

# Le piante officinali nei territori degli Ecomusei del Trentino

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

Volume V - Ecomuseo  
della Valle del Chiese





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  
fotografico Consorzio Turistico Valle del Chiese e Simone Cargnoni - flickr.com/voglioviola

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](http://www.artimedia.it)

E-mail: [info@artimedia.it](mailto:info@artimedia.it)

# Le piante officinali nei territori degli Ecomusei del Trentino

GUIDA ALLA SCOPERTA  
DI SAPERI, TRADIZIONI E ITINERARI

---

Volume V - Ecomuseo della Valle del Chiese





## SOMMARIO

---

<b>Presentazione .....</b>	<b>6</b>
<b>Introduzione .....</b>	<b>8</b>
<b>Ecomuseo della Valle del Chiese .....</b>	<b>12</b>
<b>Il Trentino e le sue erbe .....</b>	<b>26</b>
La situazione attuale in Trentino .....	29
La gestione dell'azienda agricola dal punto di vista pratico .....	30
Il Regolamento attuativo provinciale (in attuazione della LP 28 marzo 2003, n. 4) .....	32
Alcune utili definizioni .....	34
<b>L'utilizzo locale delle erbe .....</b>	<b>40</b>
<b>Percorsi alla scoperta delle erbe .....</b>	<b>48</b>
Percorso Naturalistico in Val Daone .....	50
La foresta nascosta di Castel Romano .....	52
Eretici, streghe, erboriste: il sentiero del Rio Caino .....	54
L'orto dei rimedi e le erbe dei boschi .....	56
Il lago d'Idro e le erbe di Bondone .....	57
<b>Turismo a tutta natura .....</b>	<b>58</b>
<b>Le norme da seguire .....</b>	<b>60</b>

## 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

---

**L**a 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 VALLE DEL CHIESE

“LA VALLE DEL CHIESE, LOCALIZZATA NEL LEMBO SUD-OCCIDENTALE DEL TRENTINO – ZONA STORICAMENTE E GEOGRAFICAMENTE STRATEGICA DI CONFINE – SI PRESENTA AL VISITATORE QUALE PRIVILEGIATA “PORTA DI ACCESSO AL MONDO ALPINO ED AL TRENTINO”, ISPIRANDO IL NOME DEL SUO ECOMUSEO”.

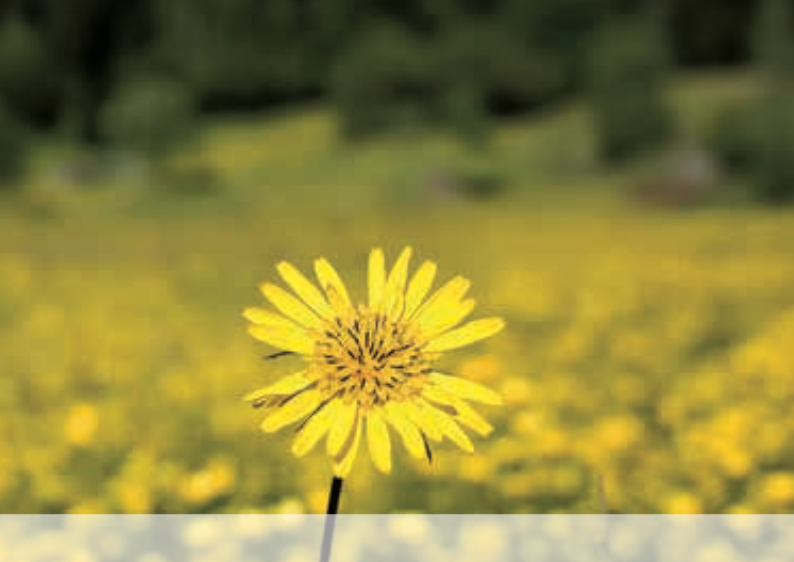
---

**L**a Valle del Chiese è una tipica valle prealpina che si trova nella zona sud-occidentale del Trentino, al confine con la Lombardia, così chiamata dal nome del fiume che la attraversa e l’ha originata. Anche se di passaggio, la Valle del Chiese si trova lontana da grandi centri abitati. Proprio **questa particolare collocazione geografica** ha consentito al suo territorio, prettamente montuoso, di **custodire eccezionali bellezze naturalistiche tipiche del paesaggio prealpino** dall’antichità sino ai giorni nostri. La strategica posizione della questa particolarità ha fatto sì che questo territorio nel tempo divenisse il **depositario di un patrimonio**

**storico, culturale e artistico molto diversificato.** Non sorprende dunque, in un contesto così paesaggisticamente variegato, intatto e culturalmente ricco, la nascita dell’Ecomuseo della Valle del Chiese, la cui denominazione “*Porta del Trentino*”, rende omaggio alla storia di questi luoghi.

### LA MISSIONE

Riconosciuto dalla Provincia Autonoma di Trento nel maggio del 2002, per volontà del Consorzio dei Comuni B.I.M. del Chiese, all’interno del quale è stato strutturato, l’Ecomuseo è diventato uno **strumento progettuale** a servizio dello sviluppo



territoriale. La complessa azione dell'Ecomuseo della Valle del Chiese è finalizzata alla **creazione di opportunità concrete di crescita del territorio** attraverso la valorizzazione e messa a sistema della nutrita varietà di testimonianze materiali e immateriali che caratterizzano questo prezioso angolo di Trentino.

Accanto ai numerosi progetti più marcatamente dedicati all'approfondimento storico ed alla creazione di occasioni di conoscenza del territorio e della sua cultura (didattica per le scuole del territorio, pubblicazioni di approfondimento storico locale,

festival ed eventi di valorizzazione del prodotto tipico ecc...), l'Ecomuseo, in stretta sinergia con il Consorzio B.I.M. del Chiese e con il Consorzio Turistico Valle del Chiese, **ha raccolto la sfida del rilancio turistico della destinazione** attraverso l'elaborazione di un **piano di marketing territoriale a misura di territorio**, capace di coniugare i benefici economici del "motore turismo", con le esigenze della comunità residente, ponendosi come *condicio sine qua non* una particolare attenzione ai delicati equilibri del paesaggio storico e naturalistico chiesano.



Raccolta delle erbe spontanee. In alto la fiorita Piana di Boniprati.



## I PERCORSI TEMATICI

### MEMORIA & ARTE

#### La Grande Guerra

Erede di un passato storico tanto significativo quanto tragico, la Valle del Chiese conserva ancora oggi i segni profondi e le testimonianze più dirette della Prima Guerra Mondiale, come testimonia il recente progetto di documentazione che ha portato alla luce **più di 2.000 evidenze che in Valle del Chiese parlano di Grande Guerra**. Lungo l'antica linea difensiva che durante il conflitto, scendendo dal Gruppo dell'Adamello, si estendeva orizzontalmente tagliando in due la vallata, forti, trincee, linee di sbarramento e mulattiere evocano quel passato in cui i soldati delle armate austro-ungariche in questi luoghi si fronteggiavano con quelli dell'esercito italiano. Testimoni possenti della Grande Guerra sono sicuramente i forti, messi a guardia delle linee austro-ungariche e costruiti proprio nel mezzo della valle, andando a formare un nuovo, inaspettato confine. Dei cinque originali che formavano lo "Sbarramento di Lardaro" ne rimangono tre: l'affascinante **Forte Larino** a sud di Lardaro, il maestoso **Forte Cor- no** nel Comune di Praso e Forte Carriola nei territori di Pieve di Bono. Della Grande Guerra, che si è consumata, nelle nevi perenni delle montagne trentine, racconta in modo dettagliato il **Museo della Grande Guerra in Valle del Chiese** di Bersone, che espone una ricca raccolta di reperti lasciati dai soldati di molte nazioni, che in questi luoghi hanno combattuto, mentre la funzione di monito contro ogni



tipo di guerra è svolta dal **Cimitero Monumentale di Bondo**, che ospita le lapidi di 697 soldati austro-ungarici.

#### Le pievi: capolavori dell'arte

Testimonianze di una tradizione religiosa secolare, le Pievi e le chiese cristiane si ergono nel cuore di ogni singolo paese e villaggio della Valle, dal centro più popoloso e importante, al più piccolo agglomerato di case sospeso sulle pendici delle montagne. Esse costituiscono l'espressione più alta dello spirito artistico di questi luoghi, in cui la sapienza dell'artigianato e dell'arte popolare si fonde con il genio e il talento dei grandi Maestri che qui transitarono. Fra i più importanti monumenti religiosi della Valle in particolare si trovano:

- la Chiesa di San Floriano a Storo, realizzata da **maestri comacini all'inizio del 1500**;
- la **Pieve di Santa Maria Assunta a Condino**, autentico gioiello del Rinascimento lo-



- cale, ancora intriso del gusto gotico lombardo **al cui abbellimento lavorarono più di 32 artisti** ed alla quale il maestro Maffeo Olivieri dedicò la sua opera lignea più importante: la monumentale pala dell'Assunta scolpita e dipinta;
- la Pieve di Santa Giustina a Pieve di Bono, che offre un importante ciclo affrescato del 1410,
  - la Chiesa di Santo Stefano a Roncone che custodisce un prezioso **organo ligneo del XVII secolo**.

### La Signoria dei Conti Lodron

La Valle del Chiese è la culla dei Lodron, gli antichi feudatari che dominarono incontrastati queste terre: la storia più antica della casata, che la tradizione popolare fa risalire ai tempi della Prima Crociata, si svolse infatti nella piana e sui monti che stanno a nord del Lago d'Idro, in un'area inclusa nel principato vescovile di Trento. Simbolo dell'incontrastato potere e dello splendore



**Fabbro Mastro Alberto  
nella fucina di Rio Caino.  
A fianco, l'imponente Forte Corno.**

raggiunto dalla famiglia Lodron sono i tre maestosi castelli che essa possedeva in Valle del Chiese. Il primo che si incontra arrivando da sud è il **Castel San Giovanni**, retto in posizione strategica su uno sperone di roccia in faccia al lago d'Idro, sotto il paese di Bondone. Il secondo, ormai ridotto a rudere, è la **Rocca di Santa Barbara**, che domina Lodrone da quasi mille anni. Il terzo maniero è **Castel Romano** che si erge sopra la conca della Pieve di Bono. Oltre ai castelli sono rimaste a testimonianza della presenza dei Lodron le loro ricche residenze: **Palazzo Caffaro** e **Palazzo Bavaria** a Lodrone.

### Il Sentiero Etnografico di Rio Caino

Un museo all'aperto che narra di lavori artigianali, storia ed eresie. Tra boschi e prati, la cultura contadina e gli antichi mestieri ad essa legati rivivono a testimonianza della vita quotidiana di un popolo, del suo lavoro e



L'antica Pieve S. Maria Assunta di Condino.

dell'intatta simbiosi con la natura e il paesaggio che esso ha saputo stabilire e mantenere nel tempo. Il sentiero di Rio Caino è uno degli itinerari proposti al capitolo **Percorsi alla scoperta delle erbe**, pag. 54-55.

### La tradizione rurale: Casa Marascalchi di Cimego e Casa Bonus di Bondo

La civiltà contadina che popolarla la Valle in passato rivive tra le antiche mura di Casa Marascalchi e Casa Bonus, semplici quanto meravigliosi musei **delle tradizioni e degli usi popolari**, ove gli ambienti, ci riportano nelle atmosfere della casa popolare giudicariense.

### L'arte scultorea del legno

L'abbondanza di legname era una delle poche ricchezze che in passato offriva il territorio della Valle del Chiese. Il legno si è affermato come materiale da costruzione e legna da ardere, ma anche come uno dei materiali privilegiati per l'intaglio e la lavorazione artigianale, che in

questi luoghi vanta una tradizione notevole. Tale abilità antica è stata recuperata negli ultimi anni dalla **Scuola del Legno di Praso**, che organizza numerosi corsi di intaglio e scultura aperti a tutti oltre a quello che ormai sembra essere diventato **un'immane appuntamento artistico che attrae professionisti da tutto il mondo**, ovvero il **Simposio di scultura nel legno** di Praso. D'obbligo la visita al laboratorio di scultura che permette di conoscere da vicino l'arte dell'intaglio, assistendo ad una dimostrazione della lavorazione del legno, così come al **"Percorso del legno"**, una vera e propria mostra all'aperto realizzata grazie all'iniziativa degli scultori, che hanno voluto donare al borgo di Praso le loro prime opere.

### L'oro bianco di Darzo

Un recente passato di archeologia industriale caratterizza il paese di Darzo e le sue montagne. Vi si estraeva **"L'oro bianco"**, il **solfo di bario**, noto come **"barite"**. Nel 2009 si è chiusa,



dopo 115 anni, anche l'attività di estrazione a Marigole, il primo giacimento ad essere scoperto. Ma l'esaurimento dei giacimenti minerari ha stimolato la Pro Loco e gli abitanti di Darzo i quali hanno avviato da tempo un progetto di recupero della memoria **"sulla Strada delle miniere"**, che ha portato alla realizzazione di tre grandi murali dipinti su altrettante case del paese che raccontano l'epopea mineraria.

## NATURA

### Una valle d'acqua

È l'acqua l'elemento principe della Valle del fiume Chiese, che si libera dai ghiacci perenni dell'Adamello e percorre con i suoi affluenti il solco tracciato in milioni di anni fino ad immettersi nel Lago d'Idro. A partire dagli anni Cinquanta del secolo scorso le acque del fiume Chiese sono state **sfruttate per la produzione di energia elettrica**. Le manifestazioni più imponenti di questo epocale cambiamento sono sicuramente i tre grandi bacini artificiali costruiti in Val di Daone: diga di Ponte Morandin, diga di Malga Boazzo e la sorprendente **diga di Malga Bissina** eretta all'imboccatura della Val di Fumo, a quota 1778 metri e capace di contenere fino a **360.000.000 m<sup>3</sup> d'acqua**.

### La meravigliosa Valle di Daone

La Valle di Daone è **un vero e proprio invito alla meraviglia** e allo stupore di chi ama l'ambiente naturale nella ricchezza delle sue manifestazioni e nella freschezza della sua autentica vitalità. Si tratta di un maestoso

solco di origine glaciale, che si apre sul lato occidentale della Valle del Chiese, profondamente scavato dall'omonimo fiume. Visitarla significa percorrere una successione di **paesaggi sempre diversi e suggestivi**, dai verdi pascoli di fondovalle, punteggiati dai tipici fienili di montagna, ai boschi di castagno, di faggio, di abete e di larice, popolati da una ricca varietà di animali, come ad esempio **camosci, caprioli, cervi, stambecchi, aquile e marmotte**. Da un punto di vista naturalistico, poi, sono sicuramente degni di nota gli splendidi laghetti alpini di cui la valle è disseminata e fra cui spiccano, per la loro incantevole bellezza, i laghi Campo, Casinei, Copidello, D'Avolo e Mare. Il valore naturalistico della vallata è esemplificato da alcuni luoghi e percorsi significativi:

- il percorso natura **"Fauna dei campi e dei prati"**
- il percorso storico naturalistico
- la Casa della Fauna – Parco Naturale Adamello Brenta
- la Val di Fumo: una delle valli più suggestive dell'arco alpino, splendida nella sua selvaggia autenticità, interamente compresa nel Parco Naturale Adamello Brenta, di cui è una spettacolare porta d'accesso. Lo straordinario ed inconfondibile paesaggio di questa valle di origine glaciale dal tipico profilo a "U", è caratterizzato nel fondovalle, ancora una volta, dal corso del fiume Chiese, che si fa strada, a tratti sornione, a tratti impetuoso, fra la vegetazione della Valle, custode di un **ricchissimo patrimonio di esemplari botanici e faunistici**.

## La piana di Boniprati

Sulla destra idrografica del fiume Chiese, ad ovest del Monte Melino, c'è una distesa verdeggianti punteggiata da magnifiche case di montagna, adagiate fra prati falciati, foreste ombrose e scorci affascinanti. Prima e dopo l'alpeggio, in primavera ed in autunno, gli allevatori vi sostavano per lunghi periodi facendo delle circa ottanta case un autentico villaggio in quota. Oggi si presenta al visitatore come **una piana di ampio respiro a 1160 metri di altitudine**, che si apre nella sua **sorprendente e variopinta bellezza**, dopo la tortuosa ascesa dal fondovalle.

## I biotopi

I biotopi, letteralmente “luoghi di vita”, sono aree protette di piccole dimensioni che tutelano ambienti particolari, un tempo molto diffusi ma divenuti oggi assai rari a causa delle alterazioni provocate dalle varie attività dell'uomo. In Valle del Chiese si trovano 3 biotopi che sono entrati a far parte della Rete delle Riserve Naturali del Trentino:

**1. Il “Lago d'Idro”, nel comune di Bondone.** Lungo le rive dello specchio d'acqua che unisce Trentino e Lombardia e dove gli sport la fanno da padrone, sono presenti maestosi esemplari di salice bianco (*Salix alba*). Questi alberi presentano – nel punto di inserzione dei rami, dove si accumulano le foglie cadute – delle giovani piante che ivi si sviluppano, particolarità che rendono **i salici un elemento paesaggistico particolarmente suggestivo**. Nella fascia adiacente alla spiaggia si sviluppa il canneto, in cui predomina la

cannuccia d'acqua (*Phragmites australis*), che sfuma verso la periferia in prati palustri e prati umidi. Per quanto riguarda la fauna vertebrata, il **Biotopo** rappresenta un ambiente di fondamentale importanza per la riproduzione degli Anfibi (soprattutto rana verde *Rana sinkl. esculenta* e rospo comune *Bufo bufo*), dato che in primavera, periodo in cui le acque del lago si spingono all'interno del canneto, essi vi si recano per la deposizione delle uova. Ma il principale motivo di interesse faunistico è connesso con la presenza delle **numeroso specie della fauna acquatica**: qui infatti nidificano regolarmente il germano reale (*Anas platyrhynchos*), la gallinella d'acqua (*Gallinula chloropus*), la cannaiola verdognola (*Acrocephalus scirpaceus*), la cannaiola (*Acrocephalus palustris*), il cannareccione (*Acrocephalus arundinaceus*) e il migliarino di palude (*Emberiza schoeniclus*).

**2. Il “Palù di Boniprati”, nei comuni di Castel Condino e Prezzo.** Si trova al centro della piana, dove la conformazione fisica del terreno e il particolare microclima hanno consentito l'instaurarsi di questa particolare area protetta. Dal punto di vista naturalistico, nella torbiera di Boniprati sono presenti piccoli cumuli di sfagni (*Sphagnum spp.*), particolari muschi che si dispongono in modo da formare dei caratteristici cumuli alternati a depressioni costantemente umide) ed alcune specie tipiche delle torbiere evolute, tra cui la **pianta insettivora** *Drosera rotundifolia*. Il Biotopo comprende anche delle **zone paludose con grandi carici** (le associa-



zioni vegetali *Caricetum elatae* e *Caricetum paniculatae*) e **prati umidi**, ambienti di **notevole interesse naturalistico**. Il Biotopo Palù di Boniprati ospita inoltre alcune specie degne di nota, come per esempio la **rana di montagna** (*Rana temporaria*), il **rospo comune** (*Bufo bufo*) e la **biscia dal collare** (*Natrix natrix*).

### 3. Le “Paludi di Malga Clevet” in Val di Daone, nel Comune di Daone.

Tra le zone umide sono presenti diverse tipologie ambientali: torbiere e prati umidi di vasta superficie, piccole torbiere di forma circolare, stagni e laghetti impaludati. Nei prati umidi di ampia superficie, caratterizzati da una rete idrica piuttosto complessa, confluiscono numerosi rivi e rigagnoli che scendono dai versanti; vi si riscontra la predominanza di una vegetazione tipica delle torbiere basse, con le associazioni *Caricetum fuscae* e *Trichoperetum caespitosum*, e con localizzazione di piccole aree a sfagni dove abbondante è l'*Eriophorum* sp. e *Carex limosa*. Le piccole torbiere a forma circolare o ellittica sono caratterizzate sempre da una vegetazione

a cariceto e tricoforeto, ma con maggior estensione di zone a sfagni, con cumuli anche di discrete dimensioni, colonizzati da *Calluna vulgaris* e *Vaccinium vitis-idaea*. Gli stagni e i laghetti sono caratterizzati da una zona paludosa circostante, costituita da una vegetazione a cariceto e tricoforeto, e dalla fascia più prossima all'acqua che può essere definita come “magnocariceto” e caratterizzata dall'associazione *Caricetum rostratae*, costituita quasi esclusivamente da *Carex rostrata*. Dal punto di vista faunistico il biotopo costituisce **importante zona di riproduzione per artropodi, Anfibi e Rettili, e zona di alimentazione e rifugio per la fauna** dei boschi circostanti. Gli specchi d'acqua di ridotte dimensioni sono l'habitat principale di numerosi insetti fra i quali **Gerridi, Ditiscidi e Odonati** (= Libellule) **dai colori smaglianti**. I piccoli specchi d'acqua, inoltre, influiscono sull'approvvigionamento idrico, fungendo da “serbatoi naturali” d'acqua.

Lo spettacolo dell'acqua in Val Daone.



## SAPORI

Vivere e conoscere a 360° la Valle del Chiese è anche assaporarne il lato più genuino: polenta, farina, salmerino alpino, formaggi di malga sono gli alfieri di questa terra. Il DNA di un territorio di montagna si svela attraverso questi sapori autentici, un vero e proprio specchio di un mondo rurale che ne costituisce una sorta di carta d'identità immutata nel tempo. Sapori che ci raccontano di alpeggio in montagna, erba fresca, aria frizzante e pura, animali lasciati in libertà, quale ricetta base dei prodotti genuini che nascono in alta quota e nella valle.

### Farina Gialla di Storo

Per fare una polenta speciale conta certo la qualità del mais, ma anche l'acqua e il tipo di macinatura, il clima dove avviene tutto ciò. La farina gialla di Storo viene prodotta dal grano

“Marano”, coltivato rispettando rigorosamente i cicli della natura, senza forzature agronomiche, al fine di preservarne la genuinità. I chicchi delle pannocchie, dal colore particolarmente rosso, vengono macinati al mulino di Storo e la farina che si ottiene, facilmente digeribile, è pronta a diventare fragrante polenta, elemento insostituibile per ogni piatto tipico trentino. Si lavora in vari modi e ormai la polenta “carbonera” la polenta “Macafana” e la polenta “concia” sono diventati piatti molto usati nei ristoranti e richiesti dalla clientela.

### Le Trote ed i Salmerini

Tanta acqua corrente, ben ossigenata e pulita: in un ambiente simile non poteva mancare la trota. Rispetto a quelle di pianura, **le trote di montagna impiegano circa 4-10 mesi in più per raggiungere la loro dimensione ideale.** Questo migliora la qualità della sua carne, che risulta esse-

re più consistente, **più saporita e più magra**. Alimento perfetto per chi è attento alla linea e alla salute: la trota è infatti ricca di proteine nobili e sali minerali, con una bassa percentuale di colesterolo, facilmente digeribile. La Valle del Chiese è anche la patria del **re di tutti i pesci di acqua dolce, il salmerino**, allevato in acque fresche di torrente. Viene conservato secondo metodi artigianali con la sola aggiunta di sale e zucchero, che mantiene la delicatezza delle carni magrissime e affumicato lentamente tramite combustione di segatura di legni pregiati. In questo modo viene esaltato il suo genuino sapore.

### La Spressa DOP

La cura dei prati, lo sfalcio costante, l'erba profumata e i fiori di montagna conferiscono ai formaggi del Chiese una grande genuinità. La Spressa, oggi prodotto D.O.P., è il formaggio tipico delle nostre valli. Molto magro, stagionato dagli 8 ai 12 mesi, viene prodotto con metodi totalmente artigianali ed utilizzato nella preparazione delle ricette più tradizionali.

### Il miele

In una valle tipicamente alpina come la Valle del Chiese non poteva mancare il miele di montagna. Un'infinita varietà di piante e fiori permettono di selezionare la produzione del miele in diversi gusti: millefiori, acacia, sambuco, tarassaco, rododendro, castagno ed altri ancora.

### I marroni

Pianta antica dai frutti ricercatissimi cresce e produce solo in alcune zone elette, circoscritte nei boschi di Darzo. Ben diversa

dalla comune castagna, i marroni hanno una qualità superiore della polpa, una grana fine e il gusto molto dolce.

### Il Radicchio dell'Orso

Un altro prodotto offerto direttamente dalla natura è la *Cicerbita alpina*, conosciuta comunemente come "Radicchio dell'Orso". Si tratta di una specie appartenente alla famiglia delle Asteraee che viene raccolta quando è ancora un giovane germoglio, di un colore che può variare dal verde al rosa acceso, e che cresce nei canaloni dei fianchi montani di alta quota della Valle del Chiese lungamente innevati fin nella tarda primavera, (per il dettaglio vedi la scheda a pagina 43).



Dall'alto la bruna pannocchia di Storo e le specialità locali a km 0. Nella pagina a fianco Malga Romantera.

## ECOMUSEO DELLA VALLE DEL CHIESE E PROGETTO SY\_CULTour

Nell'ambito della rete ecomuseale **"Mondi Locali del Trentino"**, sistema cui l'**Ecomuseo della Valle del Chiese – Porta del Trentino** aderisce da diversi anni, è stato elaborato a partire dall'anno 2011 un progetto pilota denominato "Dalla tradizione alla produzione: l'uso sostenibile delle erbe officinali, piante spontanee ed altri prodotti secondari del bosco, nel quadro dell'offerta turistica rurale", avente lo scopo di incrementare l'utilizzo delle erbe officinali trentine nelle strutture ricettive e di diffonderne la conoscenza all'interno delle comunità. La Valle del Chiese, grazie al coinvolgimento di differenti attori locali, ha intrapreso l'azione denominata **"L'ORTO DEI RIMEDI"** – sperimentazione e didattica nell'ambito della coltivazione di piante officinali in Valle del Chiese".

### IL PROGETTO

L'idea di sviluppare un progetto volto alla coltivazione di partico-

lari piante officinali nasce all'interno di un corso di formazione denominato "Riconoscimento delle erbe officinali e aromatiche del nostro territorio" tenutosi nell'autunno 2011 all'interno delle iniziative promosse dal circolo pensionati "Giulis" con il sostegno del Consorzio dei Comuni B.I.M. del Chiese. Il corso in oggetto, articolato in incontri serali ed escursioni didattiche sul territorio, ha avuto come scopo quello di approfondire le conoscenze relative a particolari specie aromatiche e medicinali tipiche e non dell'area montana. Il grande successo riscosso dal percorso formativo, unito al profondo interesse di alcuni dei partecipanti per l'approfondimento della pratica e delle tecniche di coltura, ha portato all'elaborazione del presente progetto il quale si pone l'obiettivo di **contribuire al consolidamento e sviluppo dell'agricoltura di montagna attraverso la coltivazione di erbe aromatiche e medicinali tipiche**



Il campo sperimentale dell'Ecomuseo.  
Nella pagina a fianco il laboratorio "le pozioni di strega Brigida".





dell'area subalpina. Il progetto, di natura sperimentale, si è articolato in due fasi rispettivamente distinte negli anni 2012 e 2013.

#### **Turismo e didattica**

*“Ideazione, costruzione, sperimentazione, valorizzazione di un nuovo percorso tematico legato alle erbe officinali in Valle del Chiese”.*

Il turismo va sempre più configurandosi come un settore sempre più centrale nella nostra economia, rappresentando, nel contesto trentino, fino al 17% del PIL provinciale in termini di indotto.

**La Valle del Chiese ormai da diversi anni si sta impegnando nel settore turistico** e della valorizzazione territoriale elaborando nuove motivazioni di vacanza da proporre e da mettere in campo ai fini promozionali, intraprendendo la strada della **valorizzazione delle peculiarità del territorio**, ritornando a guardare in maniera attenta e con adeguati strumenti alle risorse naturali, mettendo “al centro” la monta-

gna con la sua declinazione di **valori quali l'eco-sostenibilità, la biodiversità, l'autenticità del rapporto uomo-ambiente.**

Il tutto nella consapevolezza del forte legame esistente – anche a livello ontologico – tra turismo e agricoltura e dunque **enfaticamente i concetti di genuinità, autenticità, km 0 e prodotti locali.** Un settore così importante necessita dunque anche di linee strategiche forti e di un'essenziale condivisione di un univoco piano di sviluppo che coinvolge tutti gli attori presenti sul territorio. In questo contesto nel 2012 il **nucleo di governance della Valle del Chiese** (rappresentato dai tre enti Consorzio dei Comuni B.I.M. del Chiese, Ecomuseo e Consorzio Turistico valle del Chiese) ha dato seguito alle iniziative inaugurate nell'anno precedente dal piano **“Esperienza rurale”** arricchendo l'offerta con ulteriori proposte, sempre legate al segmento rurale, e ponendo in particolare l'attenzione all'ambito delle “piante officinali”. A seguito della costruzione di un

affiatato gruppo di lavoro composto dall'Ecomuseo della Valle del Chiese, dal Consorzio Turistico Valle del Chiese, da alcuni Giovani volontari del territorio nonché da professionisti del settore turistico e ambientale (dott. Manuel Zorzi e Angelo Rigacci), è stato possibile, all'interno di riunioni operative, provvedere alla costruzione di un **nuovo itinerario di visita** legato alla tematica in oggetto arricchito da un più aggiornato e **vivace laboratorio sulle erbe officinali**.

### Sostegno alla neo-imprenditorialità

*"Ideazione, costruzione di un campo di coltura sperimentale di specie officinali in Valle del Chiese".*

L'attività più impegnativa, dal punto di vista delle risorse economiche ma anche umane, è sicuramente rappresentata dalla **creazione del campo sperimentale** e dal **coinvolgimento attivo di molteplici soggetti territoriali** nella sua realizzazione. L'organizzazione del campo sperimentale e dei **momenti formativi** ad

esso legati hanno infatti avuto come protagonisti diversi soggetti territoriali chiamati a vario titolo a prendere parte al progetto: Circolo pensionati "Giulio", Associazione Culturale, Consorzio dei Comuni B.I.M. del Chiese/Ecomuseo Valle del Chiese, Dott. Manuel Zorzi, Agriturismo Casa Essenia. Sotto la guida del dott. Zorzi e dell'Ecomuseo, un'équipe di lavoro formata dai vari gruppi sopra menzionati, così come da numerosi volontari, si è occupato della realizzazione del campo. Nelle due annualità, ed in particolare nei periodi estivi/autunnali 2012-2013 l'Ecomuseo ha messo in campo diverse **sessioni formative e didattiche totalmente gratuite ed a libera partecipazione** che hanno presentato a tutto tondo il mondo della coltivazione: dalla raccolta responsabile di erbe spontanee alla coltura in campo, passando per approfondimenti relativi alle proprietà terapeutiche ed organolettiche delle singole specie che da ultimo hanno portato all'organizzazione di **momenti di degustazione** di piatti realizzati utilizzando



Grappe e distillati locali. Nella pagina a fianco ricette dalla natura.





proprio particolari specie locali. Le attività teorico-pratiche organizzate sul territorio e presso il campo sperimentale sono state seguite non solo da semplici appassionati, ma anche da due **neo-imprenditrici locali** che, anche grazie al progetto, hanno mosso i primi passi verso la coltura di erbe officinali. A supporto della loro attività – così come per chiunque volesse accedervi – è stato messo a disposizione anche un **essiccatoio** in uso al progetto, che ha facilitato le fasi di start up consentendo da un lato di utilizzare gratuitamente questa tipologia di dotazioni e dall'altro di essere seguiti dal punto di vista formativo riguardo tempistiche e modalità di essiccazione di queste produzioni.

### **Sensibilizzazione ed informazione**

Al fine di realizzare azioni che rispondessero in maniera ancora più puntuale alle esigenze formative emerse dalla popolazione locale, così come anche per soddisfare curiosità e rispolverare antiche tradizioni legate all'utilizzo di particolari specie, accanto al calendario di appuntamenti formativi teorici-pratici, è stato deciso di ampliare l'offerta

formativa con ulteriori momenti di approfondimento. Nascono così alcune particolari iniziative quali uscite per la raccolta responsabile e la conoscenza delle erbe spontanee del Chiese cui ha fatto seguito la realizzazione di un **nutrito erbario relativo all'ambito geografico della Valle del Chiese**, realizzato soprattutto grazie alla buona volontà del circolo pensionati "Giulio". Con la partecipazione di giovani appassionati di piante officinali, è nata l'idea di poter traslare l'esperienza della coltivazione a quote più elevate. L'associazione "**Fuori Quota**" si occupa della gestione di una malga con relativo pascolo in località Gras, a 1.400 m s.l.m. nel comune di Storo, ed ha la facoltà di potersi occupare regolarmente di un piccolo campo sperimentale in tale luogo. Uno dei giovanissimi componenti dell'associazione, studente della Facoltà di Scienze Forestali presso Padova, è stato incuriosito dalla possibilità di **sperimentare la coltura in alta quota** e grazie all'affiancamento tecnico garantito dal progetto, produrrà una **ricerca** in tal senso, provvedendo in questo modo ad allargare la cerchia di informazioni inerenti la coltura di piante officinali nel territorio della Valle del Chiese.



## 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

**S**e 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 olii 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 mono-prodotto. Inoltre si possono realizzare cosmetici, oli essenza-



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 metamorfezzati in magazzini di materiali nutritizi (A. Rizomi – B. Tuberi, Bulbo-tuberi e Rizomi tuberosi – C. Bulbi).
- II.** Le radici metamorfizzate 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

### STORIE DI RICERCATORI E DI PARTICOLARITÀ BOTANICHE IN VALLE DEL CHIESE

---

**L'**area compresa nell'Ecomuseo risulta di particolare interesse botanico e floristico grazie alla particolare combinazione dei substrati geologici ed alle variazioni microclimatiche esistenti tra il lago d'Idro ed i ghiacciai dell'Adamello. Inevitabilmente una tale ricchezza floristica ha stimolato le genti del luogo che ne hanno scoperto o appreso, anche tramite scambi culturali con altre vallate, i pregi curativi ed alimentari. **La Valle del Chiese è forse il territorio del Trentino in cui si raccolgono il maggior numero di specie selvatiche a scopo alimentare**, così come nei confinanti territori bresciani. Alcune specie caratteristiche, come il “radicchio dell'orso” suscitano un'attrattiva simile o superiore a quella dei funghi, con inevitabile emergenza di problemi locali di conservazione della specie in caso di raccolta indiscriminata. L'interesse

pratico verso le piante medicinali e di uso consuetudinario è stato ben presto affiancato anche dall'interesse degli studiosi che si sono concentrati in particolare sulla flora del **settore prealpino e della Valle del Chiese**, di cui anche l'attuale cartografia floristica ha confermato l'estrema ricchezza, identificandolo come **uno dei siti a maggiore biodiversità delle Alpi**.

#### **Correva l'anno...**

È successivamente alla pubblicazione dei primi studi e resoconti botanici riguardanti il Trentino, ad opera di Francesco Calzolari (1522-1609), speciale di Verona, che pubblicò, nel 1566 “La flora di Monte Baldo”, e di Pietro Andrea Mattioli (1501-1578) medico personale di Bernardo Clesio, che si dedicò alla botanica ed allo studio delle proprietà terapeutiche delle piante, che iniziò il vero e proprio approfondimento delle flore





locali. Già verso gli inizi dell'800, **Caspar Graf von Sternberg** (1761-1863), nobile appassionato di scienze naturali, descrisse per la prima volta la *Saxifraga aracnoidea* raccolta sulle rupi della Val d'Ampola, presso località "alla Tolla" di Storo.

Fu con la sistematica esplorazione del massiccio del Tombea (la catena che si sviluppa a monte di Bondone), che **Francesco Facchini** (1788-1852), brillante botanico che molto operò nelle valli giudicariesi, scoprì la pre-

senza di **alcune specie endemiche** come *Telekia speciosissima*, *Orchis spitzelii*, e ne annoverò persino di "nuove". Fra queste si trova *Daphne petraea* che egli, per indecisione, non riuscì a classificare prima della sua morte, ma che venne curiosamente "riscoperta" dal farmacista e botanico bavarese Friedrich Leybold (1827-1879), il quale la descrisse ufficialmente per primo. A **Leybold** va anche riconosciuto il fatto di essersi accorto prima di tanti altri della piccola **primula**



Le specie locali. In alto, da Malga Stabol Fresco a Cima Corona.



L'erborista all'opera.

**che popola le vallate alpine attorno al massiccio dell'Adamello** che chiamò, in onore al luogo di raccolta del primo esemplare, **Primula daonensis**, la primula della Valle di Daone.

Gli erbari raccolti da Facchini e da Leybold si diffusero in Europa e la "Flora Tiroliae Cisalpinae" del Facchini e i "Botanische skizzen von den Grenzen Sudtirols" di Leybold stimolarono i botanici dell'epoca alla visita di questi luoghi.

Tale fermento attirò in Valle del Chiese anche l'**illustre botanico ginevrino Edmond Boissier** (1810-1885), che nel 1856 si recò sul monte Tombea, per raccogliere la Saxifraga già indicata da Leybold. Si rese però ben presto conto che il suo esemplare era differente, di conseguenza lo inviò allo specialista tedesco Adolph Englerche, il quale a sua volta, nel 1869

pubblicò la descrizione del Boissier sul bollettino della Società Botanico-Zoologica di Vienna. Nasce così la scoperta ufficiale di uno dei più noti endemismi della zona, la Saxifraga tombeaensis, **la saxifraga del Monte Tombea**.

Ci fu poi il lavoro condotto dal botanico svizzero **Émile Burnat** (1828-1920), che nel 1878 descrisse la Viola dubyana, così come il canonico **Pietro Porta** (1823-1923), nativo della Valvestino ed instancabile appassionato di ricerca floristica, il quale fu autore della scoperta di un caratteristico endemismo a fioritura tardiva: Silene elisabethae. Sul sentiero tracciato da Don Porta si incamminarono anche Silvestro Cimarolli (1854-1924), insegnante di Baitoni e di Storo e Filiberto Luzzani (1909-1934), parroco in Valvestino.

Nel '900 gli studi proseguirono

## LA SCHEDA RADICCHIO DELL'ORSO

Nome scientifico: *Cicerbita alpina*

Nome popolare: radicchio dell'orso

Il radicchio dell'orso è una pianta erbacea perenne, appartenente alle Asteracee, diffusa in montagna a quote superiori ai 1400-1500 metri, in situazioni fresche ed umide, lungo impluvi e canaloni, tra gli arbusti che rivestono le pendici. Cresce preferibilmente su terreni silicei ed argillosi, ma si può trovare anche su rilievi calcarei, dove in parte fu diffusa anche dall'esercito austroungarico in occasione della Prima Guerra Mondiale. Dal rizoma sotterraneo spuntano, subito dopo lo scioglimento delle nevi, dei caratteristici germogli carnosi di colore violetto e foglia seghettata, da non confondere con i getti di altre specie, anche molto pericolose, come il veratro che si sviluppano nello stesso periodo. La pianta poi cresce e si sviluppa fino ad un metro di altezza, con fusto rossastro, foglie verde chiaro e un bel fiore viola. La cicerbita è una specie assai ricercata essendo ritenuta, a ragione, una specialità gastronomica. Viene raccolta appena germogliata e si consuma fresca o preferibilmente conservata sott'olio o in agrodolce, come ottimo antipasto. L'utilizzo della specie è particolarmente diffuso in alcune vallate del Trentino, in particolare in Valle del Chiese e in Val di Ledro. La raccolta indiscriminata ha però condotto alla rarefazione locale e alla perdita di alcune stazioni della specie e quindi è stata regolamentata a partire dal 2006, con il limite di 2 chilogrammi al giorno a persona e limitazione dell'orario di raccolta dalle 7 alle 19. Allo scopo di tutelare la specie in natura e garantire la reperibilità per la ristorazione sono da tempo state avviate sperimentazioni di coltivazione che hanno avuto esito positivo, a condizioni di essere nelle corrette condizioni microclimatiche. Oggi il radicchio dell'orso è disponibile in vivaio, si può mettere a dimora e iniziare la raccolta dei primi germogli dopo il terzo anno di impianto.



## LA SCHEDA L'ASPARAGO DI MONTE

Nome scientifico: *Aruncus dioicus*

Nome popolare: Asparago di monte o Barba di capra



La barba di capra è un'erbacea perenne, assai diffusa nei boschi, che fiorisce all'inizio dell'estate con i caratteristici pennacchi bianchi che hanno suggerito il nome comune. È una specie vigorosa, con grandi rizomi, che sviluppa fusti alti anche due metri, che poi persistono secchi con i residui dei frutti fino all'anno successivo. Le foglie sono composte (pennatosette in termine tecnico), lunghe, picciolate e con margine seghettato. I fiori sono molto piccoli, di colore bianco-crema, raccolti in lunghe infiorescenze a pannocchia che poi diventano pendule a maturazione. I germogli spuntano molto presto in primavera, sono carnosi, consistenti e di colore bianco-rossastro, per poi crescere ed assumere toni verdastri. È a questo livello che la specie è conosciuta come "asparago di monte", anche se non ha alcuna relazione botanica con gli asparagi. La specie, di sapore amarognolo, è assai ricercata e spesso raccolta in modo esagerato, senza tener conto delle norme esistenti e di regole di buon senso che suggeriscono la raccolta di non più di uno-due germogli per pianta, per non stressare esageratamente il rizoma, magari in luoghi diversi di anno in anno. L'asparago di monte si utilizza fresco, scottato ed aggiunto a frittate o risotti oppure in conserva sott'olio come contorno. Va però sottolineato come il consumo della specie sia possibile solo ai primi stadi di sviluppo, senza inverdimento, con il quale entra in gioco un glucoside tossico che può avere gravi conseguenze. I consigli quindi, come per altre specie di utilizzo tradizionale, sono i seguenti: conoscenza, prudenza e moderazione nella raccolta. Anche la barba di capra si può coltivare e spesso sono state realizzate delle "asparagiaie" negli orti di montagna o in porzioni di esso, trapiantando e poi diffondendo i rizomi.







L'erbario della Valle del Chiese.

con il fondamentale contributo da parte dei curatori nelle varie discipline naturalistiche del Museo Civico di Rovereto e del Museo Civico di Storia Naturale di Brescia, che proseguono ancora oggi.

Molto importante a livello locale l'opera di sensibilizzazione all'uso delle piante officinali da parte dei **frati Cappuccini del convento di S. Gregorio di Condino**, ai quali si deve senza ombra di dubbio un crescente interesse ed una aumentata conoscenza degli utilizzi delle varie specie. Ancora oggi, come eredità di tali insegnamenti, molte persone fanno consueto uso di **verga d'oro** (*Solidago virgaurea*), **uva orsina** (*Arctostaphylos uva-ursi*), **alchemilla** (*Alchemilla sp.pl.*), anche se le specie più conosciute ed apprezzate rimangono **l'iperico e l'arnica**, quest'ultima riportata anche nello **stemma araldico del comune di Praso**. Tale stemma raffigura tre fiori d'arnica d'oro – simbolo delle tre Ville dell'antica comunità e dell'attività di coltura di piante medicamentose – posti in un triangolo azzurro, che rappresenta il "Doss dei Morc", contro uno sfondo d'argento.

### L'erbario oggi

Nell'ambito del progetto europeo "SY\_CULTour - l'orto dei rimedi", l'Ecomuseo della Valle del Chiese, in collaborazione con il circolo pensionati "Giulis", ha realizzato l'**Erbario del Chiese**, esposto al pubblico per la prima volta nel corso delle festività natalizie 2013-2014, che stimola la riscoperta della varietà botanica di questo territorio. L'erbario illustra, attraverso un'ottantina di teche, la varietà di piante ed erbe che popolano i boschi della Valle del Chiese. Dal rinomato "Radicchio dell'orso" all'Asparago di montagna, alle specie dalle proprietà più curiose, un viaggio alla scoperta del ricco patrimonio botanico custodito dalla valle.

### Un erbario cos'è?

La parola erbario ha un doppio significato, può indicare una raccolta di piante essiccate, come pure un luogo dedicato alla conservazione e allo studio di tale materiale. La botanica nasce anticamente come attività di riconoscimento dei piante alimentari e medicinali, che già gli autori greci e latini descrissero nelle loro opere. All'interesse

pratico si affianca presto quello della conoscenza pura: le piante, anche se non sempre “utili”, vengono raccolte e descritte basandosi sulle caratteristiche morfologiche di fiori, frutti, foglie, radici. La botanica si sviluppa sempre più e, con il progredire degli studi sorge l'esigenza di conservare, descrivere e poter facilmente consultare il materiale raccolto. Nascono così i primi erbari. Fra i più antichi vi sono quelli figurati (come il prezioso Erbario di Trento, di fine '400) in cui, accanto alla descrizione botanica, compaiono splendide illustrazioni.

### Un erbario perché?

L'erbario, oltre ad essere un documento di grande valore storico e scientifico da esporre come memoria del passato e come base dei programmi educativi, è

considerato oggi un mezzo insostituibile per la ricerca storica e botanica. Esso costituisce spesso l'unica fonte consultabile per le specie estinte, in via di estinzione, vulnerabili e rare, localizzate nelle diverse aree geografiche. L'erbario permette inoltre il confronto tra esemplari della stessa specie provenienti da diverse località. Un Herbarium sviluppa e mantiene collezioni per corsi sulla flora locale, l'orticoltura, la botanica sistematica, gli studi forestali, ecc. Non bisogna poi dimenticare l'importanza dei campioni d'erbario (exsiccata) per studi biogeografici, oltre che come documenti storici che approfondiscono l'uso tradizionale delle varie specie e delle essenze spontanee nella cultura locale. Realizzare a più mani un erbario è anche un ottimo motivo di socializzazione e confronto.



Genziana puntata. Nella pagina a fianco consolida.







## PERCORSI ALLA SCOPERTA DELLE ERBE



**A**ndar 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.

## PERCORSO NATURALISTICO IN VAL DAONE

Lunghezza: 3 km / Dislivello: 200 metri / Tempo: 3 ore

Il Percorso storico naturalistico Valle di Daone rappresenta una sorprendente occasione di scoperta non solo del sottobosco, ma anche della straordinaria varietà vegetazionale della Valle del Chiese. L'itinerario inizia dalla piana di Pracul (925 m s.l.m.), supera lo storico ponte in pietra di Manoncin, e conduce nella rilassante oasi di Manon (1.100 m s.l.m.) attraverso l'antica strada ciottolata. Ad accogliere il visitatore un'eccezionale punto panoramico, dal quale è possibile ammirare una buona fetta di Valle del Chiese. Da questo punto privilegiato si possono osservare i resti dei camminamenti e delle trincee della Grande Guerra. Scendendo poi lungo la stradina forestale di Lert-Malga Nova, si giunge alla primitiva "Grotta dei Ciclopi", in località Plana (1.080 m s.l.m.), da sempre rifugio dei montanari e oggetto di racconti e leggende. Prima di chiudersi, l'anello del percorso, lungo il quale si scoprono anche numerose varietà di vegetazione, attraversa la radura di Gincà nave (960 m s.l.m.) dove si trova un curioso museo geologico all'aperto.

### Appunti sulle erbe

Lungo il percorso è possibile osservare numerose specie officinali  
*Achillea millefolium* L., *Allium ursinum* L., *Ajuga reptans* L., *Arctium lappa* L.,  
*Aruncus dioicus* L., *Asperula odorata* L., *Carum carvi* L., *Echium vulgare* L.,  
*Equisetum arvense* L., *Equisetum pratense* L., *Equisetum hyemale* L., *Eupatorium*  
*cannabinum* L., *Fagus sylvatica* L., *Filipendula vulgaris* Moench, *Galium verum* L.,  
*Geranium robertianum* L., *Heracleum sphondylium* L., *Hypericum maculatum* Crantz,  
*Leucanthemum vulgare* Lam., *Malva sylvestris* L., *Myrrhis odorata* (L.) Scop., *Oxalis*  
*acetosella* L., *Peucedanum ostruthium* (L.) Koch, *Plantago major* L., *Polygonum*  
*bistorta* L., *Polypodium vulgare* L., *Prunella vulgaris* L., *Rumex acetosa* L., *Salvia*  
*pratensis* L., *Sanguisorba minor* Scop., *Taraxacum officinalis* L., *Timo* sp.pl., *Urtica*  
*dioica* L., *Valeriana officinalis* L.







Dall'alto in senso orario: felce dolce, *Echium vulgare*, tarassaco, equiseto.  
Nella pagina a fianco panorama sulla diga di Bissina - Val di Daone.

## LA FORESTA NASCOSTA DI CASTEL ROMANO

Lunghezza: 2 km / Dislivello: 100 metri / Tempo: 2 ore

Dal parcheggio che si trova presso il Consorzio Turistico Valle del Chiese, a lato della strada statale del Caffaro, si sale verso Cologna, un piccolo borgo di circa 150 abitanti, seguendo la stradetta che limita il paese dai campi e dai prati, arrivando ad un vecchio lavatoio nei pressi di un edificio costruito sul rio del Luf. Un tempo era un mulino molto utilizzato dagli abitanti del paese per macinare le granaglie. Percorriamo un tratto acciottolato, poi una scalinata e, svoltando a destra, continuiamo a costeggiare il rio; dopo pochi metri troviamo un altro bivio e, questa volta, seguiamo il sentiero a sinistra che sale, sale, e che porta nel vivo della foresta di Castel Romano. Il sentiero è agevole ed il panorama appare da subito interessante: alberi, fiori e, se siamo fortunati, animali (il tasso, il capriolo, lo scoiattolo, la volpe, le lepri e tanti altri animali di minori dimensioni, come le arvicole e vari insetti). Lungo il piacevole tragitto sono molte le specie di alberi che si incontrano: il **salicone**, piccolo albero dalla corteccia liscia e grigia, che contiene, come quelle degli altri salici, la **salicina, usata nell'industria farmaceutica**. Più dimesso incontriamo il **corniolo**, alberello alto sino a 5-7 metri, sovente a portamento arbustivo, dai fiorellini gialli che si aprono prima della comparsa delle foglie. Con i suoi frutti, le corniole di colore rosso scarlatto, si preparano **marmellate, succhi e gelatine**. Anticamente questi frutti venivano conservati in salamoia, proprio come le olive. Ci colpisce l'imponenza del maestoso **faggio**, che può raggiungere i 30-35 metri di altezza con diametro oltre il metro e mezzo e arrivare ai 300 anni d'età. La sua chioma è densa e globosa e in autunno assume un caratteristico colore rossastro molto suggestivo. Per alcuni animali del bosco di Castel Romano sono molto importanti le **faggiole**, i frutti del faggio, ricchi di sostanze nutrienti. Con esse i bisnonni preparavano un olio usato per l'alimentazione. Continuiamo a salire dolcemente e proprio vicino ad un **Carpino bianco** c'è un bivio dove ci viene alle narici il gradevole profumo di **Ciclamini**; abbassando lo sguardo ne vediamo una macchia nel sottobosco, che incanto di colore! Poi l'**erba trinità** dai fiori bianchi e violetti, la **rosa di Natale**, l'**erica**, ed altri fiori ancora. Se proseguiamo dritto si incontrano l'**abete rosso**, il **sambuco**, il **pino silvestre**, il **noce**, se invece svoltiamo a sinistra entriamo nel cuore della foresta di Castel Romano. Tanti carpini neri, l'edera sempreverde abbraccia stretti, stretti, l'orniello, arbusti di ginepro e sanguinello, e ancora il ciliegio, il cerro ed il larice. Arriviamo alla terrazza dalla quale si può osservare l'intero paesaggio della Valle del Chiese, ricca della preziosa acqua che qui, fin dagli anni '50, gli uomini utilizzano particolarmente con alta tecnologia ed ingegno. Siamo ormai a due passi da Castel Romano, l'antica fortezza dimora dei conti Lodron, antica famiglia nobile della quale si narrano suggestive leggende di intrighi e passioni che vi invitiamo a scoprire lungo il percorso.

### Appunti sulle erbe

Lungo il percorso è possibile osservare numerose specie officinali:

*Achillea millefolium* L., *Ajuga reptans* L., *Artemisia vulgaris* L., *Bellis perennis* L., *Calamintha nepeta* (L.) Savi., *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus., *Carpinus betulus* L., *Cornus mas* L., *Corylus avellana* L., *Fragaria vesca* L., *Hedera helix* L., *Helleborus niger* L., *Humulus lupulus* L., *Juglans regia* L., *Larix decidua* Miller., *Ostrya carpinifolia* Scopoli., *Plantago lanceolata* L., *Plantago major* L., *Polypodium vulgare* L., *Populus tremula* L., *Rosa subcanina* (H. Crist) Dalla Torre et Sarnth.,





*Rubus idaeus* L., *Rubus fruticosus* L., *Rumex acetosa* L., *Primula veris* L., *Pinus sylvestris* L., *Picea abies* (L.) H. Karsten., *Salvia pratensis* L., *Sambucus nigra* L., *Sanguisorba minor* Scopoli, *Symphytum officinale* L., *Taraxacum officinale* Weber., *Tussilago farfara* L., *Urtica dioica* L.



Dall'alto in senso orario: il fascino leggendario di Castel Romano, *Helleborus niger* viola, rosa canina.

## ERETICI, STREGHE, ERBORISTE: IL SENTIERO DEL RIO CAINO

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

Un viaggio a ritroso nel tempo che narra di lavori artigianali, storia ed eresie: è il Sentiero Etnografico del Rio Caino di Cimego. Tra boschi e prati, la **cultura contadina e gli antichi mestieri** ad essa legati rivivono a testimonianza della vita quotidiana di un popolo, del suo lavoro e dell'intatta simbiosi con la natura e il paesaggio che esso ha saputo stabilire e mantenere nel tempo. Il percorso inizia con la passerella sospesa sul fiume Chiese e segue la valle del Rio Caino con i suoi opifici: la fucina, il mulino, la segheria e continua con la "calchera", il tradizionale "poiat" e numerose bacheche che descrivono e soprattutto mostrano gli attrezzi dei lavori tipici della montagna. Si passa poi per luoghi leggendari, come l'**alcova di Fra' Dolcino e Margherita**, eretici vissuti a Cimego fra il **1300 e il 1303**, ed il fiabesco **orto della Strega Brigida**, nel quale sono state raggruppate le diverse erbe officinali utilizzate dalla "strega", realmente vissuta a Cimego intorno al 1470. Ma il tracciato del sentiero conduce anche a testimonianze legate alla storia più recente della Valle: la zona, che fu fronte italiano della Grande Guerre, ripropone infatti **camminamenti militari e trincee**, oltre a due **cannoni** che dal 1914 al 1918 fronteggiarono l'esercito austro-ungarico. Raggiunta la parte più alta del cammino si trova infine **Malga Caino** che, ristrutturata per essere punto di accoglienza e ristoro per turisti ed escursionisti, rappresenta un valido esempio dell'architettura rurale dei secoli scorsi, ospitando un **piccolo museo degli attrezzi da lavoro utilizzati in montagna**. Il sentiero, immerso in un ambiente rilassante e caratterizzato da boschi misti di conifere e latifoglie, permette anche di attraversare una delle aree faunisticamente più intatte della zona, in cui è ancora possibile imbattersi in caprioli e cervi, o udire il canto di molte specie di uccelli.





### Appunti sulle erbe

Lungo il percorso è possibile osservare numerose specie officinali:

*Ceterach officinarum* DC., *Equisetum arvense* L., *Polypodium vulgare* L., *Juniperus communis* L., *Abies alba* Miller, *Pinus mugo* Turra (agg.), *Berberis vulgaris* L., *Anchusa officinalis* L., *Cynoglossum officinale* L., *Echium vulgare* L., *Symphytum officinale* L., *Humulus lupulus* L., *Sambucus nigra* L., *Saponaria officinalis* L., *Achillea millefolium* L., *Artemisia vulgaris* L., *Carlina acaulis* L., *Eupatorium cannabinum* L., *Leucanthemum vulgare* Lam., *Matricaria chamomilla* L., *Solidago virgaurea* L. subsp. *virgaurea*, *Taraxacum officinale* Weber, *Tussilago farfara* L., *Cornus mas* L., *Corylus avellana* L., *Alliaria petiolata* (Bieb.) Cava et Grande, *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus, *Nasturtium officinale* R. Br., *Hippophae rhamnoides* L., *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Sprengel, *Fagus sylvatica* L., *Geranium robertianum* L., *Hypericum perforatum* L., *Juglans regia* L., *Ajuga reptans* L., *Calamintha nepeta* (L.) Savi, *Mentha suaveolens* Ehrh., *Origanum vulgare* L., *Prunella vulgaris* L., *Salvia pratensis* L., *Stachys officinalis* (L.) Trevisan, *Thymus* spp., *Anthyllis vulneraria* L., *Galega officinalis* L., *Medicago sativa* L., *Melilotus officinalis* (L.) Pallas, *Lythrum salicaria* L., *Oxalis acetosella* L., *Plantago major* L., *Rumex acetosa* L., *Primula veris* L., *Agrimonia eupatoria* L., *Amelanchier ovalis* Medicus, *Alchemilla xanthochlora* Rothm (agg.), *Aruncus dioicus* (Walter) Fernald, *Crataegus monogyna* Jacq., *Filipendula vulgaris* Moench, *Fragaria vesca* L., *Malus domestica* Borkh., *Prunus domestica* L., *Prunus mahaleb* L., *Prunus spinosa* L., *Rosa subcanina* (H. Crist) Dalla Torre et Sarnth., *Rubus hulmifolius* Schott, *Rubus ideaeus* L., *Sanguisorba minor* Scop., *Galium verum* L., *Verbascum thapsus* L., *Angelica sylvestris* L., *Daucus carota* L., *Pastinaca sativa* L., *Urtica dioica* L., *Valeriana officinalis* L., *Verbena officinalis* L., *Allium ursinum* L.,

Nella pagina fianco: cicoria di campo, frutti di biancospino e la magia del Rio Caino di notte.

## L'ORTO DEI RIMEDI E LE ERBE DEI BOSCHI

Il recupero della memoria sugli antichi utilizzi delle erbe è uno dei cardini del progetto SY\_CULTour. Nell'Ecomuseo della Valle del Chiese il tramandare delle conoscenze è passato di famiglia in famiglia e, nella zona di Condino, attraverso il contatto con il sapere erboristico dei frati cappuccini del monastero, in cui fu novizio anche il profondo conoscitore delle erbe Padre Atanasio da Grauno. È stato quindi naturale realizzare nei pressi di Condino, in loc. Mon, presso l'Agritur Casa Essenia, un campo sperimentale di coltivazione di specie officinali, denominato "L'orto dei rimedi", realizzato in collaborazione con il circolo pensionati "Giulis". L'orto ha una dimensione di circa 200 m<sup>2</sup>, vi sono state messe a dimora 26 specie tra officinali ed alimurgiche: timo, santoreggia, origano, rosmarino, marrubio, salvia, monarda, malva, levistico, ruta, erba cipollina, rabarbaro, borraggine, finocchietto, tarassaco, piantaggine, silene, camomilla, calendula, fiordaliso, achillea, lavanda, iperico, menta, melissa, lippia.

L'utilizzo della struttura, oltre che a fornire utili indicazioni per chi volesse cimentarsi nella coltura delle piante officinali, serve come base per l'organizzazione di attività di campagna che si inoltrano, con la guida di esperti, all'interno del territorio dell'Ecomuseo, alla ricerca delle specie officinali dei prati e dei boschi.



Silene, monarda, celidonio e un mix di aromatiche.





## IL LAGO D'IDRO E LE MERAVIGLIE BOTANICHE DI CIMA TOMBEA

Il comune di Bondone potrebbe essere definito il “paese delle erbe”, perché il suo territorio è stato ed è **profondamente studiato da botanici ed erboristi** alla ricerca di preziosità floristiche. Una visita ideale di questa favolosa area naturalistica, da compiere spostandosi da un sito all'altro in automobile e successivamente inoltrandosi a piedi, inizia dal **Biotopo del Lago d'Idro**, residuo di ambiente umido di fondovalle, ove sorgono alcune specie rarissime incluse persino nella Lista Rossa provinciale. Visitato il biotopo e le splendide rive del lago, la tappa obbligata è sicuramente **Castel San Giovanni**, l'illustre residenza lodroniana costruita a picco sul lago e dalla quale si gode lo spettacolo mozzafiato del lago d'Idro. Per i più curiosi ed appassionati, il viaggio può proseguire nel grazioso **borgo di Bondone** dove Angelo, dell'Azienda agricola “La contadina” si è specializzato nella raccolta e trasformazione di piante selvatiche di interesse alimentare, come il famoso “Radic de l'ors”, gli asparagi di monte ed il tarassaco. Insieme a lui è possibile visitare un campo didattico dedicato alle erbe officinali posto in un colle a quota 1.100 m s.l.m. Salendo ancora si entra nel vero e proprio paradiso dei botanici. I **pascoli di Malga Alpo** con le loro splendide fioriture, e la Bocca di Cablone, raggiungibile attraverso l'antica viabilità militare, sono sicuramente degli ambienti di altissimo pregio naturalistico. Apice di questo ricchissimo viaggio naturalistico è **Cima Tombea**, luogo che ha visto il passaggio di numerosi illustri scopritori degli endemismi di queste montagne. Il luogo è un hot spot, un **sito unico per ricchezza e diversità floristica a livello dell'intero arco alpino**. Un luogo da visitare in tutta calma e con occhio attento e curioso, alla scoperta anche delle numerose specie officinali di montagna.



*Dactylorhiza maculata* e *Platanthera bifolia*.





## TURISMO A TUTTA NATURA

**L**a Valle del Chiese racchiude in sé tante emozioni e varietà di paesaggi compresi fra due estremi, passando dai 200 agli oltre 3.400 metri di quota, dai campi coltivati e l'atmosfera rurale ai ghiacci perenni e le guglie alpine. In mezzo un mondo fatto di boschi, di cascate, di baite, di malghe, ma anche di insediamenti dell'uomo, in ogni caso rispettosi di un ambiente che – in Valle del Chiese – è davvero al centro. Questo territorio è la Porta del Trentino per chi proviene da sud-ovest ed esprime con i suoi boschi, i suoi borghi storici, le sue montagne la **carta d'identità di una terra che sa trasferire aspetti di grande autenticità, nelle persone, nei prodotti tipici, nella natura rigogliosa e nelle emozioni che sa dare.** Una terra che attraverso la sua varietà ci racconta tante storie: da quelle fatte di agricoltura e di prodotti rurali nel fondovalle, al lavoro del legno nei boschi; da quelle legate a doppio filo con i fiumi ed i torrenti che narrano di pesca e antichi opifici a quelle tragiche di una guerra mondiale combattuta sui crinali a più di 2.000 metri di quota, di cui questa Valle porta ancora vivide testimonianze. È attraverso queste storie che vive un territorio, come un fil rouge che lega indissolubilmente montagne e laghi, boschi e fiumi, campi e borghi costruiti dall'uomo.

Soggiornare nel territorio dell'Ecomuseo della Valle del Chiese significa poter scegliere fra una gamma di opportunità di ospitalità diffusa. Dai piccoli alberghi, affittacamere, agriturismi, bed & breakfast, campeggi, appartamenti, rifugi e ostelli, ai numerosi ristoranti dove gustare sapori locali.

Il catalogo delle strutture, maggiori informazioni e prenotazioni sono disponibili presso l'ufficio del Consorzio Turistico della Valle del Chiese e sul sito internet [www.visitchiese.it](http://www.visitchiese.it).



## **CONSORZIO TURISTICO VALLE DEL CHIESE**

Fraz. Cologna, 99 – 38085 Pieve di Bono (TN)

Tel. 0465 901217 – Fax 0465 900334

info@visitchiese.it – [www.visitchiese.it](http://www.visitchiese.it)

SKYPE: visitchiese.it – fb Visitchiese

SCOPRI DI PIÙ SULL'ECOMUSEO:  
ITINERARI, VISITE GUIDATE ED EVENTI  
TI ATTENDONO!

---

### **Ecomuseo della Valle del Chiese - Porta del Trentino**

via Baratieri, 11 – 38083 Condino (TN)

Tel. 0465 622137 – Fax 0465 621720

info@ecomuseovalledelchiese.it – [www.ecomuseovalledelchiese.it](http://www.ecomuseovalledelchiese.it)

facebook: Ecomuseo Valle del Chiese

Youtube ch.: EcomusVallelChiese

Fra le strutture che hanno aderito al progetto “L'ORTO DEI RIMEDI” ricordiamo:

### **AGRITUR CASA ESSENIA di Toniatti Maria Grazia**

via Mon, 8 – 38083 Condino (TN)

info@casaessenia.it – [www.casaessenia.it](http://www.casaessenia.it)

### **AZIENDA AGRICOLA LA CONTADINA di Rigacci Angelo**

via G. Giusti, 12 – 38080 Bondone (TN)

info@lacontadinabondone.it – [www.lacontadinabondone.it](http://www.lacontadinabondone.it)



## LE NORME DA SEGUIRE

### NORME DI TUTELA E CONSERVAZIONE PER LA RACCOLTA DI PIANTE SPONTANEE

---

**L**a 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 dioicus</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

#### Bibliografia:

Dalla Fior G., 1926 - *La nostra flora*. Trento, Monauni (IIa ed.1962, III ed. 1969).

Cappeletti F., 1966 - *Dalle erbe la salute. Piante medicinali dell'arco alpino*. Trento, Publilux.

Zuin M. C., 2010 - *Piante alimurgiche del Veneto. Riconoscerle, coltivarle e gustarle*. Treviso, Grafiche Antiga spa,

Reuther F., Reuther H., 1984 - *Guida alle piante officinali delle Alpi*. Zanichelli, Bologna.

Guarino R., Sgorbati S., 2004 – *Guida botanica al Parco Alto Garda Bresciano*. Pisa, Tipolitografia Bongi.

Silvia Vernaccini, *Piante e Erbe nelle Dolomiti*, Artimedia, Trento, 2003

#### Siti di riferimento:

[www.ecomuseovalledelchiese.it](http://www.ecomuseovalledelchiese.it)

[www.trentinoagricoltura.it/it/SC/2448/Aree\\_Tematiche.html](http://www.trentinoagricoltura.it/it/SC/2448/Aree_Tematiche.html)

[www.piantoefficinali.org/](http://www.piantoefficinali.org/)

[www.sycultour.eu/](http://www.sycultour.eu/)

[www.inherba.it/index.php](http://www.inherba.it/index.php)

[www.actaplantarum.org/index.php](http://www.actaplantarum.org/index.php)

[www.piantespontaneeincucina.info/index.html](http://www.piantespontaneeincucina.info/index.html)

[www.traditionalandwild.eu/en/](http://www.traditionalandwild.eu/en/)

[www.fairwild.org/standard](http://www.fairwild.org/standard)

[www.ecomusei.trentino.it](http://www.ecomusei.trentino.it)

[www.visitchiese.it](http://www.visitchiese.it)

#### Ringraziamenti

La presente pubblicazione è frutto di uno sforzo collettivo, che ha visto impegnati nel reperimento della documentazione così come nella stesura dei testi e nelle fasi di ricerca, numerosi soggetti che hanno investito il loro tempo in questa preziosa opera e più in generale hanno dato una fattiva mano a realizzare quello che sembrava essere quasi un'utopia. Dall'ufficio per le Produzioni biologiche della Provincia Autonoma di Trento, che attraverso il suo personale ed i suoi collaboratori ci ha regalato l'opportunità di aderire al progetto, ai volontari che in Valle hanno accolto con entusiasmo questa iniziativa pluriennale, dagli esperti che ci hanno accompagnato in questo percorso di ri-scoperta delle nostre tradizioni, agli operatori che sul territorio hanno visto in questo progetto un'opportunità di crescita professionale; senza dimenticare la Rete degli ecomusei del Trentino, luogo di incontro e scambio, che ci ha permesso di crescere attraverso il dialogo ed il confronto. L'Ecomuseo della Valle del Chiese intende quindi ringraziare tutte queste persone e dedicare loro questa piacevole guida che auspichiamo dia la possibilità, a chi ancora non li conosce, di apprezzare il paesaggio, il territorio, la cultura della Valle del Chiese.



finito di stampare:  
gennaio 2014