

Ciao a tutte e tutti.

Abbiamo una proposta per le amiche e gli amici di Miledù, Sentiero dei Sogni, Auser, Tikvà, Azalea.

In questo periodo di pausa forzata in cui sono fortemente limitate le possibilità di movimento, chiediamo a tutte/i coloro che hanno un giardino o hanno la possibilità di uscire dalla propria abitazione nel rigido rispetto delle regole impartite, di aderire a una raccolta di fiori spontanei "da casa".

La proposta nasce dalla voglia di restare in contatto anche in un periodo di distanze sociali forzate, condividendo e scambiandoci informazioni su proprietà e utilizzo di fiori e erbe aromatiche.

L'obiettivo è produrre una nuova tisana, che nasca dalla collaborazione e che abbia un forte valore simbolico di rinascita, una volta eliminate le misure restrittive. Non appena sarà possibile, ai partecipanti sarà chiesto di conferire quanto raccolto ed essiccato alla cooperativa. Decideremo insieme il nome e la composizione, con un con spirito partecipativo e collaborativo. Miledù si occuperà del confezionamento nel rispetto delle norme igienico-sanitarie. I proventi della vendita saranno utilizzati per sostenere una nuova iniziativa di solidarietà

Chi è interessato a collaborare può scrivere alla email miledu.stareinsieme@gmail.com e seguire le istruzioni alle pagine successive.





Cosa raccogliere

Il primo fiore che vi proponiamo di raccogliere è la Primula Vulgaris, appartenente alla famiglia delle Primulacee.

Primula Vulgaris



La Primula Vulgaris è il primo fiore che appare, punteggiando di giallo i nostri prati, come segnale dell'inizio della primavera, spesso contemporaneamente alla pratolina.

E' chiamata volgarmente anche "Primavera Minore", in relazione alla sue più modeste dimensioni rispetto alla Primula Veris.

E' un fiore primaverile selvatico di un giallo non eccessivamente intenso, portato da una pianta con foglie che sembrano quasi Salvia. Si trova comunemente nei prati, ad esempio a Civiglio, Garzola e Brunate.

Il bulbo, resistendo a temperature minime molto basse, può crescere anche in montagna.

Passati i rigori invernali, le primule iniziano a formare foglie e si sviluppano in gruppetti ("primulaie"). Ogni pianta può produrre numerosi fiori che, in un periodo in cui ancora tutto è "morto", risaltano tra la vegetazione.

Il Fiore è di un giallo pallido, i petali sono cuoriformi, con centro giallo più scuro; un fiore per stelo.

La Foglia ha i margini irregolari, forma oblunga, giallo-verde.

Usi

Il fiore può essere usato per fare marmellate, cosmetici e per produrre un infuso contro tosse e catarro, che ha anche proprietà sedative. Le foglie si mangiano come insalata e possono essere utilizzate per cicatrizzare le ferite.



Primule appena raccolte

Come raccogliere e conservare

Per partecipare alla nostra raccolta, i fiori vanno raccolti uno a uno, sfilando con cura il fiore intero privandolo dello stelo e dei sepalì. I fiori raccolti (si veda immagine di seguito) possono essere quindi depositati in un cestino, borsa di stoffa o setaccio.



Primule essiccate

Come essiccare

Una volta arrivati a casa, i fiori vanno disposti su un telo, piatto, vassoio o setaccio affinché possano essiccarsi, lontano dalla luce del sole. Se avete animali domestici, abbiate cura di proteggere il piatto o vassoio su cui sono disposti i fiori con un canovaccio da cucina.

Quando saranno ben essiccati (dopo circa 3-5 giorni, si veda foto di seguito), i fiori assumeranno un colore giallo intenso. A quel punto, conservatoli in un barattolo ermetico.

Fonti bibliografiche

- Giorgio De Maria, *Le nostre erbe e piante medicinali*, Fratelli Melita Editori, 1989.
- Gabriella Robutti, *Erbario contente informazioni ed esemplari essiccati di erbe e fiori raccolti sul territorio comasco*, non pubblicato, anni '70.
- Lesley Bremness, *Il Grande Libro delle Erbe*, Arnoldo Mondadori, Verona, 1989.
- *Segreti e virtù delle piante medicinali*, Selezione dal *Reeder's Digest* – Milano, 1979

Un ringraziamento speciale a Bernhard Auckenthaler dell'azienda "Giardini aromatici Wipptal" <http://www.biowipptal.it/>, amico e consulente della Cooperativa Impresa Sociale Miledù.



Miledù



SENTIERODEISOGNI



Cooperativa
sociale
Azalea
Onlus



TIKVÀ
Economie Territoriali
Inclusive



auser
Como