



Aromatiche 3

Erba di San Pietro - Balsamita major

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Propagazione](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



L'erba di San Pietro, detta anche erba amara, appartiene alla famiglia delle Composite, al genere Balsamita ed alla specie major. È una pianta erbacea perenne, alta 80-100 cm, con un portamento eretto, fusti spigolosi e ramificati, radici striscianti, rizomatose e fibrose. Le foglie sono alterne, ovali, lunghe fino a 15-20 cm, con il margine seghettato e l'apice appuntito, di colore verde tendente all'argento, pelose, dure e provviste di ghiandole le quali danno un profumo che ricorda quello della menta ed un sapore amaro; le foglie basali sono dotate di picciolo mentre quelle poste superiormente sono sessili e più piccole. I fiori sono riuniti in piccole infiorescenze, aventi un diametro di 5-6 mm, dette capolini, costituite da un ricettacolo

in cui si trovano i singoli fiori tubulari e gialli; i capolini sono localizzati all'apice dei fusti e si dispongono in piccoli gruppi ad ombrello. La fioritura si verifica in estate, a partire dal mese di luglio; in questo periodo la pianta emette un profumo particolarmente balsamico. L'impollinazione è entomofila, operata dalle api e da altri insetti pronubi; i frutti sono degli acheni. Le foglie ed, in minor misura, i fiori costituiscono la parte di pianta utilizzata.

Clima e terreno

L'erba di San Pietro preferisce i climi temperati, è sensibile alle temperature inferiori allo zero ed ai valori termici estivi troppo elevati. Le esposizioni migliori sono gli ambienti pianeggianti e collinari in pieno sole, ma ben riparati dai venti. L'erba amara predilige i terreni sciolti, freschi e ben drenati, però vegeta bene anche sui suoli aridi, sassosi, calcarei ed umidi, mentre rifugge quelli compatti perché risulta sensibile ai ristagni idrici. La specie è originaria dell'Asia occidentale, in seguito si è diffusa nel bacino del Mediterraneo

ed in un secondo momento in tutta Europa e nell'America settentrionale; l'erba di San Pietro cresce in maniera spontanea nei terreni incolti, su versanti rocciosi, in prossimità di boscaglie umide e dei fiumi.

Propagazione

L'erba amara si moltiplica per seme e per via vegetativa per divisione dei cespi grazie alla frammentazione del rizoma. La propagazione per seme risulta piuttosto difficile in quanto spesso i semi sono sterili, altrimenti faticano a germinare. La moltiplicazione vegetativa è la più frequente e consiste nel prelevare un rizoma provvisto di almeno una gemma, mettendolo a dimora direttamente in piena terra in autunno o in primavera oppure i frammenti rizomatosi si pongono in semenzaio durante l'inverno al fine di ottenere piantine pronte ad essere trapiantate nella stagione primaverile.

Tecniche di coltivazione

L'erba di San Pietro viene coltivata negli orti, nei giardini famigliari oppure in vasi di grosse dimensioni. Relativamente alla messa a dimora la distanza tra le file deve essere di almeno 60 cm e sulla fila di 20-30 cm, con una densità di 5-8 piante/mq; il controllo delle infestanti viene effettuato ricorrendo a delle scerbature manuali. La concimazione consiste nel somministrare del letame maturo all'inizio della preparazione del letto di semina e nel distribuire del concime ternario, contenente azoto, fosforo e potassio, a fine inverno-inizio primavera. La pianta non necessita di irrigazioni in quanto si sviluppa bene anche sui terreni aridi. La potatura si esegue in modo da ritardare la lignificazione dei germogli, raccogliendo le foglie quando hanno ancora una consistenza erbacea. L'erba amara è una pianta rustica, per cui non è soggetta ad attacchi di parassiti, però può essere colpita dai marciumi radicali se coltivata in terreni soggetti a ristagni idrici.

Raccolta

Se la pianta viene impiegata come aromatizzante si raccolgono le foglie o le infiorescenze a capolino, mentre se la destinazione è per l'estrazione dell'olio essenziale viene raccolta la pianta intera una volta che i semi sono maturi. Le foglie vengono prelevate fino a prima della fioritura e vengono utilizzate fresche, i capolini si raccolgono all'inizio dell'antesi in quanto contengono parecchi principi attivi; l'essiccazione avviene in ambiente riparato dalla luce, asciutto e con una buona circolazione d'aria.

Proprietà ed utilizzo

L'erba di San Pietro presenta diverse proprietà terapeutiche: è un ottimo digestivo, può contrastare aerofagia, vomito, dolori intestinali, raffreddori e bronchiti. In caso di scarsa secrezione della bile

contribuisce ad attivare le funzioni di fegato e cistifelia e può medicare scottature, piccole ferite e punture di insetti. Inoltre si utilizza per profumare la biancheria e per allontanare da essa gli insetti.

In cucina le foglie fresche si aggiungono ai piatti di carne e verdura, oppure, una volta tagliate a piccolissimi pezzettini, possono aromatizzare le frittate. In passato, tale erba veniva utilizzata anche per aromatizzare la birra. Le foglie ed i capolini essiccati vengono impiegati per la preparazione di infusi, tinture, polveri e vini medicinali.

Finocchiella - *Myrrhis odorata*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Impianto](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



La finocchiella, denominata anche mirride odorosa, appartiene alla famiglia delle Ombrellifere, al genere *Myrrhis* ed alla specie *odorata*. È una pianta perenne, alta fino a 150 cm e larga 90 cm, dotata di radici profonde, resistenti, di grosso spessore e di consistenza carnosa, con fusti eretti, ramificati, cavi, verdi, pelosi e piuttosto vigorosi. Le foglie assomigliano alle fronde delle felci: sui piccioli, lunghi fino a 30-40 cm, si inseriscono 2-3 coppie di foglie opposte più quella apicale; ogni singola foglia ha i margini seghettati, con i denti caratterizzati da una forma triangolare. I fiori sono piccoli, aventi un diametro di 3-4 mm, con cinque

petali di colore bianco o bianco-crema e si raggruppano alla sommità degli steli in infiorescenze dette ombrelle; quelle caratterizzate da dimensioni maggiori portano fiori ermafroditi, mentre se sono piccole ed inserite su peduncoli sottili possiedono fiori maschili. La fioritura si verifica a partire da fine primavera fino al mese di agosto, l'impollinazione è operata dalle api e da altri insetti pronubi. I semi sono allungati, brillanti, di colore marrone scuro a maturità, hanno una lunghezza di 15-25 mm ed una larghezza di 3-4 mm. Le parti di pianta maggiormente utilizzate sono le foglie, i semi e le radici.

Clima e terreno

La finocchiella preferisce i climi temperati freddi, però è in grado di adattarsi anche a quelli temperati, ha una buona resistenza agli inverni rigidi caratterizzati da temperature costantemente inferiori allo zero. Le esposizioni migliori sono quelle negli ambienti parzialmente ombreggiati e riparati, però vanno bene anche le aree in pieno sole. La mirride odorosa predilige i terreni sciolti, di medio impasto, fertile, umido, ricco di sostanza organica e subacido, però vegeta bene anche sui suoli subalcalini, mentre rifugge quelli troppo

pesanti e compatti in quanto sono soggetti ai ristagni idrici. La finocchiella è originaria del sud-est Europa, nel nostro Paese cresce allo stato spontaneo sulle Alpi e sull'Appennino settentrionale nei prati, nei pascoli, ai bordi di sentieri ed in prossimità dei boschi, a partire da 1000 m fino ai 2000 m di altitudine.

Impianto

La finocchiella si moltiplica per auto disseminazione o per via vegetativa utilizzando delle piccole porzioni di radici che devono essere provviste di almeno una gemma. Il materiale di propagazione viene messo a dimora nel terreno ad una profondità di 5 cm, l'impianto si effettua in primavera o all'inizio dell'autunno. L'emissione delle prime foglie avviene anche due mesi dopo la messa a dimora, il fogliame però rimane attaccato alla pianta fino a dicembre. Qualora l'impianto fosse troppo fitto si procede con la pratica del diradamento delle piantine, in modo da lasciare una distanza di 50 cm tra l'una e l'altra, con un investimento di poche piante/mq.

Tecniche di coltivazione

La mirride odorosa viene coltivata su piccole superfici nei giardini famigliari, il suo ciclo di coltivazione si protrae per 3-4 anni, va ricordato che le radici sono molto resistenti e profonde, per cui è difficile estirparla completamente. È consigliabile adottare ampi avvicendamenti, evitando di seminare sullo stesso terreno la finocchiella, oppure una coltura appartenente alla famiglia delle Ombrellifere, nei 4-5 anni successivi. Con la concimazione si distribuiscono fosforo e potassio durante la preparazione del letto di semina, mentre l'azoto si somministra a partire dalla ripresa vegetativa e durante tutto l'arco della stagione di crescita perché questa pianta è molto esigente relativamente a quest'ultimo elemento. La mirride odorosa necessita di irrigazioni durante i periodi in cui non piove, il terreno deve essere sempre mantenuto umido, però senza eccedere altrimenti si possono verificare ristagni idrici che favoriscono l'instaurarsi dei parassiti radicali. La finocchiella è una pianta rustica e di solito non è soggetta ad attacchi di parassiti. Se la coltivazione è effettuata per le foglie è consigliabile eliminare le ombrelle ad inizio fioritura in modo da garantire un sapore maggiore alle foglie.

Raccolta

Le foglie, se impiegate fresche, si raccolgono da maggio a dicembre, mentre se vanno essiccate si prelevano in prossimità della fioritura. Le infiorescenze ad ombrella vengono tagliate poco prima della maturazione dei semi, che viene raggiunta ponendole ad essiccare su un vassoio in ambiente riparato dalla luce, asciutto e con una buona circolazione d'aria. Le radici vengono estirpate in autunno, ma non prima del secondo anno di vita della pianta, pulite dai getti laterali e si fanno seccare sotto il sole; si utilizzano esclusivamente fresche.

Proprietà ed utilizzo

La mirride odorosa possiede diverse proprietà medicinali, svolge un'azione espettorante, diuretica, antisettica e digestiva. Le foglie ed i semi emettono un aroma che si avvicina parecchio a quello dell'anice e del finocchio. In cucina le foglie fresche vengono utilizzate per guarnire insalate, come surrogato dello zucchero per le macedonie e le torte alla frutta, per aromatizzare i formaggi freschi ed entrano nella preparazione del burro alle erbe. Le radici si consumano bollite e si condiscono con olio e limone, i semi sono un ottimo aromatizzante di grappe e liquori ed in passato venivano impiegati nella cera per i mobili in modo da lasciare il loro profumo al legno.

Finocchio marino - *Crithmum maritimum*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Impianto](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



Il finocchio marino, chiamato anche critmo, appartiene alla famiglia delle Ombrellifere, al genere *Crithmum* ed alla specie *maritimum*. È una pianta erbacea perenne, alta 40-50 cm, con un portamento prostrato, i fusti sono lignificati nella parte basale, erbacei in quella che rimane, ramificati, robusti, lisci, verdi chiari e contorti; le radici sono rizomatose, robuste, ben ancoranti e si sviluppano sia lateralmente che in profondità. Le foglie sono alterne, succulente, di colore verde tendente al grigio e dotate di una lunga guaina, che avvolge il fusto, su cui si inseriscono corti piccioli, ognuno dei quali porta 4-5 foglioline piuttosto fini e

lanceolate. I fiori sono piccoli, con un diametro di 3-4 mm, di color giallo-verdognolo e raggruppati alla sommità dei gambi in infiorescenze ad ombrella che hanno dimensioni di 4-6 cm. La fioritura si verifica durante l'estate, tra luglio e settembre, dopo 2-3 anni di vita della pianta; durante l'antesi la radice principale si degrada. I frutti sono degli acheni ovali, di un colore che a maturità, tra settembre e novembre, vira dal giallo al rosso scuro o al verde e provvisti di coste in sezione longitudinale, assomigliando ad una cariosside di orzo. La pianta emana un profumo aromatico caratterizzato da note di salato e piccante; le foglie ed in minor misura i semi costituiscono la parte di pianta utilizzata.

Clima e terreno

Il finocchio marino è una pianta alofita, preferisce i climi temperati costieri, dato che cresce spontaneamente a ridosso del mare in tutto il bacino del Mediterraneo, nel mar Nero, sulle coste atlantiche europee, nei litorali irlandesi, scozzesi e nord americani. Le esposizioni migliori sono gli ambienti litoranei in pieno sole, la pianta risulta sensibile alle basse temperature invernali ma resiste ai venti salini. Il critmo

predilige i terreni sabbiosi, ciottolosi, salini e rocciosi, è in grado di svilupparsi anche sulle spiagge, nei muri e nelle fenditure delle scogliere, rifugge i terreni soggetti ai ristagni idrici.

Impianto

Il finocchio marino si moltiplica per seme o per divisione di cespi ottenuti dai rizomi, i semi possono essere diffusi anche dal mare stesso. La semina diretta si effettua a settembre su un letto di semina ben affinato, le distanze di impianto sono di 30 cm sia tra le file che sulla fila, con una densità di 10-11 piante/mq. A primavera si ottengono delle piantine che si lasciano sviluppare in piena terra, altrimenti possono essere prelevate e messe a dimora nelle fenditure dei muri o in vaso, quest'ultimo è consigliato negli ambienti caratterizzati da inverni più freddi in quanto le piantine vengono poste in zone riparate. La messa a dimora dei cespi ottenuti dai rizomi avviene in primavera.

Tecniche di coltivazione

Il critmo viene coltivato negli orti o nei giardini famigliari ed in pieno campo su piccole superfici su terreni che ricadono in aree litoranee. Durante il ciclo di coltivazione le erbe infestanti si controllano effettuando qualche sarchiatura tra le file oppure delle scerbature manuali nel caso di orti o giardini famigliari. Il finocchio marino non necessita di concimazioni, durante l'estate viene eseguita qualche innaffiatura anche se questa pianta è estremamente resistente alla siccità perché le sue foglie sono rivestite esternamente da uno strato di cuticola che limita le perdite d'acqua per traspirazione.

Raccolta

Le foglie ed i germogli si raccolgono a partire da maggio fino a prima della fioritura, dopo questa fase diventano troppo amare; di solito si utilizzano fresche però si possono essiccare direttamente sotto il sole oppure in aceto di vino per fare in modo che perdano la nota di amaro.

Le infiorescenze ad ombrella vengono tagliate poco prima della maturazione dei semi, che viene raggiunta ponendole ad essiccare su un vassoio in ambiente riparato dalla luce, asciutto e con una buona circolazione d'aria. In seguito vengono separate dai semi che si conservano in contenitori di vetro.

Proprietà ed utilizzo

In passato il critmo era largamente impiegato grazie alle sue proprietà terapeutiche, invece attualmente è poco utilizzato e conosciuto. Questa essenza favorisce i processi digestivi stimolando la secrezione gastrica e biliare, diminuisce le fermentazioni a livello intestinale contribuendo quindi ad attenuare i dolori, stimola

la diuresi, depura il sangue da tossine e da sostanze di rifiuto, svolge un'azione vermifuga nei confronti dei parassiti intestinali e combatte il rachitismo. In cucina le foglie fresche, una volta lavate, possono essere conservate sottaceto, cotte insieme al burro, impiegate come guarnizione nelle insalate e come condimento per i piatti a base di pesce e carne.

I semi si utilizzano come spezia o per la preparazione di decotti, tinture e di vini medicinali.

Finocchio selvatico - *Foeniculum vulgare*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Varietà](#)
- [Impianto](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Parassiti](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



Il finocchio selvatico appartiene alla famiglia delle Ombrellifere, al genere *Foeniculum* ed alla specie *vulgare*. È una pianta erbacea biennale, ma coltivata come annuale, alta fino ad 1 m e larga 50 cm, con gambi dritti, lisci, ramificati e verdi; le radici sono fittonanti, sottili, ramificate e carnose. Le foglie nella parte aerea della pianta si inseriscono su un lungo picciolo, che si diparte a sua volta dai gambi, sono molto fini, ramificate, di colore verde ed hanno delle incisioni particolarmente profonde. In prossimità del livello del terreno le foglie si inguainano ed avvolgono il corto fusto o caule dando vita al grumolo, che

costituisce la parte edule della pianta, è bianco e può raggiungere dimensioni di 15 cm. I fiori sono piccoli, ermafroditi, con cinque petali gialli e sono riuniti in infiorescenze ad ombrella alla sommità dei gambi. Il finocchio è una pianta allogama, per cui la fecondazione avviene in maniera incrociata; va considerato che l'emissione del polline precede la recettività dell'ovario (proterandria). La fioritura è molto scalare e si verifica durante tutta l'estate, l'impollinazione è entomofila, operata dalle api e da altri insetti pronubi. I semi sono appiattiti, ovali, marroni chiari, lunghi 6-7 mm, molto aromatici e maturano nel mese di settembre. Viene consumato direttamente da solo o abbinato ad altri piatti e possiede proprietà diuretiche, digestive ed espettoranti.

Clima e terreno

Il finocchio selvatico preferisce i climi temperati, non ha una grande resistenza al freddo, infatti se le temperature scendono sotto lo zero la pianta va incontro alla morte. Il grumolo si forma in condizioni di basse temperature e quando le giornate si accorciano, però i valori termici intorno allo zero lo

danneggiano, tanto da comprometterne il commercio. Le esposizioni migliori sono gli ambienti in pieno sole e parzialmente ombreggiati. Il finocchio predilige terreni profondi, sciolti, di medio impasto, fertili, con un buon contenuto di sostanza organica, vegeta bene anche sui suoli calcarei mentre rifugge quelli troppo compatti in quanto sono sensibili ai ristagni idrici. La specie è originaria del bacino del Mediterraneo, l'Italia è il principale produttore in Europa e la coltivazione viene attuata prevalentemente nelle regioni del centro e del sud.

Varietà

A seconda del fotoperiodo e della tolleranza al freddo le cultivar di finocchio si distinguono in tardive e precoci. Le prime necessitano di poche ore di luce durante il giorno per la formazione del grumolo, fioriscono quando le giornate si allungano e tollerano bene il freddo. Il ciclo di coltivazione è di 5-6 mesi, con semina a luglio-agosto e raccolta tra dicembre e marzo, per cui si ottengono grumoli di grosse dimensioni, dal peso di 700-800 g. Le principali varietà sono Romanesco, Latina, Montebianco e Wadenromen. Le cultivar precoci resistono ottimamente all'entrata a seme, si mettono a dimora da febbraio a maggio, oppure in estate, con una raccolta che avviene tre mesi dopo in quanto il grumolo non risente particolarmente del fotoperiodo; i grumoli di queste varietà pesano 400-500 g. Le cultivar più importanti sono Athos, Rudy e Rondo.

Impianto

Il finocchio si mette a dimora ricorrendo alla semina diretta o al trapianto delle piantine. La prima tecnica richiede un'ottima preparazione del letto di semina ed il seme deve essere confettato in modo tale da permettere l'utilizzo di seminatrici di precisione, però le radici hanno un buono sviluppo in profondità. Quando le piantine sono alte 10 cm si attua il diradamento in modo da lasciare una distanza di 50 cm tra le file e di 20 cm sulla fila, con una densità di 10 piante/mq; queste distanze sono riferite alle cultivar precoci. Le varietà tardive si mettono a dimora adottando sestri di 70 cm tra le file e 20 cm sulla fila, con un investimento di 7 piante/mq. Il trapianto delle piantine si effettua nel caso di impianti eseguiti precocemente a fine inverno o troppo tardivamente in estate.

Tecniche di coltivazione

È sconsigliabile seminare sullo stesso terreno il finocchio nei primi anni successivi al suo ciclo, inoltre non va posto vicino all'aneto perché si può incrociare con esso. Il controllo delle erbe infestanti si esegue effettuando delle sarchiature tra una fila e l'altra. Nel caso delle cultivar tardive viene effettuata una rincalzatura sulla pianta in modo da proteggere il grumolo dalle basse temperature e dai raggi solari che lo fanno diventare verde. La concimazione consiste nel distribuire, se necessario, fosforo e potassio durante la preparazione del letto di semina, mentre l'azoto si somministra dopo l'emergenza delle piantine e nelle fasi iniziali della formazione del grumolo. Il finocchio selvatico necessita di irrigazioni soprattutto durante il

periodo estivo, eventuali stress idrici causano uno sviluppo limitato del grumolo e l'entrata a seme della pianta.

Parassiti

Il finocchio è una pianta soggetta ad attacchi di parassiti, tra i funghi si ricordano la peronospora, la cercosporiosi, la sclerotinia e l'oidio. Per contrastare questi patogeni si eseguono dei trattamenti alla comparsa dei primi sintomi utilizzando prodotti a base di rame e lo zolfo nei confronti dell'oidio.

Gli insetti più pericolosi sono gli afidi e le nottue, si interviene al superamento delle soglie d'intervento con prodotti chimici nel primo caso e con preparati a base di *Bacillus thuringiensis* contro le nottue.

Ginepro - *Juniperus communis*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Propagazione](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



Il ginepro appartiene alla famiglia delle Cupressacee, al genere *Juniperus* ed alla specie *communis*.

È un arbusto di lento sviluppo alto fino a 3 m che può assumere un portamento cespuglioso o prostrato con fusti molto ramificati e che producono resina; la corteccia, di color bruno-rossastro, si può staccare longitudinalmente a scaglie. Le foglie sono sempreverdi, aghiformi, appuntite all'apice, riunite in gruppi di tre in prossimità di ciascun nodo, di colore verde tendente all'argento e superiormente presentano una linea biancastra. È una pianta dioica, per cui i fiori maschili e femminili si trovano su piante diverse, i

primi sono piccoli e di color giallo chiaro mentre gli ultimi sono verdastri, entrambi sono riuniti in piccole infiorescenze; la fioritura si verifica in primavera. Dai fiori femminili si formano delle bacche dalla consistenza carnosa, chiamate anche galbuli, ovali, molto aromatiche, rivestite di cera, di colore verde che vira al blu scuro quando, nell'autunno del secondo anno, avviene la maturazione. I frutti permangono sulla pianta per 2-3 anni e maturano scalarmente, per cui sullo stesso esemplare ci possono essere bacche mature e galbuli verdi; le prime contengono 2-3 semi spigolosi e fertili. Inoltre i frutti costituiscono la parte di pianta utilizzata.

Clima e terreno

Il ginepro preferisce i climi temperati, ha una buona resistenza alle alte e soprattutto alle basse temperature; negli ambienti montani, caratterizzati da inverni piuttosto rigidi, gli alberi assumono un portamento nano e prostrato. Le esposizioni migliori sono le aree pienamente soleggiate o parzialmente

ombreggiate, non necessariamente devono essere riparate perché l'albero sopporta bene il vento. Il ginepro predilige i terreni sciolti, di medio impasto, neutri o leggermente alcalini e ben drenati, vegeta bene anche sui suoli aridi, sassosi ed argillosi, purchè non siano troppo compatti e asfittici, in questo caso sono soggetti ai ristagni idrici. La specie è originaria del bacino del Mediterraneo e dell'America settentrionale; cresce allo stato spontaneo in zone aride e negli incolti in prossimità del mare e nei boschi di conifere in montagna fino ad un'altitudine di 1500 m.

Propagazione

Il ginepro si moltiplica per seme o per via vegetativa secondo le tecniche di talea e propaggine, vengono eseguite tutte a fine estate-inizio autunno. Le piante ottenute dal seme presentano un'elevata eterogeneità, tenendo conto che i semi impiegano parecchio tempo a germinare e che non si conosce il sesso della pianta. Le talee si prelevano in estate dalla nuova vegetazione, si fanno radicare in un substrato di sabbia mista a torba, in seguito vengono poste singolarmente in vasi, tenendole in serra fredda almeno per il primo inverno. La propaggine consiste nell'interramento di un ramo ancora attaccato alla pianta madre, lasciando fuori uscire l'apice; una volta che il ramo ha emesso le radici viene separato dalla pianta madre.

Tecniche di coltivazione

La coltivazione del ginepro è praticata nei giardini famigliari, a scopo ornamentale, per attuare rimboschimenti, per il legno ed in vaso sotto forma di bonsai. Con la potatura, eseguita durante l'inverno, si asportano i rami secchi, danneggiati, ombreggiati e verticali; verso la fine della primavera vengono effettuati dei raccorciamenti sui germogli troppo vigorosi che escono dalla forma della pianta. Durante le fasi della preparazione del terreno bisogna distribuire del letame maturo, mentre negli anni successivi alla messa a dimora la concimazione consiste nel somministrare del concime complesso a lento rilascio alla ripresa vegetativa. Il ginepro necessita di irrigazioni particolarmente durante l'estate nei primi 2-3 anni di crescita, in seguito le radici sono ben sviluppate per cui mostra una buona resistenza alla siccità, considerato che vegeta bene anche sui terreni aridi, poveri e sassosi. I rametti con le bacche di ginepro si raccolgono in autunno, tra settembre ed ottobre, e si fanno essiccare in ambienti riparati dalla luce, asciutti e con una buona circolazione d'aria. Il ginepro è una pianta rustica, per cui è poco soggetta ad attacchi di parassiti, tra gli insetti il più pericoloso è la cocciniglia mentre tra i funghi i marciumi radicali nel caso l'albero fosse coltivato in terreni argillosi asfittici e troppo compatti.

Proprietà ed utilizzo

I rametti ed i galbuli ancora verdi contengono un olio essenziale che viene estratto per distillazione di vapore fino allo 0,4 %. L'olio essenziale di ginepro contiene parecchie sostanze tra cui i terpeni, gli acidi organici, fino al 10 % di resina e gli zuccheri in misura del 30 %. L'olio essenziale di ginepro possiede

proprietà diuretiche, antisettiche, espettoranti, rubefacenti e carminative, accelera la digestione stimolando la secrezione di succhi gastrici, cicatrizza tagli e ferite ed è efficace contro i reumatismi. In cucina le bacche di ginepro si utilizzano per insaporire le carni, per la preparazione di salse, marinate e condimenti e per aromatizzare liquori come il gin. È sconsigliato consumare preparati a base di ginepro durante la gravidanza e nel caso di problemi ai reni.

Issopo - *Hyssopus officinalis*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Varietà e propagazione](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



L'issopo appartiene alla famiglia delle Labiate, al genere *Hyssopus* ed alla specie *officinalis*.

È una pianta erbacea perenne, alta 50-60 cm e larga 30 cm, con portamento eretto, radici fibrose e fascicolate e numerosi fusti, che si dipartono dal colletto, ascendenti, legnosi alla base ed erbacei nella parte superiore. Le foglie sono sempreverdi, opposte, prive di picciolo, piuttosto fini, appuntite, lunghe fino a 3 cm, un po' pelose e di color verde scuro. I fiori sono di colore variabile a seconda della varietà, raggruppati in infiorescenze all'apice dei fusti, inserite all'ascella della foglia. La fioritura si verifica durante l'estate, tra i mesi di luglio e settembre e l'impollinazione è entomofila, operata dalle api o dalle farfalle. Il frutto è un achenio al cui interno si trova un singolo seme di colore marrone scuro e di piccole dimensioni. L'intera pianta emette un profumo molto intenso, con un sapore piccante con una lieve nota di amaro. Le foglie e le infiorescenze costituiscono le parti di pianta utilizzate.

Clima e terreno

L'issopo preferisce i climi temperati, resiste bene agli inverni rigidi, sopportando temperature di alcuni gradi sotto lo zero. Le esposizioni migliori sono gli ambienti completamente soleggiati, meglio se riparati dal

vento. L'issopo predilige i terreni sciolti, fertili, calcarei e ben drenati, vegeta bene anche sui suoli aridi e sassosi, mentre rifugge quelli compatti in quanto risultano sensibili ai ristagni idrici. È una specie originaria dell'Europa meridionale e dell'Asia minore, nel nostro Paese cresce allo stato spontaneo in pianura, in collina ed in montagna fino ad un'altitudine di 1200 m.

Varietà e propagazione

L'issopo comprende diverse sottospecie o varietà che si distinguono tra loro per il colore dei fiori, quelle principali sono Aristatus, Blue, Albus e Roseus, rispettivamente hanno le infiorescenze di colore blu scuro, azzurro-blu, bianco e rosa. La propagazione dell'issopo avviene per seme, per divisione di cespi e per talea. La semina si effettua in pieno campo oppure in semenzaio nei mesi di giugno-luglio in modo da ottenere piantine pronte ad essere trapiantate ad inizio autunno. Le talee si prelevano all'apice dei fusti prima della fioritura, vengono poste a radicare in un substrato di sabbia e torba e ad inizio autunno sono pronte per il trapianto.

Tecniche di coltivazione

L'issopo viene coltivato in pieno campo, negli orti e giardini famigliari ed anche in vaso; il ciclo di coltivazione dura 4-5 anni. La semina diretta in campo viene fatta ad aprile ed i semi germinano in tempi piuttosto brevi, mentre il trapianto si effettua ad inizio autunno o inizio primavera con piantine in pane di terra e durante l'inverno con piantine a radice nuda. Le distanze di impianto tra le file sono di 60-70 cm e sulla fila di 30 cm, con una densità di 4-6 piante/mq. Il controllo delle erbe infestanti si esegue effettuando delle sarchiature tra una fila e l'altra se la coltivazione è praticata in pieno campo, mentre negli orti famigliari bisogna ricorrere alla scerbatura manuale.

La concimazione generalmente si esegue soltanto durante la preparazione del letto di semina apportando del letame maturo, l'irrigazione invece si effettua durante l'estate, dopo il trapianto e dopo uno sfalcio. L'issopo può essere soggetto ad attacchi di parassiti, tra i funghi si ricordano l'oidio, la ruggine e il Pythium, che danneggia gravemente le giovani piantine, mentre gli insetti più pericolosi sono i lepidotteri che si nutrono di foglie e fusti; l'issopo viene impiegato come pianta esca mettendolo a dimora vicino ai cavolfiori, in questo modo la cavolaia mangia le sue foglie e non quelle dei cavoli.

Raccolta

L'issopo può essere destinato alla produzione di infiorescenze, foglie, olio essenziale e semi.

Nel caso di una coltivazione in pieno campo viene raccolta la pianta intera eseguendo degli sfalci poco al di sopra del colletto, l'operazione si svolge due volte all'anno, ad inizio fioritura, in quanto

la crescita della pianta è piuttosto rapida. Il primo sfalcio viene effettuato ad inizio estate mentre il secondo ad inizio autunno perché avviene una seconda fioritura. Negli orti e nei giardini famigliari le foglie fresche si raccolgono manualmente quando servono mentre quelle da essiccare poco prima della fioritura in modo da avere una massima concentrazione di principi attivi. Relativamente all'olio essenziale la sua estrazione è maggiore (fino allo 0,8 %) con l'aumentare della quota sul livello del mare. I semi vengono raccolti poco prima che siano completamente maturi.

Proprietà ed utilizzo

L'issopo possiede proprietà digestive, cicatrizzanti ed espettoranti, infatti si impiega principalmente per contrastare tosse, mal di gola e raffreddori. In casa le foglie ed i fiori essiccati svolgono un'azione deodorante e si utilizzano per la preparazione di pot-pourri, inoltre contribuiscono ad allontanare tarme e pidocchi. In cucina le foglie fresche vengono impiegate per guarnire arrostiti, insalate e minestre, mentre i fiori entrano nella preparazione di salse, zuppe e liquori.

Lavanda - *Lavandula angustifolia*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Propagazione](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



La lavanda appartiene alla famiglia delle Labiate, al genere *Lavandula* ed alla specie *angustifolia*.

È un arbusto perenne a crescita veloce, alto fino ad un metro e largo 70 cm, con portamento inizialmente eretto e prostrato col passare degli anni, fusti legnosi basalmente, tortuosi e molto ramificati, radici superficiali, espanse e fibrose. Le foglie sono sempreverdi, opposte, pelose, prive di picciolo, lunghe 3-5 cm, piuttosto fini, di colore verde tendente all'argento quelle vecchie, mentre le foglie giovani hanno una colorazione verde scura. I fiori sono di colore blu, bianco e rosso a seconda della varietà, emettono un aroma piuttosto forte e piacevole, raggruppati in

infiorescenze lunghe 5-10 cm ed inserite all'apice degli steli; la fioritura avviene durante l'estate a partire dal secondo anno d'impianto, con un picco massimo nel mese di luglio. Il frutto è un achenio al cui interno si trova un singolo seme di colore nero e di piccole dimensioni. Le infiorescenze costituiscono la parte di pianta utilizzata.

Clima e terreno

La lavanda preferisce i climi temperati, resiste bene al caldo estivo ed agli inverni rigidi, sopportando temperature di alcuni gradi sotto lo zero. Le esposizioni migliori sono gli ambienti completamente soleggiati e ben ventilati. La lavanda predilige i terreni sciolti, fertili, calcarei e ben drenati, vegeta bene anche sui suoli aridi e sassosi, mentre rifugge quelli compatti in quanto risultano sensibili ai ristagni idrici. È una

specie originaria del bacino del Mediterraneo, nel nostro Paese cresce allo stato spontaneo in pianura, in collina e sugli Appennini fino ad un'altitudine di 1500 m.

Propagazione

La lavanda si moltiplica per talea, dopo la fioritura, a fine estate, vengono prelevate delle porzioni di germoglio dell'anno, che non è ancora in grado di fiorire, aventi una lunghezza di 15 cm; è importante che il prelievo di talee semilegnose avvenga su piante di almeno due anni di età.

Dopo aver immerso il punto tagliato delle talee in una polvere a base di ormoni in modo da favorire l'emissione di radici, il materiale di propagazione si pone in un substrato costituito da sabbia e torba in parti uguali. Una volta avvenuta la radicazione le piantine sono pronte ad essere trapiantate a primavera inoltrata.

Tecniche di coltivazione

La lavanda viene coltivata in pieno campo per la produzione di fiori, negli orti e giardini famigliari, in vaso all'aperto, per la formazione di siepi e sui terreni in pendenza ad alto rischio di frane.

Le distanze di impianto tra le file sono di almeno 80 cm e sulla fila di 60 cm, con una densità di 2 piante/mq, mentre per costituire delle siepi la distanza tra una pianta e l'altra è di 30 cm, con un investimento di 3 piante per metro lineare. Il controllo delle erbe infestanti si esegue effettuando delle scerbature manuali. La concimazione generalmente si esegue soltanto durante la preparazione del letto di semina apportando del letame maturo, però si può somministrare del concime complesso alla ripresa vegetativa in primavera. Durante l'estate, in condizioni di siccità, la lavanda necessita di irrigazioni, però è importante lasciare asciugare il terreno tra un'annaffiatura e l'altra. Verso la fine dell'estate, dopo la fioritura viene effettuata una potatura energica eliminando gli steli sfioriti che andrebbero a lignificare, in questo modo si formano nuovi germogli in autunno; a fine inverno vanno potate le siepi che necessitano di sfoltimento. La lavanda è una pianta poco soggetta ad attacchi di parassiti, tra cui i più pericolosi sono i marciumi radicali, che possono insorgere se la coltivazione si effettua in terreni soggetti a ristagni idrici.

Raccolta

Le infiorescenze della lavanda si raccolgono ad inizio fioritura se in seguito vengono sottoposti all'essiccazione, mentre se sono utilizzati freschi per l'estrazione dell'olio essenziale si prelevano nei mesi di luglio ed agosto, in prossimità del picco massimo di fioritura. L'essiccazione avviene appendendo le infiorescenze capovolte in ambiente riparato dalla luce, asciutto e con una buona circolazione d'aria, in seguito gli steli vanno separati delicatamente dai fiori essiccati per impedire la perdita del profumo da parte

di quest'ultimi. L'olio essenziale si ottiene mediante la distillazione dei fiori freschi in corrente di vapore e può essere estratto fino all'1 %.

Proprietà ed utilizzo

La lavanda possiede proprietà tonificanti per il sistema nervoso, stimolanti per il sistema circolatorio, antisettiche, carminative, antispasmodiche e antibatteriche. La lavanda trova un largo impiego in profumeria, infatti si utilizza come carta profumata per il rivestimento di armadi ed i fiori essiccati si mettono in sacchetti antitarma che profumano i mobili. Un ulteriore impiego di questa essenza consiste nel contrastare la cellulite e nel tonificare le pelli delicate. La lavanda trova uno scarso utilizzo in cucina, i fiori secchi vengono aggiunti a gelati, marmellate e all'aceto; grazie all'impollinazione dei fiori, operata dalle api o da altri insetti pronubi, si ottiene il miele di lavanda. Le preparazioni a base di lavanda sono l'infuso, applicato per risciacquare i capelli grassi, e la tintura.

Maggiorana - *Origanum majorana*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Propagazione](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



La maggiorana appartiene alla famiglia delle Labiate, al genere *Origanum* ed alla specie *majorana*.

È una pianta perenne che però spesso si coltiva come annuale, alta 20-30 cm e larga 15 cm, con un portamento eretto, fusti robusti, legnosi e marroni alla base, verdi chiari, ramificati, esili e pelosi nella parte superiore; le radici sono dei rizomi di consistenza fibrosa piuttosto superficiali. Le foglie sono caduche, opposte, ovali, di ridotte dimensioni, brevemente picciolate, pelose, di color verde chiaro. I fiori

sono ermafroditi, di color bianco-rosato o viola, privi di peduncolo e raggruppati in infiorescenze a pannocchia localizzate all'apice dei fusti. La fioritura si verifica durante tutta l'estate, l'impollinazione è entomofila, operata prevalentemente da api e farfalle. I semi sono di piccole dimensioni, di colore marrone, di forma sferica e maturano nel mese di settembre. L'intera pianta emette un aroma particolarmente piacevole e più delicato rispetto a quello dell'origano, le foglie e le infiorescenze a pannocchia costituiscono le parti di pianta utilizzate.

Clima e terreno

La maggiorana preferisce i climi temperati, però si adatta anche a quelli temperati freddi in quanto resiste bene agli inverni rigidi, sopportando temperature di diversi gradi sotto lo zero. Le esposizioni migliori sono gli ambienti completamente soleggiati ma ben riparati. La maggiorana predilige i terreni sciolti, di medio impasto, fertili, asciutti, calcarei, ben drenati e con una buona dotazione di sostanza organica, vegeta bene anche sui suoli aridi, mentre rifugge quelli compatti in quanto risultano sensibili ai ristagni idrici. È una

specie originaria del Medio Oriente e del bacino del Mediterraneo, ove cresce allo stato spontaneo; attualmente è coltivata come annuale nei climi temperati freddi.

Propagazione

La maggiorana si moltiplica per seme e per via vegetativa per divisione dei cespi e per talea. La semina può avvenire direttamente in campo, però i tempi della germinazione sono piuttosto lunghi, ed in serra; in entrambi i casi si effettua nel mese di aprile. Nel secondo caso i semi si mettono in contenitori con un substrato leggero e fertile che deve essere inumidito, in seguito vanno mantenuti al buio per favorire la germinazione, mentre all'emergenza delle piantine, si aumenta la luminosità; verso l'inizio dell'estate le piantine sono pronte ad essere trapiantate. Le talee vengono prelevate ad inizio estate sui germogli dell'anno non fioriferi alla base della pianta, si pongono in un substrato costituito da sabbia e torba in parti uguali. Una volta avvenuta la radicazione le piantine sono pronte ad essere trapiantate, anche in autunno. La divisione dei cespi si effettua sfruttando la buona capacità di radicazione dei fusti in prossimità dei nodi quando sono a contatto col terreno.

Tecniche di coltivazione

La maggiorana viene coltivata soprattutto negli orti e nei giardini famigliari, ma anche in vaso all'aperto ed in pieno campo. Le distanze di impianto tra le file sono di 40 cm e sulla fila di 20 cm, con una densità di 12 piante/mq; se si ricorre alla semina diretta una volta che le piantine sono alte 5 cm vengono sfoltite. Il controllo delle erbe infestanti si esegue effettuando delle scerbature manuali.

La concimazione generalmente si esegue soltanto durante la preparazione del letto di semina apportando del letame maturo. Durante l'estate, in corrispondenza della fioritura, la maggiorana necessita di irrigazioni, però è fondamentale lasciare asciugare il terreno tra un'annaffiatura e l'altra. La maggiorana è una pianta rustica, per cui è poco soggetta ad attacchi di parassiti, però se coltivata su terreni soggetti ai ristagni idrici può essere colpita dai marciumi radicali.

Raccolta

Per l'utilizzo delle foglie fresche in autunno vengono tagliati i germogli per almeno il 60-70 % rispetto al totale, mentre i rametti con le foglie e le infiorescenze a pannocchia da essiccare si prelevano poco prima della fioritura con lo stesso criterio citato in precedenza. L'essiccazione di foglie e fiori avviene in ambiente riparato dalla luce, asciutto, possibilmente con alte temperature e con una buona circolazione d'aria, in seguito foglie e fiori si separano dagli steli, vengono sminuzzati e conservati in piccoli contenitori di vetro. Le foglie vengono congelate oppure fatte macerare sott'olio o aceto.

Proprietà ed utilizzo

La maggiorana possiede proprietà medicinali sedative, toniche, antispasmodiche, stimolanti degli apparati digerente e respiratorio, diuretiche, espettoranti, digestive ed aromatiche. Inoltre agisce anche contro l'asma, l'emicrania, le vertigini, l'ansia e l'insonnia. I preparati a base di maggiorana sono sconsigliati per le donne in gravidanza. L'olio essenziale contiene parecchi terpeni. A livello culinario la maggiorana si impiega per aromatizzare arrosti di carne bianca, insaccati pregiati e grigliate di pesce. Inoltre entra nella preparazione della salsa alle erbe utilizzata per le carni al sangue, di oli e aceti balsamici, dei liquori alle erbe, di infusi, tinture e polvere.

Melissa - *Melissa officinalis*

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Propagazione](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



La melissa, denominata anche cedronella, appartiene alla famiglia delle Labiate, al genere *Melissa* ed alla specie *officinalis*. È una pianta erbacea perenne, alta 60-100 cm e larga 50 cm, con un portamento eretto, fusti piuttosto robusti alla base, quadrangolari in sezione, ramificati, esili e di colore verde; le radici sono dei corti rizomi fibrosi ed abbastanza ramificati. Le foglie sono opposte, provviste di picciolo, a forma di cuore, con i bordi seghettati, di color verde chiaro, con le nervature ben evidenti e ricoperte di peli ghiandolari che emettono un forte profumo che ricorda quello del limone. I fiori sono piccolissimi, di colore bianco-rosato, di forma tubulare ed aggregati in infiorescenze inserite all'ascella della foglia all'apice degli steli. La fioritura si verifica durante l'estate, nel pieno di questa fase i fiori diventano azzurri; l'impollinazione è entomofila, operata dalle api o da altri insetti pronubi. Il frutto è un achenio contenente semi di ridotte dimensioni e di color marrone scuro. Le foglie costituiscono la parte di pianta utilizzata.

Clima e terreno

La melissa preferisce i climi temperati, resiste bene al caldo estivo ed agli inverni rigidi, sopportando temperature di alcuni gradi sotto lo zero. Le esposizioni migliori sono gli ambienti parzialmente ombreggiati, in modo da evitare i raggi solari diretti nelle ore centrali della giornata.

La cedronella predilige i terreni freschi, profondi, fertili, umidi, di medio impasto, anche argillosi purchè ben drenati, mentre mal sopporta i terreni aridi e troppo compatti, quest'ultimi perché soggetti ai ristagni idrici. È una specie originaria dell'Asia occidentale e del bacino del

Mediterraneo, nel nostro Paese cresce allo stato spontaneo in aree incolte, ombreggiate ed in prossimità delle siepi fino ad un'altitudine di 1000 m.

Propagazione

La cedronella si moltiplica per seme e per divisione dei cespi. La semina può essere effettuata direttamente in pieno campo ad inizio primavera oppure in semenzaio ad inizio estate o in inverno, però nel primo caso i tempi della germinazione sono piuttosto lunghi. Una volta che le piantine in semenzaio hanno raggiunto un'altezza di 5-6 cm sono pronte per il trapianto primaverile o autunnale in pane di terra, invernale se il materiale di propagazione è a radice nuda. La divisione dei cespi consiste nel prelevare delle piccole porzioni di rizoma, provviste di almeno una gemma, mettendole a dimora in vivaio in modo da ottenere piantine pronte ad essere trapiantate.

Tecniche di coltivazione

La melissa viene coltivata in pieno campo per la produzione di foglie e per l'estrazione dell'olio essenziale, negli orti e giardini famigliari ed in vaso all'aperto; il ciclo di coltivazione della cedronella dura 5-6 anni. Le distanze d'impianto tra le file sono di 60 cm e di 20 cm sulla fila, con una densità di 8 piante/mq; nel caso la coltura fosse destinata all'estrazione dell'olio essenziale i sestri tra le file si riducono e l'investimento è di 10 piante/mq. Il controllo delle erbe infestanti si esegue effettuando delle sarchiature tra una fila e l'altra se la coltivazione è praticata in pieno campo, mentre negli orti famigliari bisogna ricorrere alla scerbatura manuale. La concimazione generalmente si esegue soltanto durante la preparazione del letto di semina apportando del letame maturo, però si può somministrare del concime complesso alla ripresa vegetativa in primavera o dopo ciascuno sfalcio. L'irrigazione si effettua subito dopo il trapianto e dopo uno sfalcio. La cedronella può essere soggetta ad attacchi di parassiti, tra i funghi si ricordano l'oidio, la septoriosi, che provoca il disseccamento e la caduta delle foglie, e la ruggine; gli insetti più pericolosi sono i coleotteri e le cicaline che si nutrono di foglie e steli.

Raccolta

La melissa può essere destinata alla produzione di foglie ed all'estrazione di olio essenziale.

Nel caso di una coltivazione in pieno campo viene raccolta la pianta intera eseguendo degli sfalci poco al di sopra del colletto, l'operazione si svolge 1-2 volte all'anno, poco prima della fioritura.

L'olio essenziale si ottiene mediante la distillazione in corrente di vapore, facendo attenzione perché si estrae soltanto lo 0,03 % di essenza dalla pianta. Negli orti e nei giardini famigliari le foglie, che possono essere utilizzate sia fresche che secche, si raccolgono manualmente poco prima

della fioritura, l'essiccazione avviene in ambiente riparato dalla luce, asciutto, possibilmente con alte temperature e con una buona circolazione d'aria.

Proprietà ed utilizzo

La melissa possiede proprietà medicinali digestive, sedative, antispasmodiche e carminative. Le foglie fresche si impiegano per contrastare l'insonnia, lo stress, l'emicrania e per medicare le punture da insetti; in appartamento sono utilizzate per profumare la biancheria. Le foglie fresche in cucina si utilizzano per insaporire macedonie, budini e bevande, inoltre la cedronella entra nella preparazione di infusi, tisane, tinture e liquori.

Menta piperita - Mentha x piperita

In questa pagina parleremo di :

- [Generalità](#)
- [Clima e terreno](#)
- [Impianto](#)
- [Tecniche di coltivazione](#)
- [Raccolta](#)
- [Proprietà ed utilizzo](#)

Aiutaci a crescere clicca

Generalità



La menta piperita appartiene alla famiglia delle Labiate, è una specie ottenuta mediante l'incrocio tra Mentha aquatica e Mentha spicata. È una pianta erbacea perenne e stolonifera, coltivata come pianta annuale, alta 50 cm, con un portamento eretto, fusti quadrangolari in sezione e di colore rosso o verde; la radice è costituita da un rizoma dal quale si dipartono numerosi stoloni striscianti a livello della superficie del terreno che emettono nuove radici in prossimità di ogni nodo. Le foglie sono sempreverdi, opposte, di una forma ovale allungata, con margini dentellati, di colore variabile dal verde chiaro al verde scuro, ruvide, pelose e ricche di ghiandole secernenti un olio essenziale contenente elevate quantità di mentolo, per questo la pianta emana un aroma particolarmente intenso. I fiori sono piccoli, di colore bianco o violaceo e riuniti in infiorescenze a pannocchia localizzate all'apice degli steli; la fioritura si verifica a partire dal

mese di giugno fino all'inizio dell'autunno. Il frutto è un achenio contenente numerosi semi sterili. Le foglie sono la parte di pianta utilizzata.

Clima e terreno

La menta piperita si adatta ai climi di tutta la fascia temperata, preferisce primavere fredde-umide ed estati calde-asciutte. La pianta è caratterizzata da un'ottima resistenza agli inverni rigidi, fino a 15-20 gradi sotto lo zero, e gradisce le alte temperature estive in quanto produce un'elevata quantità di olio essenziale se i valori termici sono alti. Le esposizioni migliori sono gli ambienti in pieno sole riparati dai forti venti, ma

vegeta bene anche in zone parzialmente ombreggiate, anche se la produzione di olio essenziale è minore nell'ultimo caso. La menta piperita predilige i terreni sciolti, freschi, fertili, profondi, con un buon contenuto di sostanza organica e ben drenati, mentre rifugge quelli argillosi troppo compatti perché soggetti ai ristagni idrici. Questo ibrido difficilmente si riscontra allo stato spontaneo, la sua coltivazione dalla Gran Bretagna si è diffusa in Europa, Nord America, Australia ed Asia; nel nostro Paese viene coltivata dappertutto.

Impianto

La propagazione della menta piperita avviene utilizzando stoloni prelevati da piante aventi almeno un anno di età. Gli stoloni si mettono a dimora in autunno oppure a fine inverno in gruppi di 2-3 ad una profondità di 7-10 cm, in seguito è necessaria una rullatura; a primavera inoltrata si può ricorrere al trapianto di piantine in pane di terra. Le distanze d'impianto tra le file sono di 40 cm e sulla fila di 20-30 cm, con una densità di 10-12 piante/mq. È consigliabile adottare ampi avvicendamenti, evitando di seminare sullo stesso terreno la menta piperita, oppure una coltura appartenente alla famiglia delle Labiate, nei 7-8 anni successivi; questa coltura è avvicendata ai cereali autunno-vernini oppure alle leguminose.

Tecniche di coltivazione

La menta piperita può essere coltivata in pieno campo, negli orti e nei giardini famigliari ed anche in vaso. Questo ibrido può essere disturbato dalla presenza di numerose erbe infestanti tra cui il convolvolo, che provoca l'allettamento degli steli, le achillee e la camomilla; per eliminare le infestanti vengono effettuate delle sarchiature tra le file prima che dello sviluppo completo degli stoloni che porta alla copertura dell'intera superficie. Negli orti e nei giardini famigliari va effettuato uno sfoltimento della pianta in quanto tende ad essere molto aggressiva con i suoi stoloni se lasciata crescere eccessivamente. Durante la preparazione del letto di semina viene apportato del letame maturo, l'azoto aumenta la quantità di mentolo nell'olio essenziale e si distribuisce una parte all'impianto, insieme a fosforo e potassio, ed il rimanente al germogliamento dopo il primo taglio.

L'irrigazione viene effettuata dopo l'impianto, in prossimità della fioritura e dopo il primo taglio.

La menta piperita è una pianta attaccata dai parassiti, tra i funghi si ricordano la ruggine, che danneggia le foglie, ed i marciumi radicali che si instaurano su terreni compatti o comunque in presenza di ristagni idrici; gli insetti più pericolosi sono gli afidi. Per contrastare i parassiti non bisogna eccedere con le concimazioni azotate ed organiche ed è fondamentale adottare ampi avvicendamenti.

Raccolta

La menta piperita può essere destinata alla produzione di foglie ed all'estrazione di olio essenziale.

Nel caso di una coltivazione in pieno campo viene raccolta la pianta intera eseguendo degli sfalci poco al di sopra del colletto, l'operazione si svolge due volte all'anno. Il primo sfalcio si effettua nel mese di agosto, quando la pianta è in piena fioritura ed il contenuto di olio essenziale è massimo, ne viene estratto lo 0,3 % mediante la distillazione in corrente di vapore. Il secondo sfalcio viene eseguito in autunno ed è destinato alla produzione di foglie, la cui essiccazione avviene in ambiente riparato dalla luce, asciutto e con una buona circolazione d'aria.

Proprietà ed utilizzo

La menta piperita possiede proprietà anestetiche, antisettiche, antispasmodiche, digestive, calmanti, antifermentative, dissetanti, rinfrescanti, stomachiche, vermifughe e carminative; inoltre il mentolo contrasta tubercolosi e colera. La menta piperita è utile nella prevenzione dei parassiti di cani e gatti e delle piante. In cucina si impiega per aromatizzare carni, verdure, the, insalate miste e frittate. Nell'industria dolciaria è utilizzata per la preparazione di gelati, liquori, caramelle, creme, pastiglie e gomme da masticare.