

LAVANDA



Pianta molto rustica, cresce spontanea nei terreni aridi e sassosi e forma bellissimi cespugli.

Pianta perenne, sempreverde di piccole dimensioni: massimo un metro d'altezza.

Foglie, lanceolate, strette, di un caratteristico colore verde-grigio.

FIORITURA DELLA LAVANDA

Fiorisce dalla primavera all'estate. I fiori sono riuniti in infiorescenze a spiga, portate da lunghi steli. Ogni spiga contiene fiori molto profumati e con aroma tipico della specie.

Il **frutto** è un achenio che contiene al suo interno un solo seme.

Proprietà aromatiche

I responsabili del tipico profumo sono gli oli essenziali prodotti da ghiandole, presenti in tutte le parti verdi della pianta (fiori, foglie e gambi) ma soprattutto nei fiori.

Raccolta e Conservazione

- I fiori si raccolgono in epoche diverse a seconda dell'utilizzo: per uso erboristico all'inizio della fioritura mentre per l'industria cosmetica nel periodo di massima fioritura.
- Dopo la raccolta (si deve raccogliere l'infiorescenza con tutto il fusto), si seccano in mazzi appesi a testa in giù, in luoghi ventilati ed ombrosi in quanto il sole scolorirebbe i fiori. Quando sono secchi si separa la spiga dal gambo e si conservano i fiori o in sacchetti di tela o in ciotole per profumare la casa.
- I fiori mantengono a lungo il loro profumo tanto che si conservano in sacchetti di mussola o tela per profumare la biancheria.
- I fiori freschi si usano per estrarre gli oli essenziali.

Uso In Cucina

- Normalmente è poco usata per scopi alimentari. Si usa per aromatizzare il vino bianco e l'aceto, per preparare gelatine, per aromatizzare i dolci.

Profumato è il miele adatto a curare le affezioni broncopolmonari.

Curiosità

- Il nome "lavanda" viene dal latino "lavare" (che deve essere lavato) poiché questa pianta era molto utilizzata nell'antichità (soprattutto nel Medioevo) per detergere il corpo
- E' stata ed è l'elemento base per la preparazione dei pot-pourri per profumare la casa fin dal lontano 1700.
- nel Medioevo e fino al 1700 si cospargevano e si strofinavano i pavimenti utilizzando la lavanda come disinfettante.
- La spiga è considerata un amuleto contro le disgrazie ed i demoni e un talismano per portare prosperità e fecondità. I fiori mantengono a lungo il loro profumo tanto che vengono normalmente conservati in sacchetti di mussola o tela per profumare la biancheria.
- **Come si utilizza**
- Le inalazioni di infuso calmano il raffreddore, la tosse e hanno un'azione positiva per chi ha problemi respiratori.
- I risciacqui con infuso hanno un'azione disinfettante per la bocca e sono rinfrescanti per l'alito.
- Si usa per fare bagni tonificanti e rilassanti versando qualche goccia di olio essenziale nell'acqua calda.
- L'infuso si usa per risciacquare i capelli grassi e l'olio, applicato al cuoio capelluto, massaggiando delicatamente, facilita la crescita dei capelli.
- Con essa si preparano anche dei tonici astringenti per i pori dilatati della pelle.

