

Le piante officinali nei territori degli Ecomusei del Trentino

**Guida alla scoperta di saperi,
tradizioni e itinerari**

Volume III - Ecomuseo della Judicaria





2014 © – Tutti i diritti riservati.

Coordinamento progetto editoriale: Federico Bigaran

Coordinamento e redazione testi: Stefano Mayr

Revisione testi e coordinamento Ecomusei: Adriana Stefani, Silvia Corrado

Volume I Ecomuseo Argentario: Ivan Pintarelli, Stefano Delugan

Volume II Ecomuseo del Lagorai: Valentina Campestrini, Katia Lenzi

Volume III Ecomuseo della Judicaria: Diego Salizzoni, Guido Donati, Marco Merli

Volume IV Ecomuseo del Tesino, Terra di Viaggiatori: Mariano Avanzo, Francois Salomone

Volume V Ecomuseo della Valle del Chiese: Aurora Mottes, Manuel Zorzi

Volume VI Ecomuseo della Val di Peio: Oscar Groaz, Monica Framba, Maria Loreta Veneri

Volume VII Ecomuseo del Vanoi: Silvia Gradin, Federica Micheli

Cartografia a cura di Augusto Cavazzani

Fotografie: archivi fotografici dei singoli ecomusei, archivio Stefano Mayr, archivio Mariano Avanzo, archivio Raffaella Lunelli, archivio Maurizio Ferneti, archivio Trentino Marketing, B. Bolchi e archivio APT, archivio Donati Nicole

Progetto grafico e impaginazione: Artimedia – Trento

ISBN 978-88-7702-365-0

1ª edizione gennaio 2014

ARTIMEDIA 
VALENTINA TRENTINI, EDITORE

ARTIMEDIA

Valentina Trentini, editore

38122 Trento - Via Madruzzo, 31

Tel. 0461 232400 - Fax 0461 265878

Internet: www.artimedia.it

E-mail: info@artimedia.it

Le piante officinali nei territori degli Ecomusei del Trentino

GUIDA ALLA SCOPERTA
DI SAPERI, TRADIZIONI E ITINERARI

Volume III - Ecomuseo della Judicaria





SOMMARIO

Presentazione	6
Introduzione	8
Ecomuseo della Judicaria	12
Il Trentino e le sue erbe	18
La situazione attuale in Trentino	21
La gestione dell'azienda agricola dal punto di vista pratico	22
Il Regolamento attuativo provinciale (in attuazione della LP 28 marzo 2003, n. 4)	24
Alcune utili definizioni	26
L'utilizzo locale delle erbe	32
L'erbario	32
Casa della Flora - Area Natura Rio Bianco - Parco Naturale Adamello Brenta	34
I salici alpini	37
Erbe officinali e acido salicilico	37
Giuseppe Boni e altri "erborizzatori"	39
La cosmesi naturale	40
Percorsi alla scoperta delle erbe	44
Dall'olivo al lago di Tenno	46
Le erbe del Lomaso, il sito archeologico di S. Martino e la Malga di Vigo	48
La valle dei Molini e l'orto botanico Rio Bianco a Stenico	50
L'estremo nord dell'Ecomuseo: da San Lorenzo in Banale al lago di Nembia, passando per Moline e Deggia	52
Il turismo che vuole profumare d'erba	54
Le norme da seguire	60

PRESENTAZIONE

L'iniziativa editoriale che ho il piacere di presentare è frutto di un intenso lavoro, effettuato "a più mani", con il contributo di una pluralità di soggetti: tecnici, esperti, agricoltori, ristoratori, operatori turistici, rappresentanti di associazioni e di amministrazioni comunali, guardie forestali, anziani, ecc..., accomunati dalla passione per il variegato mondo delle piante officinali e per il nostro territorio.

La pubblicazione è una guida, composta da sette agili libretti, per accompagnare il lettore alla scoperta del vasto mondo di saperi, tradizioni ed itinerari collegati alle piante officinali, che si cela nei territori dei sette Ecomusei del Trentino che hanno partecipato al progetto. L'opera è nel contempo una testimonianza della volontà di dar voce e nuove opportunità alle realtà considerate "marginali" del Trentino, per costruire un'offerta turistica basata sull'esperienza diretta, sulla conoscenza dell'ambiente e della natura che sappia coinvolgere la popolazione locale.

L'opportunità di intraprendere questo percorso è stata la partecipazione del Servizio Agricoltura, Ufficio per le produzioni biologiche, al progetto comunitario **"SY_CULTour – Sinergia tra cultura e turismo: utilizzo dei potenziali culturali nelle zone rurali svantaggiate"**, finanziato nell'ambito del programma Interreg Sud-Est Europa. Seguendo le metodologie partecipative coordinate a livello internazionale la Provincia ha coinvolto pienamente nel progetto la rete degli Ecomusei del Trentino, affidando loro la realizzazione delle varie azioni del progetto pilota intitolato "Dalla tradizione alla produzione: l'uso sostenibile delle piante officinali coltivate e spontanee nel contesto dell'offerta turistica rurale". Produttori, trasformatori, ristoratori, gestori di impianti termali e di centri benessere, albergatori, educatori ambientali, associazioni, fondazioni, abilmente coordinati dalla Rete degli Ecomusei, hanno saputo cooperare con spirito innovativo e partecipativo per il raggiungimento di un comune interesse. La costante ed intensa attività d'animazione locale e di ricerca su usi e tradizioni del mondo rurale, effettuata negli ultimi anni, ha consentito l'efficace e attiva partecipazione degli Ecomusei e delle numerose associazioni ad essi collegate.

Il progetto SY_CULTour ha saputo individuare nel patrimonio di conoscenze legato alle erbe officinali ed aromatiche un potenziale culturale di sviluppo attorno al quale si sono mobilitati gli interessi sia del

settore agricolo-produttivo sia di quello turistico-culturale. Il ricco capitale territoriale di cui dispongono gli Ecomusei, se adeguatamente valorizzato, consente di favorire uno sviluppo equilibrato anche nelle aree rurali generalmente meno interessate dai flussi turistici. Il percorso di valorizzazione rafforza nel contempo l'identità della popolazione e ne preserva il patrimonio culturale, materiale ed immateriale, per le future generazioni.

Il progetto si inserisce nell'attività dell'amministrazione provinciale finalizzata a favorire la cooperazione tra i settori agricolo e turistico e l'esperienza riportata nelle guide dimostra che la coltivazione e la raccolta di piante officinali detiene ampie potenzialità. L'adozione del marchio provinciale TRENTINERBE® ha costituito la necessaria premessa per avviare il percorso di integrazione, qualificando le produzioni e garantendo nel contempo il consumatore.

Le guide offrono quindi al lettore un interessante compendio di conoscenze, non solo geografiche ma anche storico-culturali ed enogastronomiche, relative alle aree dei sette Ecomusei trentini. Un "viaggiatore interessato" potrà trovare informazioni specifiche sui territori riguardanti l'ospitalità, le aziende produttrici presenti, i sentieri naturalistici, le specie tipiche della zona ed altro ancora, come primo passo verso la creazione di un vero e proprio "pacchetto turistico tematico". L'esperienza effettuata ha consentito di comprendere come sia possibile, attraverso la costruzione d'iniziative volte ad un turismo che si richiami ai concetti di responsabilità, sostenibilità ed ecologia, creare nuove opportunità di lavoro ampliando la presenza turistica ai periodi primaverili ed autunnali, mantenendo la cultura locale ed il territorio. In questo gli Ecomusei possono svolgere un ruolo chiave mettendo in rete gli attori, sviluppando progetti ed iniziative per divenire i custodi dei saperi, delle tradizioni rurali e della biodiversità. Ringrazio quanti hanno collaborato alla realizzazione di questa pubblicazione ed auguro ai lettori ed ai visitatori del Trentino di lasciarsi coinvolgere nella riscoperta degli antichi saperi legati alle erbe officinali ed aromatiche, patrimonio delle nostre comunità.

*Michele Dallapiccola
Assessore all'agricoltura, foreste,
turismo e promozione, caccia e pesca
della Provincia Autonoma di Trento*



INTRODUZIONE

PROGETTO SY_CULTour SINERGIA FRA CULTURA E TURISMO: L'UTILIZZO DEI POTENZIALI CULTURALI NELLE ZONE RURALI SVANTAGGIATE

La presente pubblicazione è stata realizzata nell'ambito del progetto comunitario denominato "SY_CULTour – Sinergia fra cultura e turismo: l'utilizzo dei potenziali culturali nelle zone rurali svantaggiate" finanziato dal programma Interreg SEE (Sud Est Europa), di durata triennale (marzo 2011 – febbraio 2014). Il progetto è stato coordinato a livello provinciale dall'Ufficio per le produzioni biologiche del Servizio Agricoltura della PAT che ha accolto la proposta di partenariato presentata dal Centro di Ricerca dell'Accademia Slovena di Scienze e Arte, l'Istituto Geografico Anton Melik (ZRC SAZU), da anni impegnato nello studio di aree marginali, del patrimonio rurale e delle tematiche legate allo sviluppo regionale. La diversificazione delle attività economiche e il miglioramento

della qualità della vita nelle zone rurali, che coprono la metà della superficie comunitaria e rappresentano circa il 20% della popolazione, è uno degli obiettivi condivisi dalle politiche dell'Unione europea. Proprio in questo contesto si inserisce il progetto SY_CULTour, che ha come fine principale il miglioramento della gestione del capitale territoriale per favorire uno sviluppo socioeconomico equilibrato delle aree rurali, rafforzando nel contempo l'identità culturale e preservando il patrimonio culturale materiale ed immateriale per le generazioni future.

Al progetto prendono parte sei paesi europei, Slovenia, Serbia, Ungheria, Grecia, Bulgaria e Italia, ognuno dei quali ha candidato una, o più "aree pilota" per un totale di 11 realtà. Per l'Italia oltre alla Provincia Autonoma



di Trento partecipa la Comunità Montana Sirentina (Abruzzo).

Il progetto pilota elaborato dalla PAT riguarda la valorizzazione del patrimonio culturale legato all'utilizzo delle piante officinali ed è denominato "Dalla tradizione alla produzione: l'uso sostenibile delle piante officinali coltivate e spontanee nel contesto dell'offerta turistica rurale". Partner locali del progetto sono stati individuati i sette ecomusei che compongono la rete ecomuseale trentina e che a loro volta coinvolgono numerosi operatori, associazioni e amministrazioni presenti sul territorio. Il progetto pilota è volto a favorire la cooperazione tra le aziende che producono e trasformano piante officinali e gli operatori del settore turistico. Gli attori coinvolti provvedono inoltre alla realizzazione di percorsi ed escursioni didattiche riguardanti la raccolta di piante spontanee ed il loro utilizzo nei vari settori (ristorazione, cosme-

si, benessere, ecc...) passando attraverso la riscoperta del patrimonio culturale tradizionale delle comunità rurali. L'iniziativa prevede infatti la valorizzazione della conoscenza della cultura rurale legata all'uso delle erbe officinali e la promozione delle attività agricole per la loro produzione e la raccolta di piante spontanee presenti nei territori trentini. Il settore delle piante officinali è stato recentemente valorizzato dalla Provincia Autonoma di Trento attraverso la creazione del marchio TRENTINERBE® che definisce i disciplinari produttivi ed il sistema di controllo per i produttori aderenti. Il progetto pilota ha sviluppato numerose azioni d'informazione rivolte alla popolazione locale, coinvolgendo gli *stakeholders* (amministratori, associazioni culturali, operatori turistici, ristoranti...), al fine di individuare e proporre dei pacchetti turistici tematici legati alle piante officinali. Il progetto prevede inoltre

lo sviluppo di azioni per la promozione delle erbe officinali e la definizione di una strategia di marketing comune, nonché strumenti adeguati in una prospettiva di turismo sostenibile ed eco-compatibile. L'integrazione tra agricoltura, turismo ed artigianato rappresenta l'elemento strategico del progetto in grado di produrre uno sviluppo durevole legato alla valorizzazione della cultura rurale connessa all'uso di erbe officinali coltivate e spontanee.

LE AZIONI PILOTA

Il progetto si articola in sette azioni pilota, realizzate presso i singoli Ecomusei del Trentino e così denominate: "Come il sol, come l'erba" (Ecomuseo del Vanoi); "Il giardino botanico del Tesino: usi delle piante spontanee nella tradizione popolare" (Ecomuseo del Tesino); "La riscoperta dell'utilizzo delle erbe officinali nella tradizione popolare dell'Ecomuseo del Lagorai" (Ecomuseo del Lagorai); "L'Orto in Villa" (Ecomuseo dell'Argentario); "Erbe da vivere, erbe di vita" (Ecomuseo della Judicaria); "L'orto dei rimedi. Sperimentazione e didattica nell'ambito della coltivazione di piante officinali in Valle del Chiese" (Ecomuseo della Valle del Chiese); "L'orto dei semplici in Val di Peio" (Ecomuseo della Val di Peio). Inoltre sono state individuate delle aree tematiche principali, che hanno impegnato gli Ecomusei in attività comuni:

- un futuro per il nostro passato: attività di ascolto della comunità e raccolta dei saperi tramandati;
- la creazione di orti botanici;
- la realizzazione di sentieri e l'organizzazione di escursioni;
- la progettazione di itinerari didattici;
- la produzione di piante a scopo dimostrativo e promozionale;
- la filiera corta.

Conformandosi alla volontà della Commissione europea, che ha promosso l'utilizzo dei metodi partecipativi nello svolgimento delle attività progettuali comunitarie, anche la PAT ha adottato questo tipo di approccio. Avvalendosi della collaborazione di un esperto mediatore il team del progetto ha fatto sì che eventi ed incontri divenissero non solo momenti di divulgazione e informazione ma, soprattutto, interessanti opportunità per analizzare il contesto culturale e socioeconomico delle comunità. Scambiare idee, condividere le esperienze legate alle singole azioni pilota, sono stati elementi qualificanti del percorso partecipativo anche in prospettiva di iniziative promozionali comuni e l'individuazione di percorsi turistici legati alle erbe officinali. In questo contesto si inserisce la presente guida turistica che è articolata sui percorsi dedicati alle erbe officinali specifici per ognuno dei sette Ecomusei trentini aderenti al progetto SY_CULTour.





ECOMUSEO DELLA JUDICARIA

ECOMUSEO DELLA JUDICARIA: “DALLE DOLOMITI AL GARDA”

I territorio dell'Ecomuseo della Judicaria *“Dalle Dolomiti al Garda”*, comprende i sei comuni delle Giudicarie Esteriori e quello di Tenno e vanta una conformazione geografica estremamente varia. In soli 30 Km in linea d'aria si passa dai paesaggi mediterranei sovrastanti il lago di Garda, ai 3.173 m della Cima Tosa, la vetta più alta delle Dolomiti di Brenta. L'Ecomuseo presenta quindi un patrimonio naturale immenso, tale da entrare a far parte di una candidatura della zona e di territori limitrofi come “Riserva della Biosfera” all'UNESCO, in cui l'agricoltura ha tuttora un ruolo fondamentale. La coltivazione di alcuni prodotti, ormai tipici, come olive, patate e noci, si aggiunge a quelle del mais per il foraggio e degli alberi da frutta (come uva, mele, ciliegie e piccoli frutti). Un tempo le attività agricole erano maggiormente diversificate e includevano la coltivazione dei

gelsi, del tabacco, del frumento e dei cereali. Tantissime erano le erbe, le radici e le resine (quelle di larice, pino e abete rosso, ritenute quasi miracolose) di cui ci si serviva. Nelle zone più alte crescono genziane, stelle alpine e arnica. Nei prati dei tre altipiani – il Lomaso, il Bleggio ed il Banale – achillea, ortica, coda cavallina, tarassaco, ma anche silene, iperico, origano, menta e camomilla selvatica. Mentre nelle zone più vicine al Garda, dove il clima è mitigato dai laghi, si riscontra la presenza di specie tipicamente mediterranee. Ovunque si raccolgono bacche di corniolo, ricche di vitamina C, per lo più usate per produrre un ottimo sciroppo, così come i fiori e le bacche di sambuco.

Campi di cereali nel Lomaso (Azienda Agricola Castel Campo), l'inizio del recupero di un'antica cultura. A fianco olive a Tenno, un sapore mediterraneo per l'Ecomuseo.



ECOMUSEO E PROGETTO SY_CULTour

L'Ecomuseo della Judicaria *“Dalle Dolomiti al Garda”* è coinvolto, con gli altri sette Ecomusei trentini, nel progetto europeo intitolato *“Dalla tradizione alla produzione: l'uso sostenibile delle piante officinali coltivate e spontanee nel contesto dell'offerta turistica locale”* sotto il coordinamento dell'ufficio per le Produzioni Biologiche del Servizio Agricoltura della PAT.

Con questa iniziativa si mira alla valorizzazione del territorio tipicamente rurale cercando di

favorire la creazione di una sinergia tra agricoltura e turismo, diffondendo la conoscenza delle piante officinali spontanee e coltivate, un tempo parte della cultura e dell'identità del luogo e oggi spesso dimenticate. Per far questo l'Ecomuseo ha coinvolto le tre maggiori aziende agricole biologiche del territorio operanti nel settore delle erbe officinali, per incentivare la collaborazione tra i professionisti del settore e i ristoratori grazie ad un programma coeso di iniziative.

Il tema delle erbe officinali e delle piante spontanee s'inserisce ed amplia l'area di sensibilizzazione e valorizzazione del patrimonio locale promossa dall'Ecomuseo che, per sua missione, da sempre si impegna nel rafforzare il legame esistente tra il territorio, i suoi beni, i suoi saperi e la sua comunità.

Il progetto si è articolato nel biennio 2012/2013. Durante il primo anno si è svolto un importante lavoro di ricerca sul territorio per individuare le aziende, già impegnate direttamente in questo ambito di attività, interessate a diventare partner di questo progetto europeo. A loro è stato chiesto di fornire la propria disponibilità nel partecipare alle iniziative in programma e di impegnarsi nel diffondere la conoscenza delle erbe officinali e dei loro utilizzi. Sempre nella prima parte del progetto sono state avviate in via sperimentale alcune proposte legate alla ristorazione locale.

Nel corso del 2013 il progetto si è espresso secondo differenti modalità e coinvolgendo diverse tipologie di persone.

Nei primi mesi dell'anno, quan-

do ancora il ciclo di vita delle piante è nella fase di riposo, grande importanza è stata data alla comunicazione tramite alcune serate informative. La proposta, tenuto conto del periodo di realizzazione, era diretta ai residenti dei comuni dell'Ecomuseo. I tre incontri organizzati a San Lorenzo in Banale, Ponte Arche e Tenno hanno affrontato ed approfondito diverse tematiche dalla presenza e la diffusione delle erbe officinali nel territorio dell'Ecomuseo, alla loro importanza in ambito culinario e all'approccio curativo. Fin da subito si è ritenuto importante coinvolgere attivamente la popolazione così da favorire l'aderenza del progetto alla realtà territoriale. Sempre in questi mesi le aziende sono state coinvolte in iniziative provinciali come la "Festa dell'Etnografia" e in altre locali come "Il Festival delle mamme" e i concerti di musica dove hanno esposto e fatto conoscere ad un pubblico più ampio i loro prodotti. La degustazione è avvenuta anche in modi originali come nella proposta del gelato al rosmarino, alla camomilla, alle rose antiche e





alla monarda o durante la cena tipica di Cavrasto dove assieme alla noce sono stati i petali dei fiori a rendere ancora più prezioso il menù. La salsa preparata con lo yogurt fresco locale e la menta zenzero ha fatto da condimento all'insalata mentre il sambuco ha accompagnato la torta di noce.

In primavera al Maso Pacomio, nell'era completamente restaurata nella frazione di Curè, si è svolto un incontro sul tema delle erbe spontanee. Camminando nei dintorni di questo luogo nei prati e tutt'attorno fin dove inizia il bosco i partecipanti hanno potuto osservare la varietà della vegetazione presente. Sono state raccolte alcune erbe campione poi catalogate una volta rientrati a Maso Pacomio.

Il coinvolgimento delle realtà locali ci ha portato a realizzare iniziative importanti. La collaborazione con le Terme di Comano ci ha permesso di realizzare un'aiuola all'entrata del Parco interamente dedicata alle erbe officinali che ha attirato durante il corso dell'estate l'attenzione dei passanti.

Un evento di grande richiamo, non solo per i residenti e i turisti già presenti sul territorio, è stato il "Festival del miele e delle Erbe Officinali". Complice il bel tempo le due giornate ricche di prodotti, degustazioni e di

incontri dedicati a vari temi: i fiori, gli insetti e il miele; la pasta madre preparata con il miele per poi cucinare il pane alle erbe; i rimedi per la salute con le erbe officinali. Quest'ultimo, in particolare, ha riscosso la partecipazione attenta ed interessata del pubblico. In autunno la "Giornata del Paesaggio" si è rivelata un'ottima occasione per una camminata in montagna passando per la coltivazione in quota di stelle alpine, arnica e genziana, per poi proseguire alla volta della Malga di Vigo dove ci attendeva una degustazione a base di crepes ripiene di marmellata alle erbe e di tisane calde.

Non sono mancate le iniziative rivolte ai turisti come le visite alle aziende e gli incontri autunnali presso lo stabilimento delle Terme di Comano sul tema delle erbe officinali con la descrizione di varie metodologie di impiego tra cui il loro utilizzo con l'argilla per farne impacchi di bellezza.

In occasione dei Mercatini di Natale di Rango e Canale di Tenno ai visitatori è stato donato un prezioso sacchettino contenente una tisana natalizia; iniziativa mirata alla comunicazione dell'importanza del prodotto naturale locale, per comprendere da semplici gesti e gusti il rispetto del territorio e del significato di sostenibilità.





IL TRENTINO E LE SUE ERBE

IL VERSANTE MERIDIONALE DELLE ALPI OSPITA UNA STRAORDINARIA RICCHEZZA FLORISTICA, CON UNA VARIETÀ E DISTRIBUZIONE ECOLOGICA DI SPECIE DIFFICILMENTE RISCONTRABILI ALTROVE

Se si parla di ricchezza floristica, il Trentino è forse uno dei siti maggiormente rappresentativi, vista la grandissima diversità che caratterizza il substrato geologico, la distribuzione altimetrica e l'andamento climatico.

Nell'arco di poche decine di chilometri si spazia dalla flora submediterranea del Lago di Garda e della Valle dei Laghi agli habitat artici delle calotte glaciali dei massicci dell'Adamello-Prezanella e del Cevedale. Ad Est della Valle dell'Adige il substrato geologico varia dagli Altipiani calcarei ai porfidi del Lagorai e alle Dolomiti del Trentino orientale. Alcuni luoghi sono divenuti nel corso del tempo il monumento all'importanza delle erbe per la salute umana, grazie agli studi iniziati a partire dal 1500. Il Monte Baldo, ad esempio, ospita il 43% dell'intera flora alpina, vi

sono state rinvenute oltre 1900 specie di piante vascolari, di cui alcune endemiche, ed è meta, in particolare nel periodo delle fioriture, di studiosi ed appassionati da tutto il mondo. Grazie a questa ricchezza è in ripresa la coltivazione di erbe officinali ed aromatiche e si svolgono annualmente importanti manifestazioni come "Baldo Speciale". Molti altri luoghi in Trentino sono noti per la ricchezza floristica, ad esempio le Alpi di Ledro oppure il Monte Lefre in Valsugana, mentre sul monte Bondone, alle Viote, si trova il primo grande giardino botanico alpino realizzato in Italia, gestito dal MUSE (Museo delle Scienze di Trento). La straordinaria varietà di erbe e fiori che cresce in Trentino ha da sempre stimolato l'uomo ad approfondirne lo studio e la sperimentazione sia a scopo alimentare sia curativo. Sin dal-



la preistoria, al tempo dei primi cacciatori del tardo paleolitico che si sono avventurati tra valli e montagne dopo l'ultima glaciazione (circa 13.000 anni fa), l'uomo ha sperimentato l'utilizzo di erbe, bacche e preparati, tramandando i risultati. Custodi del sapere a quel tempo erano gli sciamani e alcune donne sapienti, poi trasfigurati nel mito dell'*Homo* o *Dona Salvadega* o *Gambinei*, *Salvanei*, *Anguane*, oppure demonizzate come streghe. La sapienza popolare e contadina ha comunque saputo tramandare nel tempo molte di queste conoscenze, che sono state poi affiancate da studi di autorevoli personaggi dedicatisi alle piante officinali e alla realizzazione di erbari di importanza storica e naturalistica. Importanti custodi dei saperi erboristici sono stati i monaci, che all'interno dei conventi coltivavano le erbe negli "Orti dei Semplici" e ne ricavano prodotti indicati alla cura di gran parte delle ma-

lattie. Tra gli studiosi si possono citare il medico senese Pietro Andrea Mattioli (1501-1578), ospite a Trento del Principe Vescovo Bernardo Clesio, Francesco Facchini (1788-1852), Agostino Perini (1802-1878), Carlo Perini (1817-1888), Francesco Ambrosi (1821-1897), Don Pietro Porta (Valvestino, 1832-1923), Adele Boschi (Volano, 1855-1957), dott. Enrico Gelmi (1855-1901), Angelo Folletto (Ledro, 1872-1966), dott. Giuseppe Dallafior (1884-1967),



In alto piante officinali: *Helleborus niger* e *Caltha palustris*. Qui sopra i SS. Cosma e Damiano protettori degli erboristi (Stampe del Tesino - Collezione Mariano Avanzo).

Padre Atanasio Cristofori da Grauno (1885-1961), Luigi Pancheri (Cles, 1888-1962), Alessandro Negri (Tres, 1896-1967), Eugenio Piechenstein (Romeno, 1930-1976). Con l'incremento delle conoscenze ed il progresso tecnologico molte farmacie si specializzarono nella preparazione e lavorazione delle erbe e si svilupparono inoltre industrie di trasformazione per la realizzazione di pregiati distillati o altri preparati tradizionali, come ad esempio le cosiddette "zirele", tipiche caramelle trentine.

Oggi, grazie all'impegno degli Ecomusei, che hanno contribuito al recupero di saperi e pratiche tradizionali, nonché della Provincia Autonoma di Trento, che ha realizzato numerosi corsi di formazione professionale specifica ed ha fondato il marchio TRENTINERBE®, si assiste ad una generale ripresa della coltivazione di specie officinali, aromatiche e alimurgiche, e ad un crescente interesse dei consumatori verso questi prodotti.

Il termine "piante Officinali" deriva dal latino "*officina*", l'antico laboratorio farmaceutico in cui venivano preparate le erbe e se ne estraevano i principi attivi, le cosiddette "droghe", sotto forma di oli essenziali, tinture, pomate, miscugli da infusione o decotti. Oggi con il termine "officinale" si tendono a raggruppare le specie di interesse erboristico, aromatico e le spontanee utili per l'alimentazione. Molto note tra queste sono le specie precoci primaverili, che permettono una salutare integrazione vegetale alla dieta, generalmente in anticipo rispetto alla disponibilità di specie coltivate in campo (ovviamente se abbiamo un occhio di



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO

riguardo alla corretta stagionalità del prodotto!). La raccolta di antica consuetudine di queste specie spontanee è regolamentata da norme che sono riportate nella parte conclusiva di questo opuscolo. La coltivazione, la raccolta ed il commercio di piante officinali coltivate sono disciplinati invece dal Decreto del Presidente della Provincia n. 41 – 148 del 24/9/2008 (in attuazione della LP 28 marzo 2003, n. 4). Le norme trattano la produzione, la prima trasformazione e la commercializzazione di piante officinali prodotte e trasformate in Trentino, salvaguardano e valorizzano le produzioni locali attraverso un sistema di controllo coordinato dalla Provincia Autonoma di Trento. Gli agricoltori del settore per aderire devono qualificarsi partecipando a specifici corsi di formazione, al fine di garantire uno standard di produzione e qualità e salubrità del prodotto.

In alto, fiordalisi.



LA SITUAZIONE ATTUALE IN TRENTINO

Allo stato attuale sono operative oltre 70 aziende agricole su di una superficie di circa 10 ha coltivati ad officinali e che effettuano la raccolta di specie spontanee. Le aziende sono orientate alla vendita diretta del prodotto. I prodotti venduti sono: tisane, sali aromatizzati, cuscini aromatizzati, confetture miste di frutta ed erbe, condimenti e pesti a base di erbe spontanee, succhi, sciroppi, prodotti cosmetici. Alcune aziende coltivano ed utilizzano le piante officinali per completare la propria offerta derivante dall'attività zootecnica principale, come nel caso dei formaggi ai fiori o alle erbe o del miele balsamico alle erbe oppure della viticoltura come nel caso della produzione di vini ed aceti medicati e distillati. Interessante è lo

sviluppo dell'utilizzo delle piante officinali nel settore termale e del benessere dove, accanto ai bagni di fieno, vengono proposti tisane e cosmetici di produzione locale. Il settore delle piante officinali offre inoltre al comparto turistico interessanti opportunità per la realizzazione di percorsi didattici, botanici e naturalistici, legati all'uso alimentare ed officinale di specie coltivate o spontanee. Alcuni esempi di sinergia fra il turismo e le erbe officinali sono rappresentati dalle seguenti iniziative: il programma "Baldo speciale", sull'Altopiano di Brentonico, che vede la partecipazione dell'associazione di produttori associati "Baldensis", la "Festa delle erbe officinali" a Roncegno, con la partecipazione dell'Associazione di produttori locali "Montagna e Benessere", il Festival del Miele e delle Erbe officinali a Comano Terme.

LA GESTIONE DELL'AZIENDA AGRICOLA DAL PUNTO DI VISTA PRATICO

Per la costituzione dell'azienda agricola, oltre alle conoscenze tecniche e alla propria volontà a produrre, sono necessari alcuni adempimenti burocratici iniziali: l'apertura di partita IVA, l'iscrizione alla Camera di Commercio, l'apertura di un fascicolo aziendale, l'iscrizione all'A-PPIA (Archivio Provinciale delle Aziende Agricole), la partecipazione al corso Trentinerbe e l'iscrizione all'elenco provinciale TRENTINERBE®, l'eventuale notifica del metodo biologico (Reg.834/07). Si passa quindi al reperimento del materiale di propagazione (semi, piantine), alla sistemazione e preparazione dei terreni, approntamento dei mezzi tecnici e dei macchinari. La produzione primaria viene realizzata secondo i disciplinari prescelti, seguendo un piano colturale e un programma di rotazioni. Una volta ottenuti i prodotti primari si possono essiccare con strumenti idonei o in locali adibiti all'operazione, assicurando garanzie di igiene. I materiali essiccati si ripongono al buio, in sacchetti di carta o in contenitori ermetici. La fase successiva è quella della trasformazione della produzione, da eseguire in conto proprio (con limitazione delle specie) o tramite terzi (erboristi qualificati) che garantiscano la correttezza delle operazioni e delle specie impiegate. I prodotti possono essere composti da miscugli, come nel caso di infusi o sali aromatizzati, o essere venduti come monoprodotto. Inoltre si possono realizzare cosmetici, oli essenzia-



li, integratori alimentari previa acquisizione delle necessarie autorizzazioni. Infine si procede alla commercializzazione del prodotto, in azienda o presso altre strutture.

L'Assessorato all'Agricoltura e le strutture tecniche dell'amministrazione provinciale partecipano alle attività di promozione e sviluppo delle piante officinali, in collaborazione con la Fondazione Mach, con l'Unità di ricerca per il Monitoraggio e la Pianificazione forestale del Consiglio per la Ricerca e la Sperimentazione in Agricoltura (CRA) di Villazzano, con il Museo Civico di Rovereto e con le associazioni Florere, Montagna e Benessere, Baldensis.

La coltivazione, raccolta e trasformazione delle piante officinali sono settori con buone pos-



sibilità di sviluppo, in particolare in un contesto montano come quello della nostra Provincia, dove la qualità dell'ambiente e la conoscenza degli usi e delle tradizioni locali, possono fornire un importante valore aggiunto alle produzioni. Le piante officinali, nelle varie forme oggi offerte dal mercato, riscontrano sempre maggior interesse presso i consumatori. L'utilizzo di tali prodotti si è particolarmente diffuso presso i "centri benessere" e le strutture ricettive del settore rurale (agritur, bed&breakfast, malghe, ecc), nei mercati agricoli di prossimità e nei negozi specializzati. La ristorazione di qualità ha inoltre in questi ultimi anni riscoperto l'utilizzo delle



piante spontanee nella preparazione dei pasti in determinati periodi. Tali prodotti possono quindi oggi rappresentare un nuovo strumento per valorizzare la montagna, fornendo agli abitanti possibilità di reddito anche in aree marginali ed integrandosi ottimamente con il settore turistico, l'ambiente ed il territorio nel suo complesso. La Provincia autonoma di Trento, mediante la recente adozione di una serie di provvedimenti normativi, ha inteso creare adeguate condizioni per consentire lo sviluppo del settore e favorire la creazione di nuove opportunità per i produttori, qualificare le produzioni locali ed offrire maggiori garanzie per i consumatori.

**Lo zafferano, coltivato sul monte Baldo assieme a moltissime altre erbe.
Nelle foto piccole buon enrico e campanule.**

IL REGOLAMENTO ATTUATIVO PROVINCIALE (LP 28 MARZO 2003, N. 4)

Il Regolamento definisce la categoria di “prodotto alimentare erboristico” come “prodotto realizzato a base di piante officinali, singole o miscelate, non addizionato con prodotti di sintesi o semisintesi, destinato ad essere ingerito a scopo non nutritivo, utilizzato nel tradizionale impiego alimentare di uso corrente per il quale non sono dichiarate finalità salutistiche o terapeutiche”.

Il Regolamento stabilisce inoltre la costituzione dell’“Elenco provinciale degli operatori abilitati alla coltivazione, alla raccolta e alla prima trasformazione di piante officinali per la produzione di piante officinali per la produzione di prodotti alimentari erboristici e loro miscelazione”. Per l’iscrizione a tale elenco l’operatore dovrà essere in possesso di determinati requisiti, fra i quali disporre di strutture aziendali situate nel territorio provinciale e di un attestato di frequenza e superamento di un apposito corso di formazione organizzato dalla Provincia.

Ai fini dell’iscrizione all’Elenco è riconosciuto anche l’attestato di frequenza e superamento di un corso di formazione organizzato dalla Provincia Autonoma di Bolzano o da altre Regioni purché avente i contenuti minimi previsti per il corso organizzato dalla Provincia. Sono dispensati dal partecipare al corso e sostenere l’esame gli operatori in possesso di diplomi di laurea attinenti il settore o di altri titoli abilitanti all’esercizio della professione di erborista.

Un regolamento da tenere presente: il Reg (CE) 852/2004 del Parlamento europeo e dei Consigli, relativo all’igiene dei prodotti alimentari

Il regolamento fissa i requisiti generali in materia d’igiene che devono rispettare le imprese alimentari in ogni fase della catena alimentare. Si applica alla produzione primaria, con deroghe per la fornitura diretta di piccoli quantitativi di prodotti primari dal produttore al consumatore.

Produzione primaria

Per “produzione primaria” si intendono tutte le fasi della produzione, dell’allevamento o della coltivazione dei prodotti primari, compresi la raccolta, la mungitura e la produzione zootecnica precedente la macellazione, comprese la caccia, la pesca e la raccolta di prodotti selvatici. Per la cessione – a livello locale – di prodotti primari ottenuti nell’azienda, a condizione che tale attività sia marginale rispetto all’attività principale, a esercenti il commercio al dettaglio, mense di aziende, ristoranti, è prevista l’esclusione dal campo di applicazione della normativa. Rimangono obbligatori il rispetto delle regole igieniche e delle buone pratiche agricole e l’obbligo della rintracciabilità per il dettagliante.

Il regolamento interessa la produzione e la coltivazione di prodotti vegetali quali cereali, frutta, ortaggi ed erbe, compreso il trasporto, il magazzinaggio e il trattamento all’interno dell’azienda (senza modifica sostanziale della loro natura) e l’ulteriore trasporto verso uno stabilimento.

REG 852/2004 Modalità operative**Erbe spontanee**

È consentito l'utilizzo di vegetali spontanei, ma è necessario che chi li raccoglie e li impiega nelle pietanze che poi somministra sappia riconoscere le specie. Il ristoratore che impiega nelle proprie preparazioni le erbe spontanee si assume la responsabilità diretta su ciò che somministra. Si forniscono le seguenti indicazioni:

- raccogliere le erbe spontanee lontano da fonti di inquinamento
- non raccogliere erbe sui bordi delle strade o in parchi frequentati da cani o altri animali;
- non raccogliere ciò che non si conosce;
- non lasciare le erbe raccolte in sacchi di plastica e non tenerle ammucchiate;
- non raccogliere piante malate o ammuffite.



Le coccole di ginepro, un esempio di prodotto spontaneo delle nostre montagne.

ALCUNE UTILI DEFINIZIONI

Piante officinali

Vengono definite erbe officinali i vegetali che possiedono proprietà aromatiche o medicinali. Il loro nome deriva dalla parola latina *officina*, l'antico laboratorio in cui, in passato, si lavoravano le piante per estrarre da esse le sostanze utilizzate nella medicina popolare. Il termine si riferisce sia a specie dotate di proprietà terapeutiche sia a piante utilizzate per la preparazione di cosmetici, profumi, liquori ecc. Vediamo quali sono le caratteristiche di ciascun gruppo e i rispettivi ambiti di applicazione.

Erbe aromatiche

Si definiscono piante o erbe aromatiche i vegetali dotati di sostanze capaci di conferire un particolare odore o sapore e che, pertanto, sono utilizzate per condire alimenti, per conservarli, preparare profumi e bevande. Alcune piante presentano una diffusione uniforme delle loro proprietà, mentre in altre si trovano concentrate solo in alcune parti come, ad esempio, semi, petali, foglie o radici.

Questi stessi aromi, inoltre, sono maggiormente presenti in alcuni periodi dell'anno o in alcune ore del giorno: conoscerli aiuta a sfruttarne al massimo le potenzialità! Le piante aromatiche possono essere suddivise in due ulteriori categorie:

Piante da essenza: dotate di una notevole concentrazione di sostanze profumanti che vengono estratte per distillazione o mediante solventi. Esse sono abbondantemente utilizzate nell'industria cosmetica e alimentare. Vediamone alcune:

- **Angelica:** il suo aroma è un derivato dell'acido pentadecenoico. Questa pianta, che contiene derivati del tannino, acidi aromatici, sostanze amare e zuccherine, è molto usata per realizzare liquori e in pasticceria.
- **Cannella:** dotata di un aroma forte ed estremamente gradevole, è usata in tutto il mondo nell'industria dolciaria e di liquori ed in prodotti cosmetici.
- **Gelsomino:** utilizzato per l'aroma estremamente gradevole in cosmetici e profumi, si ritiene che abbia un'azione



Fioritura di monarda.



CURARSI CON LE ERBE

In passato, prima che la medicina moderna si affermasse, la cura con le erbe rappresentava la norma. Con il passare del tempo la medicina ufficiale ha eroso il terreno della medicina popolare decretandone quasi la scomparsa. Oggi, tuttavia, si riscontra un ricorso sempre maggiore ai rimedi naturali: piante ed erbe medicinali sono tornate di moda! Le scienze che si occupano dello studio e dell'utilizzo di piante per la cura delle malattie si sono moltiplicate: erboristeria, fitoterapia, omeopatia, aromaterapia, medicina naturopatica ecc... Spesso esse prendono spunto dalla medicina popolare, rielaborandola attraverso approcci e rivisitazioni originali. Il riconoscimento che la medicina ufficiale tributa a queste scienze può variare da caso a caso. In generale si assiste alla tendenza a riconoscere, almeno in riferimento ad alcuni disturbi, l'efficacia di queste cure che possono anche essere affiancate ai farmaci convenzionali.

È assolutamente necessario evitare il *fai da te* ed affidarsi sempre a persone accreditate: solo così è possibile ottenere reali benefici ed abbattere eventuali rischi. L'inizio di una terapia con erbe e piante medicinali, inoltre, va sempre concordata con il proprio medico curante. Non bisogna, infatti, incorrere nell'errore di credere che i rimedi naturali siano di per sé innocui o privi di rischi: i vegetali contengono dei principi attivi che possono rivelarsi pericolosi perché possono interagire con altri farmaci o produrre allergie. È bene inoltre sapere che non tutte le malattie possono essere curate con rimedi naturali: per le patologie più serie la medicina ufficiale è ancora l'unica capace di offrire risposte e cure certe.

euforizzante e che aiuti a dissolvere le paure e le tensioni legate alla sessualità.

- **Lavanda:** pianta profumatissima utilizzata soprattutto per fini cosmetici e per profumare gli ambienti. Le ghiandole che producono l'olio essenziale sono localizzate in tutte le parti verdi della pianta (fiori, foglie e gambi) anche se sono concentrate in modo particolare nei fiori.
- **Tiglio:** le infiorescenze del tiglio vengono fatte essiccare e sono molto utilizzate in erboristeria per le notevoli proprietà aromatiche.
- **Vaniglia:** è l'unica orchidea che produce un frutto commestibile. La sostanza responsabile dell'aroma è la vanillina, utilizzata in cosmesi e nella produzione dolciaria.

Piante aromatiche da condimento sono quelle utilizzate comunemente in cucina per condire i cibi. Generalmente

sono sottoposte a processi minimi di trasformazione come, ad esempio, essiccamento o macinazione, che garantiscono una più lunga conservazione o una maggiore trasportabilità.

Si tratta di piante di uso talmente comune che basterà citarne i nomi: aglio, alloro, basilico, sedano, prezzemolo, rosmarino, maggiorana, menta, origano, salvia, timo, peperoncino, ecc. Alcuni di questi vegetali sono, inoltre, dotati di proprietà medicinali spesso ignorate nell'uso comune.

Erbe e piante medicinali

Secondo la definizione dell'OMS sono piante medicinali "tutte le specie vegetali contenenti sostanze che possono essere utilizzate a fini terapeutici o preventivi, o che sono precursori di sintesi chimio farmaceutiche". Queste piante possono essere utilizzate dall'industria farmaceutica per la confezione di farmaci convenzionali oppure



essere destinate ad un uso erboristico. In quest'ultimo caso esse si presenteranno sotto forma di infusi, tisane, decotti, tinture e preparati di varia natura. Le piante dotate di poteri terapeutici sono molteplici. Elenchiamo di seguito quelle che riscontrano un impiego maggiore:

- **Arnica:** la parte utilizzata sono i fiori. Ha proprietà antibatteriche, antinfiammatorie; cura ematomi, distorsioni e dolori muscolari.
- **Biancospino:** le sommità fiorite sono ricercate per l'attività vaso-dilatatoria e di regolazione della frequenza cardiaca e dell'ipertensione arteriosa.
- **Calendula:** i suoi fiori esercitano un'azione antinfiammatoria verso le mucose e la cute, immunostimolante, cicatrizzante, disinfettante. La pianta sembra favorire, inoltre, la guarigione delle ulcere gastriche e duodenali.
- **Carciofo:** le foglie svolgono una valida azione diuretica, digestiva, lassativa ed epato-protettrice. Può rivelarsi utile anche per combattere la cellulite.
- **Finocchio:** i semi esercitano un'azione antispasmodica, rinfrescante e digestiva.
- **Mirtillo nero:** utile in caso di fragilità capillare, varici, disturbi oculari, infezioni delle vie urinarie, ulcere. Le bacche secche hanno, infatti, numerose proprietà tra cui antinfiammatoria, antiossidante e antiulcera.
- **Ortica:** le foglie sono diuretiche e antinfiammatorie.
- **Rosa canina:** antiossidante, diuretica e ricca di vitamina C.
- **Valeriana:** la radice è un sedativo e un ansiolitico naturale.



Dall'alto arnica, mirtillo nero,
valeriana e rosa canina.
Nella pagina a fianco lavandino.

Piante alimurgiche

Il termine “alimurgia” fu coniato nel 1767 dal medico e naturalista fiorentino Giovanni Targioni- Tozzetti che, pubblicando il suo lavoro: *“De alimenti urgentia, ossia modo per rendere meno gravi le carestie, proposto per il sollievo dei popoli”* aggiunse come didascalia al titolo *“Alimurgia, intendendo con questa nuova scienza illustrare come sopperire, in caso di carestia, alla carenza di cibo attraverso la raccolta delle erbe selvatiche commestibili”*.

Il termine venne riproposto più tardi da Oreste Mattiolo, nel suo libro *“Phytoalimurgia Pedemontana”* (1918), che aggiunse il prefisso *fito-*, precisando la

derivazione vegetale degli alimenti usati in caso di necessità. Bisognava reperire nuove fonti alimentari allo scopo di liberare la popolazione dal primario bisogno: la fame. Per questo motivo, il botanico Mattiolo, nella stesura del testo, non adotta un linguaggio scientifico della materia, con *“classificazioni chimiche, dietetiche o botaniche, perché troppo differenti erano gli usi che si potevano fare di una stessa specie vegetale”*, rendendo il suo elaborato pratico e facilmente consultabile. Nel suo libro Oreste Mattiolo elenca più di 230 specie di piante commestibili presenti nel territorio piemontese, suddividendole in dodici capitoli:



Qui sopra pimpinella. Nella pagina a fianco l'ortica, una pianta utilissima.



- I.** I cauli metamorfozzati in magazzini di materiali nutritizi (A. Rizomi – B. Tuberi, Bulbo-tuberi e Rizomi tuberosi – C. Bulbi).
- II.** Le radici metamorfozzate in magazzini di materiali nutritizi.
- III.** I giovani getti culinari teneri, succosi, che si possono mangiare.
- IV.** Le piante di cui si usano le foglie o le innovazioni primaverili nelle insalate.
- V.** Le piante delle quali si adoperano specialmente le innovazioni primaverili per confezionare minestre.
- VI.** Le piante che si adoperano nelle frittate e nelle torte.
- VII.** I fiori che si usano come alimenti.
- VIII.** I frutti e i semi alimentari.
- IX.** Le piante dalle quali si può estrarre olio.
- X.** Le piante, o le parti di esse, usate come succedanee del caffè e del thè.
- XI.** I funghi. Le alghe. I licheni.
- XII.** La bibliografia alimurgica.

Il botanico Mattiolo si è ispirato al Trattato degli alimenti di Galeno (II secolo d.C.), attenendosi alla classificazione che aveva proposto l'autore romano circa due millenni prima, "la quale, dal punto di vista popolare, è esemplarmente pratica" (Mattiolo, 1918).

Di particolare interesse è la recente pubblicazione *Piante alimurgiche del Veneto-Riconoscerle, coltivarle e gustarle*, di Maria Clara Zuin, ricercatrice del IBAF-CNR, che, in collaborazione con Veneto Agricoltura ha anche realizzato tre giardini fitoalimurgici nel territorio veneto.



L'UTILIZZO LOCALE DELLE ERBE

L'USO TRADIZIONALE DELLE ERBE NELL'ECOMUSEO DELLA JUDICARIA

Riprendere le antiche tradizioni significa anche dedicarsi alle tecniche tradizionali di catalogazione e studio delle piante e delle erbe officinali in particolare. La preparazione di un Erbario è forse una delle occasioni migliori per fissarsi bene in mente i particolari utili al riconoscimento delle specie e costituisce un elemento utile al confronto tra studiosi nel caso di dubbi interpretativi.

L'ERBARIO

Ecco le cose richieste per allestire un erbario:

1. Raccolta

Durante l'escursione si raccolgono parti di piante o piantine intere e si mettono tra giornali in cartelle rigide; naturalmente prima di raccogliere piante bisogna sapere la rarità delle specie, infatti se le piante sono rare si deve assolutamente evitare la raccolta,





ed in ogni caso è preferibile una foto (solo per scopi puramente scientifici è a volte necessario prelevare piante rare).

2. Pressatura

Le piante una volta arrivati a casa, vanno tolte dalla cartella rigida portatile e messe sotto pressione, questa operazione fa perdere i liquidi alle piante, (le presse possono essere professionali o meno), ad intervalli regolari (ogni 2-3 giorni) fogli di giornale che sono inseriti con le piante sotto pressione vanno cambiati, infatti causa la perdita dei liquidi delle piante si inumidiscono facilmente, se le piante vengono pressate bene durano anche secoli, tenendo i colori intatti come quando erano nel terreno.

3. Montaggio

Dopo circa 3 settimane, le piante vengono tolte dalla pressa e messe ben distese su fogli di cartoncino di color bianco e qui



Qui sopra due immagini tratte dall'Erbario.
Nella pagina a fianco fiori di arnica.



Uno scorcio della Casa della Flora.

vengono fermate con spilli o con nastro (i fogli generalmente sono di 30-33 x 46-50 cm.)

4. Cartellinatura

Ogni campione messo sul cartoncino, deve essere accompagnato da un cartellino con tutte le caratteristiche della pianta raccolta, nome scientifico, famiglia, luogo e altitudine di raccolta, nome di chi ha raccolto la pianta e quello di chi la determina.

5. Deposito

Tutti i cartoncini poi, vengono messi in scaffali ben chiusi, e una volta all'anno devono essere inseriti in congelatore a -20 per far morire eventuali uova di insetti. Ogni erbario è una collezione scientifica di alto livello, indispensabile per musei, appassionati, botanici, università.

CASA DELLA FLORA - AREA NATURA RIO BIANCO-PARCO NATURALE ADAMELLO BRENTA

Il percorso dell'Area Natura di Stenico, presso la risorgiva carsica del Rio Bianco, è uno dei luoghi dell'Ecomuseo in cui è possibile iniziare o approfondire la conoscenza del mondo delle erbe officinali. La visita inizia con delle aiuole coltivate a piante officinali che possiamo incontrare nell'area del Parco Naturale Adamello Brenta e aree limitrofe, poi si entra nel bosco termofilo, da questo si passa nella foresta umida per poi raggiungere le rupi dolomitiche verticali ed assolate. In tutti questi ambienti troviamo fiori e piante molto interessanti.

Il tutto viene poi riportato con foto e pannelli didattici al museo

Nome scientifico: *Calamintha nèpeta* L.

Nome popolare: nèpetella, pulegio

La mentuccia è una specie tipica degli oliveti del tennese, che si può ritrovare, in nicchie termofile e lungo i muri a secco, fino all'estremo settentrionale dell'Ecomuseo, ai piedi delle Dolomiti di Brenta. Si può considerare come una specie guida di questo territorio. È una pianta fortemente aromatica che emana un caratteristico profumo di menta se calpestata, come avviene quando si passeggia negli oliveti e nei vigenti tradizionali. La mentuccia è perenne, con rizoma strisciante, ed è caratterizzata da foglie piccole e leggermente cuoriformi, fusti alti fino oltre mezzo metro, ma solitamente più corti, fiorellini tubolari bianco-rosati, talvolta con sfumature azzurrine, assai persistenti, che si possono notare anche in autunno. Di questa specie si raccolgono le foglie ed i giovani getti floreali, essiccata si può usare in infusione sola o con altre erbe. Le proprietà terapeutiche note sono stimolanti, toniche, corroboranti, antispasmodiche, aromatizzanti, carminative e digestive. Una specie quindi da imparare a conoscere ed utilizzare, da non far mancare nei nostri giardini dei semplici.



Nome scientifico: *Silene vulgaris*

Nome popolare: sciòpeti

Specie assai diffusa, alta fino a mezzo metro, ben nota allo stato adulto grazie ai fiori rigonfi che, se ancora chiusi, vengono fatti scoppiare dai ragazzi sul dorso della mano. Sembra che la forma del fiore sia all'origine del nome della pianta, in onore al dio Sileno, compagno di Bacco, raffigurato con il ventre rigonfio. Si trova dalla pianura alla bassa montagna, un po' in tutti gli ambienti prativi (tranne quelli troppo concimati), ma anche lungo i muri a secco sulle scarpate e bordi delle strade. La silene, assieme al tarassaco, è una delle erbe selvatiche di cui è più nota la commestibilità. Negli ultimi anni viene anche coltivata. Della specie si utilizzano in primavera le foglie del getto basale, lanceolate e leggermente argentate, abbastanza facili da riconoscere. Se viene sfalciata è possibile fare un secondo raccolto anche più avanti nella stagione, fino all'autunno. Il sapore è dolce, simile allo spinacio ma con una sua individualità, di solito viene consumata cotta in risotti e minestre, o bollita come contorno. Specie simile ma meno nota, con proprietà culinarie analoghe, se non superiori, a detta di alcuni, è la *Silene alba*, nota con il nome popolare di *Rece di lepre*, spesso associata alla silene comune, le cui foglie vellutate non ispirano troppo il consumo. Una volta lessate però la pelosità non arreca alcun fastidio e si presta a numerose preparazioni.



della Casa Parco (ex Bersaglio). Al primo piano della Casa Parco, sono descritti gli usi delle piante officinali-medicinali coltivate nell'Area Natura, il tutto accompagnato da frutti o parti delle piante contenuti in appositi contenitori, in modo da apprezzare il gradevole profumo di ogni essenza, ci sono poi vari tipi di legno del bosco termofilo e dei vari ambienti che si incontrano durante il percorso didattico, corredati da pannelli che indicano gli utilizzi dei vari legni nel passato. Al piano superiore c'è una rassegna fotografica di molte piante e fiori presenti nel Parco Naturale Adamello Brenta.

Il percorso continua poi nella parte alta, dove sono coltivate moltissime piante (generalmente alberi) usati per la produzione di frutta. Vi si incontrano varietà antiche oramai in disuso. Un particolare universo vegetale, con precise attinenze con particolari proprietà officinali, è quello dei salici, specie diffuse dalla pianura, con grandi esemplari arborei, fino all'alta montagna, con piante arbustive o a portamento strisciante (alcune possono raggiungere i 3000 metri).

I SALICI ALPINI

- *Salix herbacea* (è la più piccola pianta legnosa al mondo)
- *Salix reticulata* (è pianta minuta con foglie a nervature reticolate e foglie bianche e pelose di sotto)
- *Salix retusa* (pianta strisciante come le altre, ha un'enorme importanza al di sopra del limite del bosco, infatti i suoi lunghi fusti striscianti impediscono l'erosione del suolo)
- *Salix serpyllifolia* (è probabilmente la pianta legnosa più resistente al freddo, infatti vive sempre su creste ventose spazzate dal vento e perciò, non riparata dalla neve in inverno)

ERBE OFFICINALI E ACIDO SALICILICO

Filipendula ulmaria (pianta propria di zone umide: corsi d'acqua, paludi e prati umidi) e *Filipendula vulgaris* (pianta di pendii assolati e prati magri) contengono un olio ricco di derivati dell'acido salicilico (questo acido è indispensabile per l'aspirina). Entrambe sono specie comunissime nei prati naturali, privi di apporto di concimi chimici. Le specie appartenenti al genere *Salix* contengono una notevole quantità di Acido salicilico (componente naturale dell'aspirina). Questo acido, tossico se ingerito in quantità eccessiva, viene estratto dalla corteccia di *Salix alba* (salice bianco) e di *Salix purpurea* (salice rosso). Tali salici sono comunissimi lungo i nostri corsi d'acqua principali, ad esempio sulle rive del Sarca. I salici sono ricchi anche di tannino utilizzato come disinfettante e cicatrizzante.

Il territorio dell'Ecomuseo vanta ben 17 specie del genere *Salix*, in regione ne abbiamo 29, piante alte da pochi centimetri fino a oltre 20 metri di altezza. I rami di alcune specie di salice si utilizzano come vimine per la costruzione di ceste. I salici sono utilizzati in forma di talea nelle opere di ingegneria naturalistica per le loro eccellenti qualità nel consolidamento di scarpate e sponde.



GIUSEPPE BONI E ALTRI “ERBORIZZATORI”

Numerosi sono stati i botanici che hanno erborizzato nelle Giudicarie Esteriori nel corso dell'800 e durante tutto il 1900, raccogliendo le specie incontrate e segnalandole in varie pubblicazioni.

Fra di essi si possono ricordare Francesco Facchini, Francesco Ambrosi, John Ball lo “scopritore” della Bocca di Brenta e Ludwig Sarnthein, autore della monumentale Flora del Tirolo, Voralberg e Liedyfrastein. Due in particolare sono da segnalare per l'ampio lavoro svolto nella zona, Giuseppe Loss e Giuseppe Boni. Il Loss, nato a Fiera di Primiero nel 1831 e morto nel 1880, fu funzionario di polizia a Stenico e raccolse molte piante a Stenico e sulle Dolomiti di Brenta, che ora sono conservate presso il Museo Ferdinandeum di Innsbruck. Il 20 luglio 1865 Loss, assieme ad altri 4 compagni, fu il primo a raggiungere la vetta più alta del Brenta, la Cima Tosa.

Giuseppe Boni, nato nel 1813 a Tione e morto a soli 33 anni nel 1846 a causa di una caduta durante un'escursione a Campiglio per cercare piante, si laureò in farmacia ed erborizzò soprattutto in Rendena, spingendosi però anche in moltissime località dalla Val di Sole alla zona di Riva del Garda e delle Giudicarie Esteriori. Anche il ricco erbario del Boni si trova al Ferdinandeum.

In tempi più recenti le Giudicarie furono ripetutamente visitate da Vittorio Marchesoni (1912-

1963), nativo di Malé e professore all'università di Camerino e Padova ed autore di una guida “Dal leccio al cembro”, con numerosi riferimenti alla flora ed alla vegetazione delle Giudicarie e da Giuseppe Dalla Fior (1884-1967) il primo in Italia ad introdurre le analisi polliniche e la cui opera “La nostra flora” è ancora fondamentale. Dalla Fior ha compiuto anche delle ricerche sulle deposizioni di pollini vegetali all'interno della Palude di Fiaavè. In quest'ultimo ambito sono stati svolti anche degli studi paleobotanici da parte di archeologi ambientali. Attraverso queste ricerche è stato possibile ricostruire l'evoluzione della copertura vegetale, dal ritiro della coltre ghiacciata dopo l'ultima glaciazione (intorno al 10.000 a. C.), fino ai giorni nostri.

Gli studi dei botanici proseguono anche oggi, con i ricercatori del Museo Civico di Rovereto e del Museo delle Scienze di Trento, gli esperti della SAT e altri appassionati, che hanno realizzato una cartografia della flora inventariando le specie presenti, spesso scoprendone di nuove e identificando l'angolo sud-occidentale del territorio dell'Ecomuseo, il settore montuoso compreso tra il Passo del Ballino, il Bleggio e la Val Concei, come uno dei siti a maggiore diversità floristica dell'intero arco alpino. Una nuova stagione di scoperte sulle tracce degli “erborizzatori” del passato, che passa anche attraverso lo studio e l'interpretazione degli antichi utilizzi delle piante a scopo officinale ed alimentare.

COSMESI NATURALE

Le aziende agricole che coltivano erbe officinali nel territorio dell'Ecomuseo preparano anche dei cosmetici utilizzando prodotti locali ed erbe, con ricerche innovative che mescolano le proprietà dei frutti come le noci del Bleggio o del latte di asina con le sostanze terapeutiche contenute nelle erbe e nei loro derivati. Attualmente solo alcune producono cosmetici ma si prevede un incremento della produzione e della richiesta di tali prodotti nei prossimi anni.

LINEE COSMETICHE AZIENDA AGRICOLA ERIKA CALDERA

Crema emolliente alle noci

Noce, pianta rinfrescante e anti età, diffusamente coltivata nel Bleggio fino a pochi anni fa. L'olio ottenuto dai frutti è uno dei migliori emollienti cosmetici con nette proprietà di permeazione della pelle e proprietà antiossidanti.

Shampoo ortica e noci

Ortica, pianta depurativa e rivitalizzante. L'ortica è posta sotto il governo di Marte e, come tutte le piante "marziane", stimola il sistema immunitario e ripulisce il sangue stimolando l'energia vitale. Inoltre, i peli che ricoprono la pianta ci ricordano la sua azione rinvigorente dei capelli e purificante di cuoio capelluto e cute.

Olio per il corpo lavanda e noci

La lavanda è governata da Mercurio e dalla Luna. Mercurio è il pianeta che governa la comunicazione, presiede alla funzionalità del sistema nervoso e, quindi, del linguaggio. Le piante mercuriali risvegliano l'intelligenza e

curano il mal di testa. La Luna invece le conferisce proprietà rilassanti e utili per favorire il sonno.

Unguento all'iperico

È un rimedio antichissimo a base di cera d'api, iperico, noci, olio di girasole e Vitamina E naturale. Gli estratti vegetali vengono preparati utilizzando piante per le quali viene rispettato il tempo balsamico, quello cioè in cui ogni pianta presenta la massima concentrazione di principi attivi efficaci.

Unguento balsamico

È un rimedio antichissimo a base di cera d'api, miele, timo, noci, lavanda e oli essenziali di timo, menta, lavanda e lemon-grass. Tutte le lavorazioni avvengono nel rispetto del tempo balsamico delle singole piante. Non utilizzare su cute lesa o irritata.

Balsamo labbra

Balsamo labbra a base di cera d'api naturale, calendula, camomilla e noci, fornisce alle labbra importanti sostanze nutritive, emollienti ed ammorbidenti. Contiene inoltre olio di girasole biologico e Vitamina E naturale per labbra morbide e sane.

Nella pagina a fianco:
monarda e calendula.





LINEE COSMETICHE AZIENDA AGRICOLA AGRILIFE

Nelle due linee cosmetiche **Fior di Latte** e **Fior di Montagna**, le proprietà della natura incontrano le garanzie delle tecniche più moderne di estrazione e di lavorazione per offrire un benessere tutto naturale.

I cosmetici proposti da **Agrilife** sono realizzati in collaborazione con un laboratorio specializzato nella trasformazione cosmetica di prodotti agricoli di alta qualità, che opera in partnership con enti di ricerca da diversi anni.

Il latte di asina utilizzato nella linea cosmetica **Fior di Latte** viene sottoposto ad un breve e leggero trattamento termico di risanamento: questo garantisce il mantenimento di tutte le preziose caratteristiche naturali del prodotto. I cosmetici sono arricchiti dall'estratto di Enagra (*Oenothera biennis*) ottima fonte di acido gamma-linolenico con proprietà elasticizzanti e dermo-restitutive che esaltano le peculiarità del latte di asina.

Gli estratti vegetali impiegati nella linea cosmetica **Fior di Montagna** provengono dalle piante fresche coltivate da **Agrilife** con metodo biologico; questi estratti sono ricchi di principi attivi e offrono miscele naturali che sono, per struttura e caratteristiche, maggiormente dermocompatibili.

La ricchezza di un latte unico, i principi attivi delle piante di montagna, l'attenzione ad ogni singolo momento della filiera produttiva, danno origine ad emulsioni e detergenti ricchi di proprietà: un benessere tutto naturale per la vostra pelle e per quella delle persone che avete accanto.

La Linea Cosmetica

Fior di Latte comprende:

Crema viso con latte di asina (20%) ed estratto di enagra (*Oenothera biennis*)

Siero viso con latte di asina (30%) ed estratto di enagra (*Oenothera biennis*)

Crema mani nutriente con latte di asina (5%), estratto di enagra (*Oenothera biennis*), amido di patate, *Calendula officinalis* ed estratto di mais proteico

Crema corpo idratante e nutriente con latte di asina (10%), estratto di stella alpina (*Lentopodium Alpinum Helvetia*) e fiordaliso

Bagno/doccia schiuma emolliente con latte di asina (5%) e estratto di stella alpina (*Lentopodium Alpinum Helvetia*)

La Linea Cosmetica

Fior di Montagna Comprende:

Crema solare SPF 30UVB con estratto di enagra (*Oenothera biennis*) e stella alpina

Balsamo pino mugo e timo con estratto di pino mugo (gemme) e timo

Gel piedi con pino mugo con estratto di arnica montana, mentha piperita, pino mugo (gemme) e timo

Crema arnica e pino mugo con estratto di arnica montana e pino mugo (gemme)

Balsamo per labbra con estratto di enagra (*Oenothera biennis*), pino mugo (gemme) e stella alpina (*Lentopodium Alpinum Helvetia*).

Le linee cosmetiche sono in continuo aggiornamento!

Nella pagina a fianco:
echinacea e stella alpina.



PERCORSI ALLA SCOPERTA DELLE ERBE



Andar per erbe è una piacevole attività di conoscenza del proprio territorio. Sia che si vada per conoscere, fotografare o per raccogliere e preparare rimedi casalinghi o gustose ricette di stagione, si entra in una dimensione di scoperta continua, che rivaluta ai nostri occhi luoghi fino a quel momento ritenuti conosciuti. Basta un cambio di prospettiva, la necessità di un maggiore livello di attenzione e di studio dei dettagli, per scoprire l'infinita variabilità del mondo naturale. *Andar per erbe* non è che una delle possibilità di conoscenza della biodiversità che ci circonda ed è anche fondamentale per aumentare la consapevolezza sull'importanza della salubrità ambientale. Non si possono utilizzare le erbe di luoghi inquinati o contaminati da fitofarmaci e da concimazioni eccessive, quindi un incremento dei raccoglitori di erbe selvatiche potrebbe indurre una riduzione dell'uso di prodotti tossici. *Andar per erbe* significa anche seguire una linea di dialogo tra noi e le esperienze del passato, in particolare quelle trasmesse oralmente nei racconti degli anziani che hanno vissuto l'esperienza della coltivazione estensiva prima dell'instaurarsi delle monoculture di vite, melo e noccioli. Non si tratta di una materia da improvvisare, il riconoscimen-

to delle specie non è agevole, molto spesso lo stadio nel quale si utilizzano parti di una pianta è diverso da quello adulto, normalmente illustrato, ed è quindi possibile la confusione con specie anche molto pericolose. È sempre meglio partire da poche specie ben note e poi via via, provare a riconoscerne altre, confrontandosi con esperti del settore (erboristi, botanici) prima di consumarle. Vanno inoltre tenute presenti le norme vigenti che garantiscono la conservazione delle singole specie.

Nei volumi che compongono le guide vengono presentati alcuni itinerari, generalmente di modesto sviluppo ed alla portata di tutti, che sono già stati oggetto di escursioni guidate e che si prestano all'approfondimento del tema delle piante officinali. Gli Ecomusei organizzano periodicamente uscite sui percorsi noti, con la collaborazione di esperti. I percorsi di grande interesse e di più ampio respiro vengono in ogni caso segnalati, a disposizione di quanti si sentano più allenati ed amino i lunghi cammini di conoscenza. Gli Accompagnatori di Territorio del Trentino sono a disposizione per condurre alla scoperta degli angoli nascosti della Provincia e possono organizzare visite guidate specifiche all'interno dei territori dei vari Ecomusei.

DALL'OLIVO AL LAGO DI TENNO

Lunghezza: 8 km / Dislivello: 300 metri / Tempo: 3-4 ore

Suggestivo percorso ad anello che permette di visitare i vari ambienti della valle del Magnone, dove le essenze submediterranee del Garda si incrociano con i boschi montani. Partendo dal lago di Tenno, dal colore unico che lo rende un occhio di cielo aperto tra le montagne, si raggiungono, lungo viabilità minore, gli antichi borghi di Canale di Tenno e Calvola, che fanno parte di quelle che localmente sono denominate "Ville del Monte". La conservazione di caratteri tipici del medioevo hanno fatto sì che Canale fosse inserito tra i "I Borghi più Belli d'Italia", in cui si trova la "Casa degli Artisti", e si svolgono caratteristiche manifestazioni. Il panorama si apre sulla serie di antichi terrazzamenti che si estendono in discesa fino alla "Busa" di Riva ed Arco, fino ad arrivare al Monte Baldo ed al Lago di Garda. Ci troviamo tra campi, orti, vigneti e boschetti. Da Calvola si scende direttamente su Tenno, con il noto Castello. Nella discesa si incontrano i primi olivi, una coltura che diventa prevalente man mano che si scende di quota, verso le frazioni basse del comune, alternata a vigneti. A Tenno merita una visita il borgo fortificato di Frapporta, compreso tra la porta del borgo e quella del castello, con la Chiesa di S. Lorenzo. A questo punto si scende verso il torrente Magnone e si attraversa la valle in direzione di Pranzo. Il clima di questo lato della valle è un po' più fresco, la coltura dell'olivo presenta gli ultimi piccoli campi, mentre aumentano orti, e piccole colture estensive. Grazie invece all'apporto di terreni acidi di origine morenica, depositati dagli antichi ghiacciai, i dintorni di Pranzo ospitano castagneti che producono il tipico "Marrone di Pranzo". Si torna quindi verso il lago di Tenno passando presso la sorgente detta "l'acqua dei malai", ritenuta ottima e digeribile.



Olivo, simbolo dell'influenza submediterranea nell'Ecomuseo; sopra, un'edera.

A fianco le antiche ville di Canale e di Calvola sotto il Monte Misone, porta di ingresso alle Giudicarie.

Grazie alla grande



LE ERBE DEL LOMASO, IL SITO ARCHEOLOGICO DI S. MARTINO E LA MALGA DI VIGO

Lunghezza: 10 km / Dislivello: 400 metri / Tempo: 4-5 ore

Suggestivo percorso che permette di associare la visita ad un importante sito archeologico con l'osservazione di colture di stelle alpine ed arnica e di specie tipiche dei pascoli di media quota, attorno alla Malga di Vigo. Tornati a valle è consigliabile la visita all'Azienda Agricola Agrilife, con le sue colture ad officinali e piccoli frutti, cavalli e simpatici asinelli ed al vicino Maso Redont, azienda biologica specializzata nella produzione di orticole. È possibile acquistare prodotti come confetture, sciroppi, creme e prodotti freschi.

La partenza è da Lundo (700 m s.l.m.), seguendo la strada forestale (segnavia SAT 425) con direzione "malga di Vigo" e "monte Blestone". Dopo circa 3 km si raggiunge la deviazione per il sito Archeologico di Monte San Martino (983 m s.l.m.). La visita alle antiche rovine che costellano il monte è un'immersione nel tempo di pellegrini, cavalieri e viandanti che percorrevano le antiche strade tra i monti e trovavano in luoghi come questo rifugio e protezione. Tornati sulla pista forestale si sale tra boschi e pascoli in direzione della Malga di Vigo. In una radura sulla destra si trovano coltivazioni di stelle alpine ed arnica gestite dall'Azienda Agrilife. Salendo per la valletta si raggiunge il vasto pascolo, recentemente ripristinato, in cui si trova la malga di Vigo (1.085 m s.l.m.).

Appunti sulle erbe

Coltivazione di stelle alpine ed arnica, achillea, spirea, silene, scabiosa, timo, salvia dei prati, ortica, sambuco, equiseti, edera, felci e molte altre nei pascoli e nelle zone di margine con la foresta, acetosella, asperula, asparago di monte nei boschi, farfaraccio e petasites in primavera sui lati della strada forestale.





Le Erbe del Bleggio

Per la visita del Bleggio Superiore, terra delle noci e delle strade di campagna delimitate dalle “Filagne”, lastre granitiche poste in verticale, si consiglia una divagazione, con i mezzi che si riterranno opportuni (consigliata la visita a piedi seguendo la viabilità minore, per una migliore lettura del territorio) tra Santa Croce, i paesi della “Quadra”, Bivedo, Larido, Marazzone e Cavaione, il villaggio di Rango, uno dei “Borghi più Belli d’Italia” e Balbido “Il paese dipinto”, con i suoi murali.

Oltre ai monumenti di arte sacra presenti ed i ruderi di Castel Restor, presso Larido, si consiglia la visita all’Azienda Agricola Erika Caldera a Marazzone (vicino ai Vigili del Fuoco, recapiti al capitolo 6) e di scoprire, assieme alla titolare, i segreti delle erbe spontanee e coltivate della zona andando a visitare i campi delle erbe che conducono verso Passo Durone, antica via di comunicazione verso la “busa” di Tione. Dal passo si possono intraprendere escursioni molto interessanti anche dal punto di vista delle erbe officinali, grazie alla ricchezza floristica di questi rilievi, verso Malga Stabio e Cima Sera a sud, verso Monte San Martino a nord, con rovine di antichi insediamenti in vetta, purtroppo deturpate dalle antenne per la telecomunicazione.

A fianco scabiosa, rosa damascena e achillea del Lomaso.

LA VALLE DEI MOLINI E L'ORTO BOTANICO RIO BIANCO A STENICO

Lunghezza: 4 km / Dislivello: 300 metri / Tempo: 3 ore

Percorso breve, ma ricco di spunti interpretativi, che si inoltra in una valletta caratterizzata da antichi opifici (7 mulini, una segheria, una conceria, una fonderia, due officine, una fabbrica di chiodi) lungo l'antica via di comunicazione tra Ponte Pià (l'antica "Scaleta") ed il Banale, dove incrocia l'itinerario SAT "dal Garda al Brenta". Proseguendo si incontra il caratteristico borgo di Stenico con il suo magnifico castello con cicli affrescati dei primi decenni del 1200. Lasciato il castello, attraversato in direzione ovest l'abitato, si raggiunge comodamente si raggiunge per strada panoramica il Giardino Botanico associato al Centro Visitatori Flora del Parco Adamello Brenta, presso la Cascata del Rio Bianco, caratteristica risorgiva carsica a regime intermittente stagionale. Partenza da area di sosta poco a valle della Forra di Ponte Pià, sulla strada tra Ponte Arche e Tione, presso la centrale idroelettrica alimentata dalle rigogliose acque della Valle dei Molini.

Appunti sulle erbe

Specie termofile in Val dei Molini, mentuccia, timo, crespino, parietaria, felci, edere, ginepri, fragoline di bosco, cicorie, tigli, vari arbusti. Specie alpine e montane sono visibili nel giardino botanico.



Frutti di crespino. A fianco: *orchis tridentata* in prato arido e parietaria, nota in Trentino come "vedriola".



L'ESTREMO NORD DELL'ECOMUSEO: DA SAN LORENZO IN BANALE AL LAGO DI NEMBIA, PASSANDO PER MOLINE E DEGGIA

Lunghezza: 13,5 km / Dislivello: 400 metri / Tempo: 4-5 ore

Il percorso inizia a San Lorenzo in Banale, paese formato da 7 nuclei che hanno conservato gran parte della fisionomia originaria, motivo per cui sono stati inseriti, insieme a Rango (Bleggio superiore) e Canale di Tenno, dei Club "I Borghi più Belli d'Italia". Dal centro del paese si scende alla località Promeghin, aperta alla visuale sulla conca di Bleggio e Lomaso. Scendendo si aggira il rilievo dove si trovava la fortificazione di Castel Mani, raggiungendo la caratteristica frazione delle Moline, sorta attorno ad un ponte sul torrente Bondai. Stiamo seguendo la traccia di antiche strade di comunicazione verso la Valle dei Laghi e la Val di Non. Alle Moline si trovava una stazione di posta con osterie e opifici destinati alla lavorazione di legno e ferro. Seguendo la strada dal fondo acciottolato si sale al santuario della Madonna del Caravaggio di Deggia, eretta come ex voto dagli abitanti del luogo in occasione dell'epidemia di colera del 1855. Proseguendo tra boschi e vecchie campagne si raggiunge la loc. Nembia, dove si trova un sentiero naturalistico realizzato dal WWF, che percorre la conca con le singolari casette addossate ai massi franati dalle pareti soprastanti, e giunge al suggestivo laghetto di Nembia. Il rientro al luogo di partenza seguirà la vecchia strada intagliata nella roccia, con notevoli scorci panoramici verso Deggia e le Moline.

Per chi non avesse sufficiente tempo o allenamento per compiere integralmente l'itinerario si consiglia di percorrere i sentieri di visita al Col Beo (il rilievo subito a nord di Castel Mani), recentemente realizzati dai Servizi Forestali, con terrazzi panoramici, bacheche informative e presenza di numerose specie floristiche di interesse officinale, per poi spostarsi in automobile a Nembia e seguire il Sentiero Naturalistico con tabelle illustrative.



La Val Ambiez ed i borghi del Banale, zona più a nord dell'Ecomuseo.
A fianco giovani piantine di Achillea e il laghetto di Nembia.



Appunti sulle erbe

Il percorso attraversa svariate nicchie ecologiche, dai coltivi, ai prati semiaridi, a rocce, ghiaioni, boschi termofili, boschi mesofili, con scorci panoramici che si aprono verso le superiori regioni di media ed alta montagna. Prevalgono in ogni caso specie officinali localizzate in luoghi abbastanza caldi, come edere, felci, paretaria, mentuccia, lungo i muri a secco, tarassaco, cicorie, salvia dei prati, piantaggine, achillea, silene nei prati e nei campi, biancospino, fragolina di bosco, crespino, rosa canina ai margini dei boschi.





IL TURISMO CHE VUOLE PROFUMARE D'ERBA

L'ECOMUSEO DELLA JUDICARIA COLLABORA
CON ALCUNE AZIENDE, OPERATORI TURISTICI
E RISTORANTI CHE PRESTANO PARTICOLARE
ATTENZIONE ALLA CURA E ALLA SALVAGUARDIA
DEL TERRITORIO

AZIENDA AGRICOLA AGRILIFE di Moira Donati

AGRILIFE è una azienda agricola immersa nel verde della Val Lomasona nelle vicinanze di Comano Terme nata dall'amore e dalla passione per l'allevamento di asini e per la coltivazione di piante officinali di montagna in totale equilibrio con la natura. AGRILIFE rappresenta una scelta di vita legata alla riscoperta della terra, dei suoi frutti e dell'asino, un vero amico quasi dimenticato. AGRILIFE è un'azienda agricola multifunzionale a Vigo Lomaso - Comano Terme, con allevamento asini, coltivazione piante officinali (anche in montagna a 1.200 m), patate, mais e fattoria didattica. Vendita diretta di prodotti aziendali: confetture di frutta e piante aromatiche, sciroppi con piante aromatiche, succhi di mela e frutta, mele secche, cosmetici naturali, farina e patate.

Frazione Vigo, 69 – 38077 Comano Terme (TN)

Cell. 329 6637833

info@agriasilife.it – info@pec.agriasilife.it – www.agriasilife.it/azienda-0





AZIENDA AGRICOLA CASTEL CAMPO

Castel Campo è una residenza privata abitata dalla famiglia Rasini, che ospita periodicamente eventi di vario genere soprattutto durante l'estate; rappresentazioni teatrali e concerti di grandi musicisti e orchestre. La vocazione di "rifugio comunitario" viene così rievocata con un esito utile per il pubblico, i musicisti e la valle stessa. Gli spettacoli sono tenuti all'interno del cortile oppure nel fienile, restaurato e riscaldato, del maso detto "Pacomio" a Curé, sempre all'interno della proprietà del Castello. Castel Campo è anche un'azienda agricola biologica e ospita eventi di carattere agricolo tra cui una delle "Scampagnate" dell'associazione Donne In Campo, con un mercatino di prodotti di aziende da tutto il Trentino, mostre e laboratori artigianali.

L'azienda agricola

Dai Da Campo ai Trapp a Rautenstrauch, i signori di queste terre, dal '200 alla Prima Guerra Mondiale, hanno tutti sviluppato coltivazioni e allevamento, nella campagna che si trova proprio nel centro della valle. Si sono coltivati soprattutto cereali, vite, frutta e noci. La famiglia Rasini, dal 1920, ha prima sperimentato diverse coltivazioni, poi ha per anni concesso i terreni in affitto ad altri. I campi di proprietà del castello salgono dolcemente verso sudovest, fino alla frazione di Curé, un villaggio che fu spazzato via dalla peste del 1630, e di cui restano poche case e la cinquecentesca cappella di San Vigilio. "Stiamo rinaturalizzando la nostra campagna", afferma la proprietaria Marina, "fortunatamente è racchiusa tra i due pendii boscosi che scendono verso il torrente Duina da una parte e il torrente Rezola dall'altra, ridarle un aspetto tradizionale e coltivarla con il metodo biologico. Sarà un sollievo anche per quel po' di selvaggina che già da anni cerchiamo di proteggere con una riserva di ripopolamento. Stiamo reintroducendo cereali tradizionali (orzo, farro frumento), che qui venivano coltivati alcuni decenni or sono, frutti antichi autoctoni e non, ed erbe officinali, soprattutto quelle spontanee e tipiche della zona. Continueremo anche a coltivare zafferano, che abbiamo introdotto due o tre anni fa. Preservare l'intera zona con lo stesso ideale che sostiene gli sforzi per mantenere il castello rispettando la sua essenza e il suo passato, trasformerà anche la campagna in una fonte di cultura e conoscenza. Le attività

che ospitiamo a Castel Campo, i concerti, le rappresentazioni teatrali, saranno ancora più significativi se compenetrati ad un paesaggio e un tipo di agricoltura confacente, venata di storia e tradizione. Qui sarà forse più evidente che certe antiche idee possono aiutare e dare nuova vita a una realtà sofferente e squilibrata. Da qualche anno conduciamo delle semplici “lezioni semiserie sul bosco”, raccontando quanto la profonda relazione con tutte quelle forme di vita e quei materiali fosse importante nel corso dei secoli. Lo stesso potremo fare con la campagna, coinvolgendo chi conosce i modi antichi e chi per curiosità o pratica li vorrebbe ritrovare. Una forma di fattoria didattica, che può offrire molte nuove prospettive”.

Castel Campo offre visite guidate su prenotazione.

Tel. 0465 702020

info@castelcampo.com – castelcampo.com/azienda-agricola.html



AZIENDA AGRICOLA ERIKA CALDERA

Nel vivaio dell'Azienda nascono e crescono tutte le piantine aromatiche, officinali, ed erbe spontanee per l'uso in cucina e trapianti dell'orto certificate biologiche per la vendita all'ingrosso e dettaglio; alle piante vengono somministrati macerati di piante insetticide, infusi e trattamenti con oli essenziali e propoli. Tutti i semi sia per le piantine da orto che per quelle aromatiche ed officinali sono rigorosamente biologiche. Per la semina viene seguito il calendario delle semine di Maria Thun, applicando metodi di coltura biodinamica. Molte piante sono coltivate a pieno campo per la produzione di cosmesi, infusi, sale aromatizzato alle erbe e saponette. Nell'azienda sono coltivate anche erbe spontanee commestibili (ad esempio tarassaco, cicoria selvatica, silene, ecc) per il consumo fresco, utilizzate in gran parte da ristoranti e "pesto" di erbe spontanee come condimento della pasta.

L'Azienda Erika Caldera è anche Fattoria didattica, con un piccolo allevamento di capre Kashmir.

Frazione Marazzone – 38071 Bleggio Superiore (TN)

Tel. 333 2436894 – info@erikacaldera.it – www.erikacaldera.it

AZIENDA AGRICOLA ANITA CICCOLINI

Realtà giovane, che si svilupperà nei prossimi anni con realizzazione di un campo produttivo di molte specie officinali associato a frutta antica, con percorso didattico, situato presso il laboratorio di trasformazione, e un punto vendita all'interno del vicino borgo medioevale. Nella stagione estiva i prodotti aziendali saranno disponibili presso il Rifugio SAT Agostini, nell'alta Val Ambiez.

Strada delle Fontane, 5 – 38078 San Lorenzo in Banale (TN)

Tel. 0465 734104 / 340 3175054

info@rifugioagostini.com

RISTORANTE VILLA DI CAMPO

Campo Lomaso – 38077 Campo Lomaso

Comano Terme (TN)

Tel. 0465 700052 – Fax 0465 700072

info@villadicampo.it – www.villadicampo.it

HOTEL ANGELO

P.zza Mercato, 6 – 38077 Ponte Arche

Comano Terme (TN)

Tel. 0465 709500 – Fax 0465 701145

info@hotelangelo.com

www.hotelangelo.com

RISTORANTE DON PEDRO

via Cesare Battisti – Frazione Ponte Arche

38077 Comano Terme (TN)

Tel. 0465 702041 – Fax 0465 701921

info@pizzeriaddonpedro.it

www.pizzeriaddonpedro.it



HOTEL LA PINETA

Loc. Torbiera – 38075 Fiavé (TN)

Tel. 0465 735046 – Fax 0465 736305

info@lapinetahotel.info – www.lapinetahotel.info

ALBERGO LOCANDA FIORE

Fraz. Poia, 22 – 38077 Poia – Comano Terme (TN)

Tel. 0465 701401 – Fax 0465 701401 – Cell. 338 6370673

info@albergofiore.it – www.albergofiore.it

RIFUGIO ALPENROSE

Località La Ri – 38078 S. Lorenzo in Banale (TN)

Tel. 0465 734363 – Fax 0465 734363 – Cell. 340 3229213 / 347 7707440

rifugio.alpenrose@libero.it – www.rifugioalpenrose.com

RISTO NEMBIA

Località Nembia, 5 – 38078 San Lorenzo in Banale (TN)

Tel. 0465 730083 – Fax 0481 1990113 – Cell. 333 8414999

info@ristonembia.it – www.ristonembia.it

RISTORANTE DOLOGNO

Frazione Seo, 74 – 38070 Stenico (TN)

Tel. 0465 701761 – enzopenzo@hotmail.it

RISTORO DOLOMITI DI BRENTA

Località Baesa – 38078 San Lorenzo in Banale (TN)

Tel. 0465 734052 – Cell. 368 7022343 / 338 6218479

ristorodolomiti@libero.it – www.ristorodolomiti.com

CLUB HOTEL LAGO DI TENNO

Località Lago di Tenno 37 – Ville del Monte – 38060 Tenno

Tel. 0464 502031 – Fax 0464 502 101

www.clubhoteltenno.com – info@clubhoteltenno.com

CIELO E TERRA S.N.C.

di Bonazza Rossella E C. - Prodotti biologici e naturali

Via Cesare Battisti Frazione Ponte Arche – 38077 Comano Terme (TN)

Tel. 0465 701026 – cieloeterrabio@yahoo.it

INFORMAZIONI UTILI E CONTATTI A CHI RIVOLGERSI, COME ARRIVARE, STRUTTURE E SEDI DIFFUSE DELL'ECOMUSEO

Ecomuseo della Judicaria “dalle Dolomiti al Garda”

Via G. Prati, 1 – Ponte Arche (TN)

Tel. 0465 701734

ecomuseo@comune.comanoterme.tn.it

www.dolomiti-garda.it – Facebook: EcomuseoDellaJudicaria

Azienda per il Turismo Terme di Comano - Dolomiti di Brenta

Via C. Battisti, 38/d – 38077 Ponte Arche

Tel. 0465 702626 – Fax 0465 702281 – Nr. verde 800 111171

info@visitacomano.it – www.visitacomano.it

Museo delle Palafitte di Fivavé

Via 3 Novembre, 53 – 38075 Fivavé

Tel. 0465 735019 – museopalafittefiave@provincia.tn.it

Ente Parco Naturale Adamello Brenta

Via Nazionale, 24 – 38080 Strembo (TN)

Tel. 0465 806666 – info@pnab.it – www.pnab.it

Casa del Parco “C’era una volta”

La Casa del Parco “C’era una volta” è una mostra etnografica permanente allestita dal Parco Naturale Adamello Brenta a San Lorenzo in Banale, presso Casa “Osei”, edificio settecentesco recentemente acquistato e ristrutturato dall’Amministrazione comunale. L’esposizione presenta oggetti della collezione “Widmann” acquistata alcuni anni fa dal Parco.

38078 San Lorenzo in Banale (TN)

Tel. 0465 806666

Casa del Parco “Flora”, Area natura Rio Bianco-Stenico

Un mondo di acqua e di piante

L’acqua e il meraviglioso mondo delle piante sono i due temi principali della Casa della flora. Il tema dell’acqua, modellatrice del paesaggio, linfa vitale della Terra e risorsa indispensabile per l’uomo, viene affrontato lungo un percorso didattico all’aperto che tocca le fragorose cascate del Rio Bianco e scavalca la forra del torrente. Il patrimonio vegetale del Parco è illustrato sia nella Casa, dove si descrivono la ricchezza della flora e il rapporto tra uomo e piante, sia all’aperto, tramite un percorso didattico che presenta gli ambienti vegetali del Parco Naturale Adamello Brenta e le caratteristiche delle varie parti della pianta.

38070 Stenico (TN)

Tel. 0465 702579



LE NORME DA SEGUIRE

NORME DI TUTELA E CONSERVAZIONE PER LA RACCOLTA DI PIANTE SPONTANEE

La raccolta di prodotti spontanei dovrebbe in primo luogo rispondere a regole di buon senso, che implicino la conservazione e la tutela delle specie raccolte, per garantirne la futura propagazione, senza dare luogo a saccheggi indiscriminati o ad alterazione dell'habitat.

Le Norme di legge vigenti in Trentino inquadrano tale visione in una serie di limiti alle specie e alle quantità giornaliere ammesse e sono contenute nel Decreto del Presidente della Provincia 26 ottobre 2009, n.23-25/Leg che contiene il Regolamento di attuazione del Titolo IV, capo II (Tutela della flora, fauna, funghi e tartufi) della legge provinciale 23 maggio 2007 n.11 (Legge Provinciale sulle foreste e sulla protezione della natura). Di seguito se ne riportano i punti essenziali. La norma contiene al Capo I i riferimenti alla protezione della flora, con indicazio-

ne delle specie particolarmente tutelate (Allegato A), di quelle protette e all'art. 4 fa riferimento alla raccolta delle specie che rientrano nelle antiche consuetudini locali, che è ammessa con le modalità ed i limiti quantitativi, allo stato fresco al giorno per persona, secondo quanto indicato nell'**Allegato B**.





Capo III Deroghe ed esclusioni

Art.7

1.Raccolta per scopi scientifici, didattici, farmaceutici ed officinali.

La comunità territorialmente competente può autorizzare la raccolta di flora in deroga ai limiti quantitativi previsti dagli artt. 3 e 4 per scopi scientifici, farmaceutici ed officinali. Unicamente per scopi scientifici e didattici la comunità territorialmente competente può autorizzare la raccolta di singoli esemplari delle specie elencate nell'Allegato A. In vari punti sono poi specificati i criteri autorizzativi.

Art.8

Raccolta per scopi alimentari

La comunità territorialmente competente può inoltre autorizzare, nel rispetto dei criteri e della procedura definiti nell'art.7, la raccolta di flora spontanea per scopi alimentari, in deroga ai limiti quantitativi previsti dagli artt. 3 e 4, a chi ne faccia richiesta e sia iscritto all'elenco provinciale degli operatori abili-

tati alla coltivazione, alla raccolta e alla prima trasformazione di piante officinali per la produzione di prodotti alimentari erboristici e loro miscelazione, previsto dall'art. 4 del decreto del presidente della Provincia 24 settembre 2008, n. 41-148/Leg. Regolamento di attuazione dell'art. 43 ter della legge provinciale 28 marzo 2003, n. 4 (Sostegno all'economia agricola, disciplina dell'agricoltura biologica e della contrassegnazione di prodotti geneticamente non modificati) riguardante la coltivazione, raccolta e commercio di piante officinali coltivate in Trentino).





Allegato B (articolo 4, comma1)

Elenco delle specie vegetali il cui utilizzo rientra nelle antiche consuetudini locali

NOME SCIENTIFICO	NOME COMUNE	PARTI RACCOLTE	QUANTITÀ in chilogrammi allo stato fresco
<i>Achillea millefolium</i> L.s.l.	Millefoglio	infiorescenze	1/2
<i>Alchemilla vulgaris</i> L.	Erba stella	parti aeree	1/2
<i>Alliaria petiolata</i> (M.B.) Cavara et Grande	Alliaria comune	parti aeree	1/2
<i>Arctium lappa</i> L.	Bardana maggiore, Pettola	radice	1/2
<i>Arctostaphylos uva-ursi</i> (L.) Sprengel	Uva ursina	foglie	1/2
<i>Artemisia absinthium</i> L.	Assenzio, Mademaistro	foglie e sommità fiorite	1/2
<i>Capsella bursa pastoris</i> (L.) Medicus	Borsa pastore	parti aeree	1/2
<i>Cetraria islandica</i> (L.) Ach	Lichene islandico	tallo	1/2
<i>Camomilla recutita</i> (L.) Rauschert	Camomilla	fiori	1/2
<i>Chelidonium majus</i> L.	Celidonia, Erba da porri	foglie	1/2
<i>Clematis vitalba</i> L.	Vitalba	germogli	1/2
<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.	Biancospino	fiori	1/2
<i>Diplotaxis tenuifolia</i> (L.) DC.	Rucola selvatica	parti aeree	1/2
<i>Equisetum arvense</i> L.	Coda cavallina	parti aeree	1/2
<i>Euphrasia officinalis</i> sp.p.	Eufrasia	pianta in fiore	1/2
<i>Filipendula ulmaria</i> Maxim	Ulmara	sommità fiorite	1/2
<i>Fumaria officinalis</i>	Fumaria, Fumosa	parti aeree	1/2
<i>Galium odoratum</i> (L.) Scop.	Asperula	parti aeree	1/2
<i>Galium verum</i> L.	Caglio	sommità fiorite	1/2

NOME SCIENTIFICO	NOME COMUNE	PARTI RACCOLTE	QUANTITÀ in chilogrammi allo stato fresco
Genere <i>Mentha</i> L. sp.p.	Menta	foglie, fiori	1/2
<i>Hieracium pilosella</i> L.	Pelosella	parti aeree	1/2
<i>Humulus lupulus</i> L.	Luppolo	germogli ed infruttescenze	1/2
<i>Hypericum perforatum</i> L.	Iperico	infiorescenze	1/2
<i>Lamium album</i> L.	Ortica bianca, Falsa ortica	sommità fiorite	1/2
<i>Laurus nobilis</i> L.	Alloro	foglie	1/2
<i>Malva neglecta</i> Wallr.	Malva	fiori, foglie	1/2
<i>Melilotus officinalis</i> (L.) Pallas	Meliloto	sommità fiorite	1/2
<i>Nasturtium officinale</i> R.Br.	Crescione	foglie	1/2
<i>Papaver rhoeas</i> L.	Papavero comune, Rosolaccio	rosetta basale, fiori	1/2
<i>Parietaria</i> L. sp.p.	Parietaria, Vetriola	parti aeree	1/2
<i>Pinus mugo</i> Turra s.l.	Mugo	gemme/amenti (infiorescenza maschile) e pigne verdi	1/2
<i>Plantago major</i> L. s.l.	Piantaggine	parti aeree	1/2
<i>Portulaca oleracea</i> L.	Porcellana comune	parti aeree	1/2
<i>Silene alba</i> (Miller) Krause	Silene bianca	parti aeree	1/2
<i>Silene vulgaris</i> (Moench) Garcke	Strigoli, Sciopeti	parti aeree	1/2
<i>Solidago virgaurea</i> (L.)	Verga d'oro	parti aeree	1/2
<i>Tamus communis</i> L.	Tamaro	germogli	1/2
<i>Tilia cordata</i> Miller	Tiglio selvatico	infiorescenze con brattee	1/2
<i>Tilia platyphyllos</i> Scopoli	Tiglio nostrano	infiorescenze con brattee	1/2
<i>Tussilago farfara</i> (L.)	Tussilagine, Farfaro, Farferugine	parti aeree	1/2
<i>Valeriana officinalis</i> L.sp.p	Valeriana comune	radici	1/2
<i>Valerianella locusta</i> (L.) Laterade	Valerianella, Nosioi	rosetta basale	1/2
<i>Aruncus doicus</i> (Walt.) F ernald	Asparago di monte	germogli	1
<i>Amaranthus retroflexus</i> L.	Amaranto	parti aeree	2
<i>Chenopodium album</i> L.	Farinello comune, Répesi	parti aeree	2
<i>Chenopium bonus henricus</i> L.	Spinacio di monte, Comedole, Caltri, Sonkraut	parti aeree	2
<i>Cicerbita alpina</i> L. Wallr.	Radicchio dell'orso	germogli	2
<i>Sambucus nigra</i> L.	Sambuco	infiorescenze e frutti	2
<i>Taraxacum officinale</i> Weber s.l.	Dente di cane, dente di leone	rosetta basale, frutti	2
<i>Urtica dioica</i> L.	Ortica	parti aeree	2

Siti di riferimento:

www.trentinoagricoltura.it/it/SC/2448/Aree_Tematiche.html

www.pianteofficinali.org/

www.sycultour.eu/

www.inherba.it/index.php

www.actaplantarum.org/index.php

www.piantespontaneeincucina.info/index.html

www.traditionalandwild.eu/en/

www.fairwild.org/standard

www.ecomusei.trentino.it

Ringraziamenti

Questa pubblicazione è frutto dello sforzo collettivo di persone che si sono messe a disposizione ed hanno contribuito alla raccolta del materiale di documentazione necessario (fornito foto, fatto interviste, fornito testi di consultazione, appoggio logistico e altro). Si desiderano perciò ringraziare in primo luogo l'Ecomuseo Judicaria, Guido Donati, Diego Salizzoni, Marco Merli del Parco Naturale Adamello Brenta, Adriana Stefani (coordinatrice della Rete degli Ecomusei) e Silvia Corrado (collaboratrice dell'Ufficio per le Produzioni Biologiche della PAT per il Progetto).



finito di stampare:
gennaio 2014