

CALENDULA *Calendula officinalis* - COMPOSITAE

ORIGINI E SIGNIFICATI: Il nome deriva dal latino "*calendae*" in allusione al periodo di fioritura che si prolunga per parecchi mesi. I latini la chiamavano *solsequium*, che segue il sole, poiché i fiori sbocciano quando il sole splende e sono sempre rivolti verso di esso fino a chiudersi al tramonto. Nei testi medioevali è citata come *solis sposa*, sposa del sole, in quanto segue il ritmo del sole. Fu detta anche erba dei morti, perché spesso posta a ornamento delle tombe. Per gli antichi un giovanotto con in mano una corona di calendula era il simbolo del dolore. Utilizzata dai medici del Medioevo, fu poi trascurata per molto tempo e solo la medicina moderna l'ha riportata in auge. I monaci usavano le foglie di calendula per fare un infuso digestivo amaro. Nel linguaggio dei fiori indica gelosia, pena o noia.

CARATTERISTICHE: la si ritiene derivata da una *Calendula* dell'Europa meridionale, *Calendula Arvensis*, diffusa nei prati fino a 600 mt in Italia meridionale. Annuale con portamento cespuglioso ed eretto, con foglie pelose, spesse, lanceolate, vischiose al tatto. Fiori dorati arancioni simili alle margherite. Fusto ramoso di circa 50 cm. di altezza. Genere di 12 specie sempreverdi. Sapore muschiato, intenso, resinoso quasi balsamico.

PARTI UTILIZZATE: foglie e fiori in aprile -luglio, fresche o essiccate.

COSTITUENTI: xantofille, carotenoidi, pigmenti flavonici, principio amaro, saponina, resina, olio essenziale, acidi, alcol, acido salicilico, vitamina C, sostanze mucillaginose. **PROPRIETA':** antinfiammatorio, antifungina, antisettico, antispasmodico, callifugo, cicatrizzante, emmenagogo, sedativo, sudorifero.

UTILIZZI: Molto più conosciuta come pianta ornamentale che non per le proprietà medicinali molto importanti. Le foglie si utilizzano nelle insalate e i fiori per decorare piatti di riso e pesce, sia crude che cotte. Le foglie possono essere surgelate dopo essere state sbollentate in acqua. I fiori in boccio possono essere conservati sotto sale e utilizzate al posto dei capperi. Può essere utilizzato in sostituzione dello zafferano per conferire il colore giallo a risotti e minestre. Riduce lo sviluppo dei peli, utile per le creme del viso. Ad uso esterno valido rimedio per le contusioni, la pelle arrossata, infiammata, per estirpare i calli e attenuare i geloni, contro l'insorgere delle vene varicose e come coadiuvante per le micosi dei piedi. Ha proprietà lenitive, emollienti, rinfrescanti, ripitelizzanti e normalizzanti del micro circolo. Utilizzata in ginecologia è fra i migliori vulnerari antisettici, antinfiammatori e cicatrizzanti della flora europea, per questo è molto apprezzata in pomata per curare le ferite, tagli e bruciate. Come impacco per lenire arrossamenti e le parti intime. L'infuso per pulire e tonificare la pelle del viso e combattere i punti neri. L'infuso di fiori secchi in olio di oliva da applicare su bruciate e ustioni. L'olio di macerazione cura problemi cutanei. L'olio essenziale si estrae dai petali. Ad uso interno come decotto per regolarizzare il ciclo mestruale, curare la tosse, raffreddore, coliti, epatiti, ulcera gastrica. Inoltre cura i dolori di stomaco, infiammazioni dei nodi linfatici, riduce il colesterolo, i trigliceridi nel sangue e protegge la mucosa gastrica, stimola il fegato e la produzione di bile, aiutando gli alcolisti a disintossicarsi. Ingrediente di prodotti antistaminici, contro allergie da polveri e acari. L'olio di calendula si utilizza per frizioni contro febbri malariche. Elisir come digestivo o contro le crisi spasmodiche gastro intestinali. Benefico per callo, contusione, fegato, foruncolo, geloni, menopausa, mestruazioni, pelle, piaga, puntura, scottatura, ulcera, verruca.

I NOSTRI PRODOTTI CON LA CALENDULA

FIORI ESSICCATI DI CALENDULA

N.0: TISANA BUONA

N. 11: TISANA BENESSERE DONNA PER LA MENOPAUSA

N.12 TISANA PER IL FEGATO

SALI DA BAGNO

SCRUB CORPO



ELISIR ALLA CALENDULA

40 gr. di fiori, 5 gr. di buccia d'arancio, 2 gr. di corteccia di cannella.

Macerare 5 giorni in 300 gr. di alcool a 60°C, poi si uniscono 500 gr di acqua in cui sono stati sciolti 600 gr di zucchero, si filtra e si lascia riposare. Si usa a bicchierini o a cucchiaini. Serve come digestivo nelle coliche e nelle crisi spasmodiche dell'apparato gastro-intestinale.

AZIENDA AGRICOLA LE ERBE DELLA GRAZIOSA DI ANDREA MONTORSI

Sede: via Marzabotto, 53 - Loc. Graziosa - 41018 Tel.: 388-8329352

San Cesario sul Panaro (MO)

Ingresso visite: via Modenese, 5356 (di fronte

alla villa Graziosa) San Cesario sul Panaro (MO)

Posta elettronica: a.montorsi@leerbedellagraziosa.it

Tel: 330-802520

Posta elettronica: c.baccolini@leerbedellagraziosa.it

