

FAMIGLIA: Umbrelliferae

GENERE: *Levisticum*

SPECIE: *officinale*

MORFOLOGIA

Il Sedano di montagna è una pianta erbacea perenne con fusto eretto alto fino a 2 metri. Le foglie sono pennatosette divise in segmenti romboidali dentati al margine. I fiori giallognoli sono riuniti in ombrelle. I frutti sono degli acheni ellittici e muniti di costole.

PROPRIETÀ

Questa pianta ha diverse proprietà tra le più importanti ricordiamo l'azione depurativa e digestiva, fa aumentare l'appetito, ha un effetto carminativo (aiuta a eliminare gas intestinali) e diuretico. Aiuta nella cura dei reumatismi e dei dolori al fegato e alla milza.

PARTI USATE

Le foglie vengono raccolte durante il periodo vegetativo e utilizzate fresche. Le radici devono essere estirpate in autunno, lavate, tagliate a pezzi ed essiccate. I fiori vanno tagliati a maturazione, essiccati, per poi raccogliere i semi sbattendo i piccoli frutti.

IMPIEGO

Aromatizzare cibi, bevande, liquori, dolci, tisane, tintura venosa, decotto.

SEDANO MONTANO



ECOLOGIA

In Italia è presente allo stato selvatico nelle regioni settentrionali alpine, la fioritura avviene tra luglio ed agosto, ama terreni ricchi di sostanza organica e sfugge i luoghi con inverni troppo rigidi.

CURIOSITÀ

Il nome "*levisticum*" deriva dal latino "*levare*" che significa alleviare, riferito alle sue proprietà curative e calmanti. Questa pianta era già nota nel medioevo per le sue virtù, spesso veniva usata dai pastori che la sfregavano sul mantello di cavalli e asini per allontanare tafani e mosche. Usata da sempre in cucina per insaporire minestrone, pesce, torte e marmellate.