

# Cesoia & Rastrello di M&M Luglio usiamo la Calendola semplice e preziosa

Inviato da Marista Urru  
giovedì 14 luglio 2011

Le calendole sono notoriamente piante rustiche e senza pretese, non tutti ne conoscono le proprietà che le rendono utilissime, eppure le nostre nonne ne conoscevano segreti e poteri che usavano con perizia. Ora l'industria è baluardo fra noi e la natura, le proprietà di questo fiore sono quindi ingabbiate in belle confezioni, saponi, bagni schiuma, ma non è la stessa cosa.

Conoscere meglio questa pianta che nasce spontanea nell'areale del mediterraneo, nota ed apprezzata da greci e romani e forse di antichissima origine atzecca, non sarà male.

Cominciamo dal nome, o meglio dai nomi, ne ha collezionato moltissimi nel tempo.

I Greci che son poeti, immaginarono che quel fiore semplice eppure tanto appariscente, fosse la incarnazione di una ninfa bellissima, tale Caltha, che innamoratasi, come tante, del bel dio sole, chiese di essere trasformata in un fiore che volgesse dall'alba al tramonto il capo verso il sole. I Romani più sbrigativi, tradussero la particolarità del fiore nel nome Solsequium, seguace del sole, poco romantico, ma questa era la loro natura: non perdevano troppo tempo in queste storie d'amore vipparole.

Naturalmente nel tempo la fantasia popolare si è sbizzarrita nel dare un nome a questo fiore rustico e diffuso sui nostri prati: Fiorrancio, fiore d'ogni mese, fiore di San Pietro, fiore dei cappuccini e chi sa quanti altri, il nome che le è rimasto, calendula, si rifarebbe alle calendae, primo giorno di ogni mese, vista la sua particolarità di fiorire in ogni mese dell'anno, anche in inverno se non troppo rigido. Ippolito Pizzetti nella sua enciclopedia su fiori e piante, suggerisce di usarla soprattutto per fioriture primaverili, il caldo porta a fiori più piccoli e di colori meno brillanti.

Il terreno sarà fresco, sciolto, anche se dicono che va bene qualsiasi

terreno, vista la sua propagazione in natura anche su prati ghiaiosi. Personalmente ho esperienza di calendole sofferenti a causa del mio terreno argilloso e duro. Per avere buoni risultati lo ho dovuto preparare in anticipo, smovendolo, aggiungendo un po' di torba, sciogliendolo al massimo e curando che l'acqua non ristagnasse.

Malattie,

una altra favola diffusa su questa pianta è che non si ammali, balla, anche le piante rustiche si ammalano, le mie al momento sono sotto attacco della cicaletta, e non ne stanno uscendo affatto bene, inoltre sensibili alla umidità, prendono con una grande facilità funghi e anche, come tutte, i pidocchi e magari se il caldo è intenso anche il ragnetto.; insomma, niente illusioni, se le volete in giardino, dovete curarle, guardarle e controllarle come tutte, non fanno sconti a nessuno.

In

compenso da primavera ad inizio inverno e in zona temperata anche un po' oltre, avrete fiori che se vorrete potrete usare in mille modi: freschi in insalata, la colorano e le danno un leggero gusto di amaro, che non guasta; i boccioli pare siano ottimi se trattati come i capperi, o ancora, potete usare i suoi petali per dare colore ad un risotto, se vi manca lo zafferano.

Visto

che siamo in estate, se avete preso troppo sole e volete provare una ricetta antica, dedicatevi a prepararvi un impacco lenitivo, disarrossante che vi assicuro, vi stupirà, ricetta:

Impacco disarrossante

10

grammi di petali, 100 gr di acqua, mettete in un pentolino e fate bollire a recipiente coperto e fiamma bassa per almeno 10 minuti, filtrate il decotto, che userete per impacchi, come si fa con la camomilla, sul viso, sul collo come rilassante, io lo ho anche usato per lenire scottature da esposizione al sole sulle gambe, mi ha fatto benissimo.

Maschera emolliente

In

profumeria le proprietà di questa pianta vengono usate, come già scritto, è un toccasana per pelli secche, fragili e sensibili, per farci da sole una maschera emolliente ed idratante, partiamo dal decotto, ma stavolta in 100 gr di acqua mettiamo 20 gr di foglie e facciamo bollire per mezza ora, a fuoco bassissimo, avremo una mucillagine gelatinosa.. poco attraente forse, ma pulitela delle foglie, aiutandovi con una pinzetta se mai, e piano piano versatevi amido di riso, fino ad ottenere una pappa omogenea che possa essere spalmata sul viso, anche nella zona intorno agli occhi, concedetevi una ventina di minuti di puro relax sdraiate e serene , risciacquate con acqua tiepida, io la ho provata quasi per gioco, ma è ottima.

**Impacchi**  
per palpebre

**Solito**  
pentolino con 100 gr di acqua bollente, 10 gr di fiori e 10 di foglie , metteteli in una tazza, versate l'acqua bollente, coprite e lasciate riposare per circa 10 minuti, filtrate con un colino a maglie strette, l'infuso è ottimo per impacchi sugli occhi stanchi , e esercita azione rilassante nella zona intorno agli occhi, disinfiamma e attenua i gonfiori, le faamose borse sotto gli occhi