

FAMIGLIA: Asteraceae

GENERE: *Echinaceae*

SPECIE: *purpurea*

MORFOLOGIA

Pianta erbacea, perenne, può raggiungere i 100 cm di grandezza dall'inconfondibile aroma di limone. Le foglie sono di medie dimensioni, di colore verde chiaro quelle più giovani scuriscono con la crescita, rugose al tatto, sono opposte e provviste di peluria, hanno forma ellittica e margine seghettato. I fiori sono bianchi di forma tubolare, il frutto è formato da 4 acheni.

PROPRIETÀ

Oggi come in passato la melissa viene utilizzata nella cura delle emicranie e delle nevralgie, associata a camomilla e fiori di tiglio è un ottimo calmante, viene anche usata per gli stadi di eccessiva emotività, nei dolori spastici addominali e per regolare il ciclo femminile. Inoltre ha un'azione tonica e stimolante dell'organismo.

PARTI USATE

Vengono utilizzate fresche le foglioline giovani nelle insalate, come aromatizzante e digestivo nelle bevande e nei cocktail. Mentre sono usate le foglie e le sommità fiorali fatte essiccare.

IMPIEGO

Infuso, infuso vinoso, vino di melissa, tintura.

MELISSA



ECOLOGIA

Specie spontanea in tutta l'Italia, predilige luoghi freschi e ombrosi.

CURIOSITÀ

La melissa è una pianta officinale conosciuta fin dai tempi antichi, gli arabi già nel X secolo la consideravano un ottimo tonico del corpo e della mente, in grado di allontanare tristezza e malumore. Il nome melissa deriva dal greco e significa "ape", i suoi fiori molto profumati sono apprezzati da questi insetti sociali, si dice infatti che vicino ad un'arnia non deve mai mancare una piantina di melissa.