....	191	Gattaia.....	123
Arnica.....	030	Coriandolo vietnamita.....	141	Gillenia.....	076
Asperula.....	075	Coriandolo.....	052	Ginepro.....	096
Assenzio.....	032	Corinoli comune.....	186	Ginkgo.....	078
Atreplice.....	036	Cumino.....	057	Guado.....	095
Basilico.....	124	Dragoncello.....	034	Guava cilena.....	206
Belladonna.....	037	Dragoncello messicano.....	192	Henné.....	102
Bergamotto.....	118	Echinacea.....	061	Indaco dei tintori.....	092
Betonica.....	190	Elicriso.....	082	Iperico.....	086
Bistorta.....	140	Enotera.....	126	Iris.....	094
Borragine.....	038	Enula campana.....	093	Issopo.....	088
Bugola.....	014	Equiseto.....	064	Issopo anice.....	013
Calamo aromatico.....	012	Erba cipollina.....	018	Lavanda.....	100
Calendula.....	041	Erba di san Pietro.....	194	Levistico.....	104

Sommario

Erbe per nome popolare	004	Glossario	220
Come consultare questo libro..	006	Indice	221
Introduzione	008	Crediti delle illustrazioni	224
Catalogo delle erbe	010	Ringraziamenti	224

Ligustico	105	Passiflora	135	Sambuco	172
Lino	106	Pelargonio odoroso	136	Santolina	175
Liquirizia	078	Pepe	146	Santoreggia domestica	177
Luppolo	084	Peperoncino piccante	042	Saponaria	176
Maggiorana	130	Pervinca	212	Schiarea	170
Malva	109	Polemonio azzurro	150	Scutellaria	178
Malva canapina	021	Portulaca	151	Semprevivo	180
Mandragora	110	Prezzemolo	142	Sesamo	182
Marrubio	111	Prezzemolo giapponese	056	Shiso	138
Meliloto	114	Primula comune	154	Sigillo di Salomone	150
Melissa	115	Primula odorosa	152	Tamarindo	193
Menta	116	Prostantera	155	Tanacetone	196
Menta messicana	148	Prunella	56	Tarassaco	197
Mentuccia a fiori grandi / Mentuccia comune	040	Pulmonaria	157	Timo	200
Millefoglio	010	Pulsatilla	158	Tossillaggine	205
Mirto	122	Pycnanthemum virginianum	159	Trillium	203
Mughetto	051	Rafano	028	Valeriana	208
Murraia	119	Regina dei prati	069	Verbena dei campi	210
Nasturzio	204	Robbia comune	164	Verbena odorosa	020
Noce moscata e macis	120	Rosa degli speciali	160	Verga d'oro	188
Olivo	128	Rosmarino	162	Viola del pensiero	214
Origano	132	Ruta	166	Viola mammola	213
Origano messicano	107	Salvastrella	174	Wasabi	215
Ortica	207	Salvia	168	Zafferano	054
Partenio	195	Salvione giallo	144	Zenzero	216

Come consultare questo libro

Nome scientifico della pianta in ordine alfabetico

Nome popolare della pianta

Box tematici

Introduzione

Simboli che indicano quali parti della pianta usare

Cenni culturali

Citazione

Fonte della citazione

Illustrazione delle parti della pianta

Nome popolare della pianta

Numero pagina

Indigofera tinctoria

Indigo

Indigo is native to India and is cultivated mainly in subtropical countries. It is classified as a sub-shrub, which belongs to the pea family, the Leguminosae. Evidence of the blue dye from indigo has been found on pieces of cloth in ancient Egyptian tombs, indicating its use for at least 3,000 years. When trade routes from Europe to the East Indies became established in the sixteenth century, indigo was one of the many commodities brought back to Europe, where it was enthusiastically embraced and came to replace native woad (see p. 97) as the source of blue dye. It was in great demand in the European textile industry. By the eighteenth century, it had found its way to the North American colonies, where wild indigo (*Baptisia tinctoria*) and blue false indigo (*B. australis*) had been the source of a much weaker blue dye. In South Carolina indigo was cultivated on a large scale. In 1859 farmers in Bengal, India, revolted against growing indigo. True indigo dye was not readily available; rich, deep, and with a better natural colour fastness, it takes several processes of fermentation to produce the depth of colour. Huguenot planters continued to grow indigo for domestic use after it was banned as a crop in the United States.

06 | INDIGO


Inula helenium

Elecampane


Elecampane is considered one of the largest perennial herbaceous herbs. A member of the daisy family (Asteraceae), it originates from Asia and is found in China, Mongolia, and Korea. It traveled to Europe, where it was especially prized in Holland, Switzerland, Germany, and France for its essential oil. At one time it was used to flavour absinthe. It was introduced to North America by settlers and is now naturalized from Nova Scotia to North Carolina and westward as far as Missouri. The root was eaten by ancient Romans as a vegetable and according to Pliny, the Empress Julia Augusta "let no day pass without eating some of the roots candied, to help the digestion and cause mirth". The name helenium gives another possible explanation for its etymology. Helen of Troy was said to have been holding a bunch of elecampane when she was taken away by Paris; another legend holds that the plant grew from the tears she shed. Apothecaries in the Middle Ages candied the roots into flat, pink sugary cakes, which they sold to alleviate asthma and indigestion. Elizabethans made a confection similar to marzipan from its ground roots mixed with eggs, sugar, saffron, and other spices. Scandinavians put an elecampane flower in the centre of a nosegay to symbolize the sun and the head of the Norse god Odin.

06 | ELECAMPANE


Parti della pianta da usare




Foglie




Fusti




Fiori




Rizomi




Legno




Radici




Frutti



Semi



Bulbi



Corteccia

Legenda dei box tematici



Gastronomia



Medicina



Casa



Folklore & Religione



Cosmesi



Avvertenze



Piante compagne



Artigianato



Le erbe sono all'avanguardia nell'attuale rivoluzione gastronomica e della cucina internazionale, con un'ampia gamma di essenze esotiche che apportano i loro sapori agli ingredienti occidentali.



Interi settori della farmacopea utilizzano le antiche conoscenze delle proprietà di particolari piante di alleviare, e talvolta curare, le malattie.



Nel corso dei secoli si spargevano erbe per casa per purificare l'aria e allontanare gli insetti, e le si usavano per creare prodotti per il benessere, come sacchetti profumati e cera per mobili.



Le erbe magiche sono alla base del folklore, e compaiono nelle antiche credenze sul mondo sovranaturale. Si credeva che alcuni amuleti fatti di erbe proteggessero dalla magia e dal male.



Fin dai tempi antichi è stato fatto uso cosmetico delle erbe, presenti in lozioni, pomate e saponi. Le essenze apportano profumo e proprietà curative a migliaia di preparati.



Proprio come alcune erbe sono potenti curativi, altre sono velenose e pericolose. Alcune possono essere entrambe le cose: sono benefiche in piccole dosi ma dannose se prese in eccesso o se erroneamente preparate.



Se piantate vicino a colture alimentari o ornamentali, alcune erbe sono valide "piante compagne", capaci di aumentare il vigore delle vicine, guarirle o proteggerle da malattie e parassiti.



A lungo gli artigiani hanno usato le erbe come materia prima; ad esempio tessevano le fibre del lino e dell'ortica e coloravano i tessuti con tinture estratte da piante quali robbia e guado.