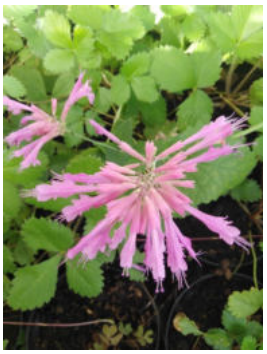
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Abroma augusta – Cotone del diavolo Officinale, medicina ayurveda indiana; Perenne,temperatura minima + 15°C esposizione sole o mezz'ombra.
	Acanthus Mollis - Acanto Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le foglie ornamentali basali con la loro perfetta simmetria venivano usate fin dall'antichità come modello e ispirazione per la tipica decorazione colonnare della scultura greca. Le foglie e le radici sono astringenti, detergenti, emollienti. Tradizionalmente veniva usato come trattamento per le articolazioni slogate e per le ustioni. Una pasta prodotta dalla pianta veniva applicata su un'articolazione slogata, tende a normalizzare i muscoli e i legamenti interessati, rilassandoli. Le foglie schiacciate sono state usate come impiastro per lenire ustioni e scottature.
	Achillea Ageratum - Tè di Madeira conosciuta anche come Mace (la parte esterna delle noce moscata), è una pianta perenne rizomatosa che resiste alle basse temperature; predilige un terreno esposto al sole. Produce dei fiorellini di colore giallo.
	ACHYRANTHES BIDENTATA - NIU XI Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. I decotti della radice e del rizoma sono indicati nella medicina tradizionale cinese per la cistite dolorosa, le mestruazioni dolorose, la ritenzione urinaria, le tensioni nella parte bassa della schiena. Lo stelo della pianta viene utilizzato come uno spazzolino da denti che si dice sia buono per i denti ed è anche un trattamento per la piorrea.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Acmella Oleracea - crescione del brasile pieno sole o mezzombra. Risulta perenne in climi miti o se protetta dal freddo. L'Acmella oleracea ha un interessante sapore che si sviluppa lentamente dal dolce al salato, poi più velocemente si trasforma in una sensazione di piccante pungente fino a creare un leggero intorpidimento della bocca. E' possibile realizzare un valido repellente per gli insetti e un antiparassitario. L'acmella oleracea ha un'azione mucolitica, favorisce la digestione e ha un effetto anestetico
	Acorus Calamo - Calamo aromatico Predilige ambienti molto umidi e si adatta bene in qualsiasi tipo di terreno. Non teme il freddo, anzi è una pianta che patisce il caldo e che deve essere ombreggiata durante la stagione calda. Resistente alle basse temperature. Aroma fragrante di frutta, le foglie profumate possono essere utilizzate per la preparazione di dolci. Il calamo aromatico secondo la medicina alternativa viene utilizzato come coadiuvante naturale anche nei casi di coliche, mal di stomaco, flatulenza, eczemi e problemi del fegato.
	Acorus Gramineus - Piccolo calamo alla liquirizia **(chi chang pu)** Pianta biologica, rustica/perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Resistente al gelo, terreno umido. Cucina tailandese e vietnamita. Usato nella medicina cinese usato soprattutto per le sue proprietà medicinali.
	Adonis aestivalis – Adonide estiva **Pianta perenne, esposizione sole o mezz'ombra.** Secondo la leggenda greca, questa pianta velenosa dal rosso sangue al nero ha avuto origine nel sangue di Adone. Adone era così bello che Afrodite si innamorò di lui. Per gelosia fu ucciso da Ares, dio degli inferi. Durante l'assassinio il sangue di Adone toccò il suolo e da esso nacque l'Adonis aestivalis. La pianta molto velenosa un tempo era usata come rimedio per il cuore come la digitale.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Aegopodium Podagraria - Castalda Pianta rustica/perenne resistente al gelo ama l'ombra e il fresco. Il suo sapore ricorda molto il sedano. Le foglie giovani e i teneri germogli sono usati anche in insalata, o per preparare salse. Sia cotte che in insalata sono particolarmente indicate come accompagnamento dei piatti di pesce.
	Agastache Anethiodora - Menta anice Resiste alle basse temperature, esposizione sole. Questa meravigliosa e profumata pianta ricorda sia l'anice per il tocco speziato che la menta per freschezza e d'estate è estremamente rinfrescante bevuto fresco. Le foglie di anice menta sono tenere e gradevoli e si possono utilizzare anche fresche, come erba aromatica. Pianta che attira api e farfalle nel vostro giardino. L'anice menta ha proprietà balsamiche . Secondo la tradizione popolare il tè per dare sollievo dai crampi mestruali.
	Agastache aurantiaca Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Fiori arancio per tutta l'estate; è molto amata dalle api. Le foglie ei fiori possono essere preparati per un rinfrescante tè alla menta.
	**Agastache Cana** Pianta rustica perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra, raggiunge un altezza di 1 metro circa. In Messico viene utilizzata per tenere lontane le zanzare. L'aroma delle sue foglie ricorda molto la cannella. E' una pianta molto amata dalle api.
	Agastache pallidiflora neomexicana

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Resiste alle basse temperature, esposizione sole, raggiunge un altezza di 1 metro. Una piccola Agastache con fiori tozzi dal New Mexico. Era usata da molte tribù indiane del Nord America come pianta da condimento. I profumati fiori rosa e le foglie profumate alla menta possono essere utilizzati anche per rinfrescare i tè. Molto amata dalle api.
	Agastache rugosa -Menta coreana - Issopo coreano Resiste alle basse temperature, esposizione sole. Pianta imponente originaria dell'Asia orientale, a lunghissima fioritura, aromatica e amata dalle api; strofinando o schiacciando le foglie ovali, emette un profumo di liquirizia e anice molto fresco e intenso. La menta coreana è comunemente usata nell'erboristeria cinese, dove è considerata una delle 50 erbe fondamentali.
	Agerato celestino- Ageratum houstunianum
	Agrimonia Eupatoria La pianta di Agrimonia eupatoria o Erba di San Guglielmo è una pianta che può crescere in luoghi aperti e soleggiati e è resistente al gelo. La pianta di Augrimonia eupatoria è utilizzata in floriterapia tra i fiori di Bach per la ricerca della pace interiore e dell'armonia. C'è chi utilizza le cime per tingere i capelli di un colore giallo vivo. L'Augrimonia viene impiegata in campo cosmetico per la realizzazione di prodotti adatti al trattamento di irritazioni della pelle e per i capelli grassi. Può essere utilizzata per preparare **té e tisane** dal gusto amarognolo.
	Ajuga reptans – Spinacio tappezzante, bugola Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra,

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	bella fioritura viola. Contiene ingredienti attivi dell'artiglio del diavolo. La pianta è astringente e amara. Il fiore è comunemente usato fresco in unguenti e oli medicati.
	Alchemilla vulgaris Pianta resistente alle basse temperature, posizione sole o mezz'ombra, altezza 30 cm. Hanno un sapore tendente all'amarognolo che si abbina molto bene con: lattuga, indivia, radicchio rosso, scalogno e rucola. Le foglie essicate possono venire aggiunte ad infusi di tè, soprattutto quello verde. Conferiscono un aroma leggermente speziato. L'Alchemilla è una pianta nota per le proprietà sedativo-antalgiche,
	Alkanna tinctoria Pianta rustica/perenne sempreverde, tintorea le sue radici contengono pigmenti di colore rosso; in India è utilizzata come colorante alimentare.
 	Cipolla Egiziana - Allium Cepa viviparum pianta perenne, resistente alle basse temperature, posizione sole o mezz'ombra. La cipolla egiziana è molto resistente al freddo ed è facile da coltivare.
	Allium Schoenoprasum - Erba cipollina In cucina è utilizzata come elegante sostituto sia dell'aglio sia della cipolla proprio per il suo sapore più delicato e digeribile. Non sopporta la

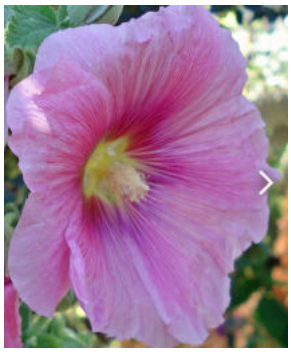
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	lunga cottura e viene perciò utilizzata per lo più cruda, unendola ai cibi solo verso la fine. Molto usata per insaporire verdure, salse, vellutate zuppe, consommé, burro, formaggi teneri etc.
	Allium Tuberosum - Erba aglina - Aglio cinese L'aglio cinese è un'erba aromatica perenne. L'aglio cinese è molto usato nella cucina orientale, dove viene usato nell'impasto di ravioli e frittelle, e aggiunto a diverse ricette di verdure saltate.E' comunque possibile usarlo in qualunque tipo di ricetta, come guarnizione in piatti di pasta, per insaporire delle salse o in tartine e sandwiches. La pianta è antibatterica, depurativa, digestiva.
	Allium Ledebourianum – Porro giapponese Porro giapponese per sushi e sashimi. Pianta rustica perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Molto facile da coltivare. Le foglie vengono aggiunte alle insalate o utilizzate come aroma nelle zuppe ecc. Il sapore ricorda le cipolle selvatiche e l'erba cipollina con un pizzico di aglio. Il fiore viene anche utilizzato come contorno nelle insalate. Il succo della pianta viene usato come repellente per le tarme. Si dice che l'intera pianta respinga insetti e talpe.
	Allium Vineale – Erba porro Pianta rustica perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra, di facile coltivazione; nei periodi caldi la pianta può sparire completamente per ritornare quando è più fresco. Una tintura viene utilizzata per prevenire vermi e coliche nei bambini. Viene usato come sostituto dell'aglio. Si dice che l'intera pianta respinga insetti e talpe. Il succo della pianta può essere strofinato su parti esposte del corpo per respingere insetti pungenti, scorpioni ecc.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	ALOE ARBORESCENS L'Aloe è una pianta conosciuta fin dall'antichità dai grandi poteri curativi, ingrediente principale della ricetta dello sciroppo di aloe di Padre Zago. Temperatura minima + 2°C.
	Aloe vera Temperatura minima + 2°C.
	Aloysia Polystachya - Menta Argentina Parte utilizzata le foglie aroma di menta e frutta tropicale matura. Pianta perenne, temperatura 0°C, posizione sole. Possiede proprietà ansiolitiche, digestive e un incredibile sapore mentolato,
	Alpinia Officinarum - Piccola Galanga, Zenzero Tailandese La galanga non resiste al gelo; pianta perenne, temperature + 10°C, posizione ombra oppure in inverno come pianta da appartamento.

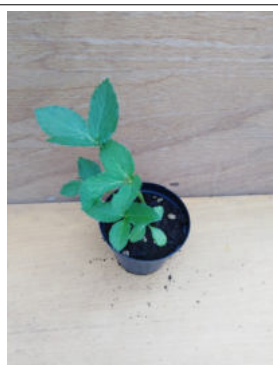
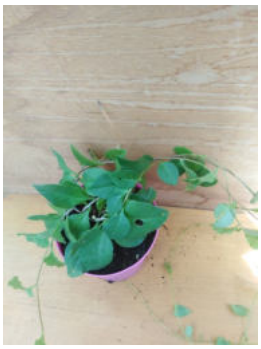
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Althaea officinalis v. nigra Resistente alle basse temperature, posizione sole, altezza supera i 2 mt. Bellissimi fiori viola/nero. In passato era coltivato in campo per ottenere una tintura rossa dai fiori. Proprietà emollienti, lenitive un efficace rimedio nella cura dei disturbi delle vie respiratorie, come tosse e raffreddore.
	Althaea officinalis – Altea Pianta perenne, resistente alle basse temperature, posizione sole o mezz'ombra. Proprietà emollienti, lenitive un efficace rimedio nella cura dei disturbi delle vie respiratorie, come tosse e raffreddore ; in caso di mal di gola e irritazioni della bocca come ascessi, stomatiti e gengiviti.
	**Althaea Rosea – Malvarosa** Resistente al freddo, altezza 180cm; ha proprietà espettoranti, emollienti e lenitive. Molto decorativa.
	Amberboa moschata - Fiordaliso profumato al cioccolato Pianta annuale originaria del Medio Oriente. I suoi fiori profumano di cioccolato.
	Amaranthus Sanguineus – Amaranto Pianta Tintoria, commestibile, annuale, altezza 100 cm circa.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Ammi Majus Visnaga - Erba dei vescovi Pianta annuale, esposizione mezz'ombra o ombra. Da migliaia di anni questa pianta viene utilizzata come pianta medicinale, la sua presenza attrae insetti utili. **Curiosità** La pianta è conosciuta nei vari paesi dell'area mediterranea come erba cura denti, in quanto i raggi della infiorescenza, che hanno un leggero sapore aromatico, sono usati come stuzzicadenti.
	Anchusa Azurea Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. L'Anchusa azurea è una pianta molto gradita alle **API**. I suoi fiori si possono aggiungere alle insalate, con le sue tenere foglie si possono preparare risotti e aggiungere alle frittate.
	Anchusa officinalis - ancusa - Buglossa comune Pianta perenne resistente al gelo. Nella medicina popolare è usata come espettorante per tosse e catarro contiene alcaloide pyrrolizidin leggermente velenoso. Dalle sue radici si ottiene un colore rosso.
	Anemopsis californica – Yerba Mansa Pianta medicinale perenne degli indiani del sud-ovest del Nord America, esposizione pieno sole, terreno umido è una pianta palustre L'Anemopsis ha proprietà antibatteriche, antimicrobiche, antinfiammatorie, antimicotiche, nel trattamento della candidosi vaginale Una tintura del rizoma è usata per il raffreddore, l'artrite.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Anethum Graveolens – Aneto E' una pianta annuale, esposizione sole, altezza 100cm. I semi sono un rimedio domestico comune e molto efficace per una vasta gamma di problemi digestivi. In cucina viene utilizzato come condimento per insalate, ecc. I suoi usi principali sono forse la produzione di aceto di aneto e come aroma nei cetriolini sottaceto, utilizzato in pane, zuppe e condimenti per insalate. Curiosità: se aggiunto agli insetticidi ne aumenta notevolmente l'efficacia.
	**Angelica arcangelica** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. La sua altezza supera i 2mt. Nella medicina popolare veniva usata per bruciore allo stomaco, gas intestinale, perdita di appetito, ha effetto riequilibrante per nervi e stomaco, per la tosse e influenza. Tutte le parti della pianta sono molto aromatiche, le giovani foglie possono essere aggiunte nelle insalate, zuppe e i suoi steli canditi. Curiosità: contro il mal d'auto masticare un pezzetto di radice.
	**Anredera cordifolia - Vite di Madeira** Pianta rustica/perenne.Rampicante. Usata nella medicina tradizionale cinese, in molti paesi è molto più apprezzata per i suoi valori culinari e medicinali oltre che per la sua bellezza e il dolce profumo dei fiori, è ampiamente usata al giorno d'oggi come verdura sia le foglie che il tubero, nella medicina popolare cinese viene usata rimedio per le infezioni, ferite, problemi al fegato e altri disturbi.

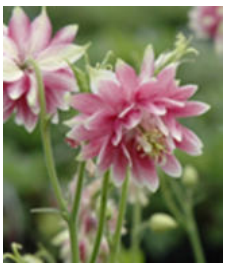
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Anthemis Nobilis – Camomilla romana Nella medicina popolare veniva usato come rimedio per l'apparato digerente, sedativa, per tosse e bronchiti, febbre e raffreddore, infiammazioni della bocca. Curiosità: può essere anche usata come concime liquido per piante, è efficace contro una serie di malattie fungine delle piante.
	Anthemis Nobilis v. ligulosa – Camomilla romana fiore doppio Nella medicina popolare veniva usato come rimedio per l'apparato digerente, sedativa, per tosse e bronchiti, febbre e raffreddore, infiammazioni della bocca. Curiosità: può essere anche usata come concime liquido per piante, è efficace contro una serie di malattie fungine delle piante.
	Anthemis tinctoria – Camomilla dei tintori Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. La camomilla dei tintori è antispasmodica, diaforetica, le foglie strofinate su punture di insetti. Dai suoi fiori si ottiene un colore giallo. Pianta apistica e decorativa.
	Anthriscus cerefolium – cerfoglio Pianta annuale che si autosemina, esposizione sole o mezz’ombra. E’ un buon rimedio per risolvere la digestione e si dice che sia utile nel trattamento della scarsa memoria e della depressione mentale . In cucina le sue foglie fresche vengono aggiunte nelle insalate o utilizzate come aromi in cibi cotti come zuppe e stufati. Un sapore aromatico delicato che ricorda l'anice. **Curiosità:** Si dice che la pianta in crescita respinga le lumache.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	ANTHYLLIS VULNERARIA – pianta cicatrizzante Erbacea rustica/perenne, nei tempi antichi largamente impiegata nella medicina popolare come cicatrizzante naturale. Durante il periodo Medievale, la Vulneraria era considerata un "**erba miracolosa"** in grado di accelerare la guarigione delle ferite e di proteggere dal malocchio sia le persone che il bestiame.
	Antirrhinum majus Bocca di leone Una bella pianta perenne dal fiore edule per decorare il tuo giardino e i tuoi piatti.
	Aptenia cordifolia (Mesembryanthemum cordifolium) - Erba cristallina – pianta di ghiaccio Pianta perenne, teme il gelo temperatura minima -5°C, esposizione sole. Pianta succulenta dallo sviluppo molto vigoroso dalla bellissima fioritura rosa/lilla che dura per tutta l'estate. Le giovani foglie e i suoi fiori ricchi di proteine sono aggiunti nelle insalate. Fiore edule.
	Aquilegia Vulgaris "alba" Pianta rustica perenne, aquilegia dai fiori bianchi. Decorativa
	Aquilegia vulgaris Pianta rustica perenne, aquilegia dai fiori viola scuro. Decorativa

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	**Aquilegia vulgaris stellata plena Nora Barlow** Pianta rustica perenne, aquilegia dai fiori doppi color rosa. Decorativa
	Aralia cordata – Udo – Asparago giapponese Pianta commestibile rustica/perenne dal Giappone. In Giappone i suoi germogli sbiancati dal sapore che assomiglia al sedano sono una prelibatezza. Usata in Cina come pianta medicinale e sostitutiva del ginseng per i suoi effetti antitumorali, tonici e digestivi .
	Arctium lappa – Bardana Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una tra le erbe disintossicanti più importanti della medicina cinese. Dalle radici si può fare un tonico per i capelli. Le radici sono verdure ben note nella cucina giapponese. Estratti di radice medicinali e unguenti sono usati nell'eczema, nella purificazione del sangue e nelle ulcere.
	Armoracia rusticana – Rafano – Cren Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. La pianta è un potente stimolante, controlla le infezioni batteriche, antisettica, espettorante, raffreddore, febbre, influenza, un panino con della radice di rafano è un rimedio per la febbre da fieno. In cucina la radice viene usata per preparare una salsa e ha un sapore piccante.

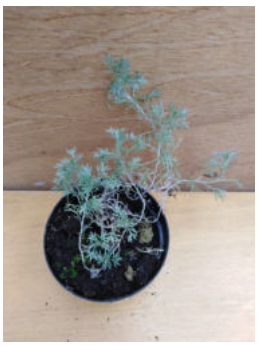
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Arnica chamissonis Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra, questa specie cresce bene anche a bassa quota ed è molto facile da coltivare ed ha la stessa efficacia medicinale dell'arnica montana.
	Aronia Melanocarpa Pianta rustica/perenne resistente al gelo, è un arbusto di medie dimensioni, i suoi frutti sono commestibili e ricchi di proprietà. I suoi fiori attirano le api. Dai frutti vengono ricavati succhi, marmellate, salse. Vengono anche impiegati per produrre coloranti naturali (rosa intenso).
	Artemisia abrotanum – Abrotano – Coca cola Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole, una pianta che incuriosisce molto i bambini per il suo profumo di coca-cola, viene utilizzata nell'orto perchè è un buon repellente per mosche e parassiti delle piante è anche utilizzata per fare amari digestivi. I giovani germogli possono essere bruciati per togliere gli odori di cucina dalla casa; le foglie strofinate sulla pelle tengono lontane gli insetti. Nella medicina popolare veniva usata per i vermi, per abbassare la febbre, antisettica.
	Artemisia absinthium – Assenzio Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Questa pianta è utilissima nell'orto, si prepara un macerato contro grillotalpa e gli afidi, pianta consigliata in consociazione al ribes rosso altrimenti piantarla agli angoli dell'orto perchè non tollera la vicinanza di molte piante e tende a rallentarle. Un macerato di assenzio è un ottimo rimedio contro insetti indesiderati e lumache; si può usare sia la pianta fresca che secca, si mette a macerare la pianta in un secchio o contenitore d'acqua mescolando una volta al giorno per sei giorni circa, poi si filtra e si diluisce 1:2.
	Artemisia Alba – Artemisia bianca Pianta rustica perenne, resistente al gelo.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Se sfiorata la pianta emana un profumo dolce e fruttato. Con i giovani germogli si fanno dei tè aromatizzati. Ha un'azione antiparassitaria.
	Artemisia Cana – Artemisia argento – Salvia indiana Pianta biologica, rustica/perenne, esposizione sole. Questa pianta viene bruciata e usata nelle cerimonie di purificazione. Gli indiani dello stato del Montana usano le infusioni della pianta come tonico generale - anche per i capelli - e le lesioni della pelle.
	Artemisia Caucasica – Assenzio gentile
	Artemisia Dracunculus – Dragoncello tedesco Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una varietà particolarmente robusta e allo stesso tempo aromatica. Le foglie si possono aggiungere anche alle zuppe, essendo una pianta digestiva viene usata nei cibi grassi. Nella medicina popolare viene usato per stimolare l'apparato digestivo, contro i vermi intestinali.
	Artemisia Dracunculus v. Sativa – Dragoncello Francese Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Aroma molto più delicato rispetto a quello tedesco. E' noto per il suo sapore pungente di anice.

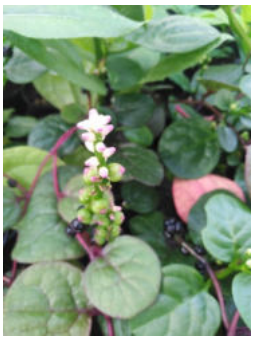
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	**Artemisia Frigida – Artemisia siberiana** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Erba medicinale delle donne indiane del Nord America con un forte aroma. Un tè dai rami dovrebbe aiutare con i crampi mestruali e il raffreddore. Gli indiani Hopi usano la pianta come una fumigazione per la disinfezione delle stanze. Nella medicina popolare un infuso delle foglie viene usato contro la tosse, raffreddore,indigestione. La pianta può essere usata come repellente contro gli insetti sia fresca che secca, bruciando le sue foglie su un fuoco da campo aiuta a tenere lontane le zanzare.
	Artemisia Ludoviciana – Assenzio di Louisiana L'Artemisia ludoviciana è una pianta perenne resistente al gelo. In Messico viene impiegata in cucina come condimento, per salse e sughi oltre che essere utilizzata come rimedio naturale.
	Artemisia Vulgaris – Assenzio selvatico Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare veniva usata per disturbi mestruali, trattamento dei vermi, apparato digerente, antibatterica ecc. In cucina sono usati per dare colore e aroma ai gnocchi di riso (Mochi). La pianta fresca o essiccata respinge gli insetti, un tè della pianta è un buon insetticida.
	Aruncus dioicus – Asparago selvatico Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. La radice applicata sulle punture di api, un tè usato esternamente va bene per alleviare piedi gonfi e articolazioni reumatiche. In cucina vengono usati i giovani germogli come gli asparagi.
	Asclepias Tuberosa - Pianta delle farfalle Una pianta rustica di facile coltivazione caratterizzata da grandi fiori arancioni che attirano le farfalle. Le **proprietà espettoranti e anti - infiammatorie** sono contenute nella radice.

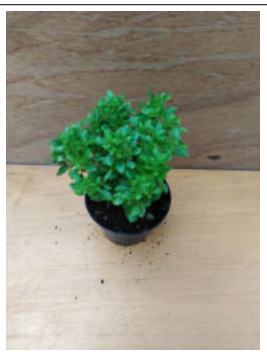
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Asparagus officinalis L'Asparago viene usato in fitoterapia ad uso interno per le sue proprietà: diuretiche, depurative, sedative, cardiotoniche e lassative. I *turioni* si raccolgono quando sporgono 8 - 10 cm dal terreno, senza strappare, con un apposito coltellino.
 	Asphodeline lutea – asfodelo giallo Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Pianta alimurgica della quale viene usato in cucina i giovani gambi, ha un gusto simile al carciofo, viene raccolta prima della fioritura; non va consumata cruda. Nella medicina popolare veniva usata dai pastori per curare ferite e piaghe degli animali, veniva raccolta e pestata la radice.
	Astragalus Membranaceus – Astragalo – Huang qi Importante pianta nella medicina cinese per molti usi, La radice gialla viene utilizzata principalmente per rinvigorire l'energia Qi (Chi) (il 'Qi' è la forza vitale)

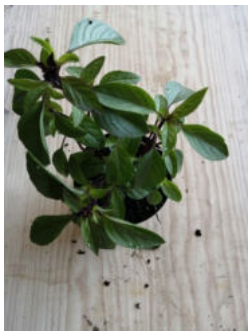
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Atriplex Halimus – Pianta del sale Pianta biologica, perenne resistente al gelo, esposizione sole. Le foglie possono essere consumate crude o cotte, hanno un sapore leggermente salato.
	Bacopa Monnieri – Pianta della memoria Pianta perenne (clima mediterraneo + 8°C) esposizione sole o mezz'ombra. Pianta usata nella medicina tradizionale indiana, questa pianta aiuta la memoria, ansia e il disturbo da deficit di attenzione e iperattività (ADHD), migliora le prestazioni mentali e la capacità di concentrazione.
	Ballota pseudodictamnus - Pianta dei lumini Pianta perenne, esposizione sole. Questa pianta veniva usata come stoppino nelle lampade ad olio. Le sue foglie sono morbide e grigie è una bellissima pianta ornamentale per il giardino, fioritura appariscente rosa, pianta apistica.
	**Basella Alba - Spinacio di Malabar** Pianta perenne (clima mediterraneo + 10°C) esposizione sole dal portamento rampicante. Ottimo per fare gli strangolapreti!!! Le foglie sono ricche di vitamine, proteine e minerali hanno la struttura e il gusto delle alghe.

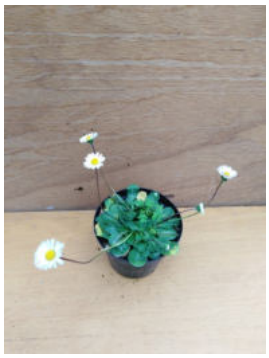
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Basilico africano - Ocimum kilimanjaricum x basilicum 'Purpurascens' Questo basilico è una varietà perenne da tenere ad una temperatura di + 12°C, esposizione sole o mezz'ombra; pianta molto produttiva e vigorosa e per le sue foglie viola/verde è anche una bellissima ornamentale. Nella medicina popolare un tè viene usato per favorire il sonno ed aiutare la digestione. Il suo profumo è molto intenso, viene usato nella cucina thailandese, si può fare anche un pesto buonissimo, piatti mediterranei, nelle insalate, pomodori, sulla pizza. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.
	Basilico Cannella Pianta annuale, esposizione mezz'ombra. Splendida pianta con steli rossi e fiori rosa ha un profumo che assomiglia a un punch caldo; il suo aroma è dolce e intenso. Ottima da aggiungere alle tisane e ai dolci. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.
	Basilico Genovese Pianta annuale, esposizione mezz'ombra. Molto profumato ideale per pesto, tisane, da aggiungere per insaporire piatti e insalate. Attira le api. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.
	**Basilico greco** Pianta annuale, esposizione mezz'ombra. Pianta con foglie piccole molto aromatiche e profumate. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Basilico Limone Pianta annuale, esposizione mezz'ombra. Una varietà di basilico con forte aroma di limone. Fantastico!!!! Per piatti tailandesi, insalate, dolci e tisane. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.
	**Basilico Liquirizia** Pianta annuale, esposizione mezz'ombra. Il suo profumo e sapore è tra l'anice e la liquirizia, è una pianta vigorosa. Ideale per tisane, dolci e per insaporire i piatti.Molto usato nella cucina orientale. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.
	Basilico di Montagna, Basilico Artico - Ocimum sp. Questo basilico è una varietà perenne da tenere ad una temperatura di + 12°C, esposizione sole o mezz'ombra; pianta molto produttiva, vigorosa e resistente, il suo fogliame è di un verde brillante. Aroma molto intenso e adatto a moltissimi piatti. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.
	Basilico Thai Pianta annuale, esposizione sole, Indispensabile nella cucina asiatica. Oltre alle foglie aromatiche, i giovani steli hanno anche un forte aroma, l'aroma è speziato di anice. Il basilico nell'orto se messo vicino ai pomodori li aiuta migliorandone il gusto e lo sviluppo della pianta. Respinge le mosche e le zanzare. Non ama stare vicino alla ruta.

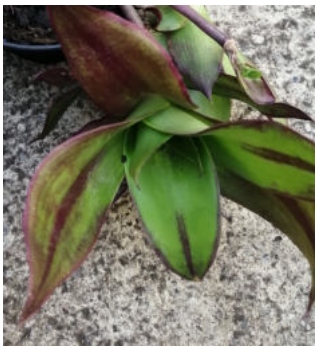
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Basilico Tulsi – Ocimum tenuiflorum La "regina delle erbe" cresce in India come pianta sacra nel giardino di ogni tempio e casa. La casa di un indù sarebbe semplicemente incompleta senza questa erba curativa! Rinforza il sistema immunitario, migliora il metabolismo, aiuta a ridurre lo stress e le tensioni mentali e molto, molto di più.
	Belamcanda Chinensis - Giglio Leopardo Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Importante pianta medicinale cinese contro bronchiti, infezioni alla gola, malattie polmonari, aiuta a far passare il mal di gola mangiare un pezzettino di foglia.
	**Bellis perennis – pratolina** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare i fiori di questa bellissima pianta venivano usati per tosse, catarro, mestruazioni dolorose e pesanti. Un unguento fatto con le sue foglie veniva applicato su ferite e lividi. Un infuso fatto con le sue foglie è un repellente per gli insetti.
	Bergenia crassifolia - Tè siberiano Fiorisce a primavera; il colore dei suoi fiori va dal rosa al bianco. Dalle sue foglie nere, che si trovano sulla pianta sotto la neve dopo un lungo inverno, si ricava il delizioso e famoso tè Altai. La bevanda è un ottimo dissetante, si dice che abbia un effetto rinforzante e scacci la stanchezza. Sia le foglie che i rizomi sono considerati agenti antistress.
	Berlandiera lyrata - Fior di cioccolata Pianta perenne, resistente fino a -10°C, esposizione sole o mezz'ombra. I

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	fiori profumano di CIOCCOLATO!!!!
	Borago officinalis – Borragine La borragine produce dei bellissimi fiori a stella blu, le sue robuste foglie hanno propietà medicinali. I suoi fiori sono commestibili si mettono nelle insalate, come decorazione dei piatti e si trovano spesso canditi per le decorazioni dei dolci. Le foglie hanno un leggero sapore di cetriolo. Si cuociono come gli spinaci o aggiunte agli spinaci, si possono aggiungere alle zuppe di fagioli e piselli, con il pesce o preparare le frittelle di borragine immergendo le foglie nella pastella e friggendole fino a renderle croccanti.
	Bistorta off. Ssp. Officinalis – Poligono dei prati Pianta perenne resistente al gelo. Bellissima pianta decorativa con i suoi fiori rosa, molto amata dalle api. La bistorta ha proprietà astringenti, lenitive, diuretiche, lassative. Le giovani foglie possono essere consumate come spinaci.
	Bulbine Frutescens – Aloe Africana – Coda di gatto Pianta perenne (clima mediterraneo +2°C) esposizione sole. Il gel viscoso delle foglie carnose è usato come l'aloe vera. Esternamente applicato su reumatismi, eczemi, ferite, scottature solari, infezioni della pelle, herpes, punture di insetti.Questa pianta è ideale come "pianta di primo soccorso" per i piccoli graffi quotidiani

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Bunium bulbocastanum - Castagna terrestre Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. La sua radice ha un sapore delizioso simile alle castagne, i suoi semi possono essere usati al posto del cumino, le foglie sono usate come il prezzemolo.
	Calamintha nepeta - Mentuccia romana, nepitella Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare viene usata per tensione nervosa, insonnia, raffreddori, depressione e mestruazioni dolorose. In cucina viene usata per insaporire carni, verdure arrosto e funghi.
	Calendula officinalis La calendula è una delle erbe più facili da coltivare, è stata usata per secoli per curare ferite, ustioni ed eruzioni cutanee. Fiorisce abbondantemente in pieno sole ma tollera anche la semi ombra. I suoi fiori interi possono essere essicati e aggiunti a zuppe e stufati, si possono anche aggiungere al pane, sciroppi, nelle insalate e per decorare i piatti.
	**Callisia Fragrans – Callisia** Pianta perenne, temperatura minima +5°C. Bella pianta ornamentale. Popolare pianta medicinale russa.

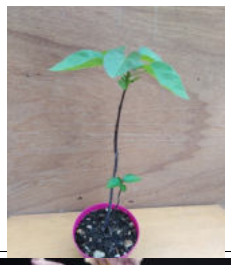
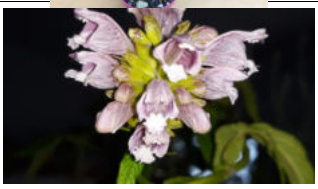
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Calonyction album - (Ipomea alba) - Fiore di luna **Profuma le sere di fine estate!!!** Pianta perenne, dal portamento rampicante originaria del sud America tropicale, la temperatura minima per non perdere le foglie non deve scendere sotto i +10°C, altrimenti può essere svernata anche a temperature inferiori e senza luce ma al riparo dal gelo perdendo però le foglie. Fiorisce a fine estate e i suoi fiori grandi hanno un profumo unico. E' una pianta molto vigorosa che attira le falene.
	Campanula rapunculus – Raperonzolo Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le sue radici hanno un sapore molto buono che assomiglia alle noci, le sue foglie sono ricche di vitamina C, i suoi germogli si possono sbollentare e cucinare come gli asparagi.
	Cappero - Capparis spinosa Le **proprietà** del cappero sono: antispasmodico, aperitivo, detergente, diuretico.
	Capsella bursa pastoris - Borsa del pastore Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' un erba che contiene molta vitamina C è indicata per mestruazioni dolorose. Pianta utilizzata da Maria Treben.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Cardiospermum Halicacabum - Cortisone vegetale Pianta erbacea rampicante annuale, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare le sue foglie venivano messe in olio di ricino da strofinare contro i reumatismi. La radice ha un effetto drenante e leggermente lassativo. Il succo di foglie per mal d'orecchi. Il suo effetto è simile a quello del cortisone, un infuso, sempre con le foglie, è utile per combattere il prurito della pelle.
	Carlina aucalis - Carlina Bianca Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole o mezz'ombra. Un tempo la pianta era molto usata nella medicina popolare come afrodisiaca, nel trattamento di spasmi del tratto digestivo, ritenzione urinaria, disturbi della pelle ecc. I fiori secchi rispondono alla quantità di umidità presente nell'aria e possono essere usati come igrometri.
	Carthamus tinctorius – Cartamo Pianta annuale, usato in molti paesi come sostituto del zafferano per il riso. Chiamato anche falso zafferano. Pianta tintoria, i suoi fiori vengono usati per colorare lana e seta.
	Carum carvi – Cumino Nella medicina popolare veniva usato per problemi digestivi, gonfiore, migliora l'appetito, espettorante, aromatico, per la tosse. In cucina i semi di cumino vengono usati per insaporire pane, insalate, anche le giovani foglie vengono usate nelle insalate e sono più piccanti dei semi. Piantato tra le file di patate tiene lontana la dorifora.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	**Catalpa bignoides** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Diventa un albero. Nella medicina popolare la sua corteccia veniva usata nei tè come antisettico, lassativo, sedativo e vermifugo. Quest'albero ha una forte azione anti-zanzare .
	**Cedronella Canariensis – Balsamo di Gilead** Pianta erbacea, aromatica, semirustica, che raggiunge l'altezza di 1 metro. Tollera molto bene il caldo, teme gli sbalzi bruschi di temperatura (clima mediterraneo) . se la temperatura scende di notte sotto i -1°C, provvedere a ripararla coprendola con del tessuto non tessuto. Parte usata le foglie per infusi,tisane e macedonie, aroma fruttato,fioritura rosata. Per le api. Esposizione sole o mezz'ombra.
	Centaurea Cyanus – Fiordaliso Pianta annuale, esposizione sole. Nella medicina popolare veniva usato come rimedio per gli occhi stanchi. I fiori secchi sono antipruriginosi, antitosse, astringenti, debolmente diuretici, emmenagoghi, oftalmici. I giovani germogli sono commestibili. Le cimette fresche possono essere utilizzate nelle insalate. Sono usati come verdura o contorno. Una tintura blu commestibile è ottenuta dai fiori, utilizzata per colorare lo zucchero. Per le api e farfalle.
	Centaurea montana - Fiordaliso di montagna Pianta perenne resistente al gelo. La centaurea montana ha proprietà astringenti, toniche, diuretiche, antibatteriche. I suoi fiori hanno un profumo delicato. Molto amata da api e bombi.
	Centaurium erythraea – Cacciafebbre Proprietà: amaricanti, aperitive, digestive, febbrifughe, depurative, toniche, cicatrizzanti e antiinfiammatorie. Se utilizzata in un infuso il forte sapore amaro stimola l'appetito e aiuta la digestione, contro acidità di stomaco; se si fa un uso esterno dell'infuso è un rimedio contro i pidocchi. Sempre per uso esterno può essere utilizzata per pulire le ferite e facilitare la cicatrizzazione. Pianta apistica.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Centella asiatica - Gotu Kola La centella asiatica è comunemente usata nella medicina ayurvedica, nella medicina tradizionale cinese e africana. In India si dice che il consumo regolare di 1-2 foglie al giorno in insalata o bevute come tè (il gusto è piacevolmente aromatico) dovrebbe ringiovanire le cellule cerebrali.
	Cestrum nocturnum - Gelsomino notturno Pianta perenne, temperatura minima 0 gradi. Questo arbusto è della famiglia della belladonna. Il profumo dei suoi fiori si sente nelle ore serali e di notte. Pianta decorativa.
	Cestrum Parqui - Palqui Incenso degli sciamani cileni. Sia le foglie che la corteccia di questo arbusto contengono alcaloidi e vengono affumicate a secco in Sud America. Nel Cile meridionale, la pianta sacra viene utilizzata come protezione contro sciamani o stregoni stranieri, nonché per scongiurare il "malocchio" e nelle cerimonie di purificazione. Fiori molto profumati, giallo pallido.
	Chamomilla matricaria - Camomilla comune Pianta annuale che si autosemina, esposizione sole. La camomilla è stata a lungo utilizzata fin dall'antichità per i suoi benefici,per trattare disturbi del sonno, problemi digestivi, antidolorifici e molti altri. La camomilla nell’orto se messa vicino a cavoli e cipolle ne migliora il gusto e lo sviluppo.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Chelidonium majus - Pianta contro le verruche – Celidonia Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' un ottimo rimedio da mettere sulle verruche, si usa il succo giallo degli steli.
	Chenopodium ambrosioides - (Dysphania ambrosioides) - Tè dei gesuiti, epazote Pianta perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Una delle principali spezie in Messico. Eccellente pianta per i fagioli stufati, conferisce a fagioli e legumi un sapore unico, aiuta a migliorare la digestione. Nella medicina Ayurveda viene usata per il trattamento di vermi intestinali, febbre e diarrea.
	Chenopodium bonus henricus - Spinacio selvatico Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Un cataplasma delle foglie viene usato per curare piaghe, bolle e ascessi, la pianta è emolliente, lassativa e vermifuga. In cucina le foglie vengono cotte e mangiate come gli spinaci, in gnocchi e torte salate.
	Choisya Ternata – Arancio del Messico Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra.. Arbusto sempreverde con fiori deliziosi. Il fiore d'arancio messicano è strettamente legato alla specie di agrumi e sempreverde, i fiori appaiono per lo più da maggio a giugno e ci ricordano i fiori d'arancio, questo arbusto è più facile da coltivare rispetto alla maggior parte degli alberi di agrumi.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Chrysanthemum carinatum – Crisantemo carenato Una bellissima varietà di crisantemo per decorare il giardino. Fiore edule.
	Chrysanthemum cinerariaefolium – Piretro La pianta insetticida rustica/perenne dalle mille applicazioni nell'orto o in casa, per eliminare mosche e zanzare, una pianta rustica che può essere coltivata per la preparazione di un insetticida naturale ad ampio spettro. La **coltivazione del piretro** non è solo comoda per la salute dell'orto ma è anche bella da vedere: questa pianta produce numerosi fiori simili a margherite dai petali bianchi.
	Chrysanthemum coronarium - Crisantemo commestibile Pianta annuale, esposizione sole o mezz'ombra. I suoi fiori sono eduli da mangiare in insalata o per decorare i piatti e dalle proprietà medicinali; bellissima in giardino.
	Chrysanthemum leucanthemum - Margherita officinale Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare viene usata contro la tosse e raffreddore cronico. Viene raccolta l'intera pianta, in particolare i fiori, a maggio e giugno e poi essiccato per un uso successivo. Esternamente è usato come una lozione su lividi, ferite, ulcere e alcune malattie cutanee. Un decotto di fiori e steli secchi è stato usato come lavaggio per le mani screpolate.
	Chrysanthemum morifolium, Ju Hua crisantemo da tè cinese Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Un bellissimo crisantemo con fiori bianchi, grandi con il centro giallo. Il tè al crisantemo è una delle bevande più popolari in Cina, ha un sapore delizioso e aromatico. I fiori sono pronti per essere raccolti quando si aprono. si dice aiuti contro la febbre, il mal di testa e l'ipertensione. Gli infusi dei capolini vengono usati come impacchi per gli occhi mentre sono ancora caldi su occhi infiammati e stanchi.

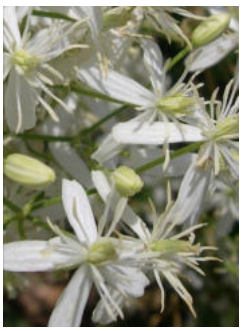
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Chrysanthemum parthenium - Partenio, maresina Pianta rustico/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una pianta per tutti quelli che soffrono mal di testa!!!! se assunta regolarmente ha un ottimo effetto anti-emicrania. Fiori e foglie sono antinfiammatorie, sedative, vermifughe, per punture di insetti, artrite, raffreddore e febbre. In cucina viene usata in torte salate e frittate ha un gusto amaro. Con i suoi fiori si può fare un buon insetticida, in 1 litro di acqua calda e sapone aggiungere una tazza di fiori, lasciare raffreddare e poi filtrare prima di usarlo.
	Cyclanthera pedata - Korila, melone selvaggio, Caihua, cetriolo Inca Gli sciamani peruviani usavano il cetriolo Inca come rimedio. Oggi, è noto che i frutti sono ipocolesterolemizzanti, antidiabetici e antipertensivi e aiutano a perdere peso. In cucina: i frutti giovani hanno il sapore di cetrioli e possono essere consumati crudi, in salamoia o bolliti. I frutti più vecchi si possono fare ripieni con carne, pesce o formaggio come i peperoncini.
	Cichorium intybus - Cicoria selvatica Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole, bellissima fioritura azzurra. E' una pianta particolarmente importante per il suo effetto tonico sul fegato e sul tratto digestivo, è diuretica, depurativa. In cucina si consumano le sue foglie crude o cotte, hanno sapore amaro.
	Cinnamomum camphora – Canfora E' un albero e raggiunge altezze da 20mt. Un tempo si estraeva l'olio di camphora per allontanare gli insetti.
	Cyphomandra abutiloides – Tamarillo Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole. Ricerche recenti dimostrano che l'intera pianta, anche i frutti hanno una forte azione fungicida. Soprattutto contro Fusarium oxysporum, un fungo che provoca molti danni nel giardino. Le bacche sono di color arancio brillante hanno un sapore migliore quando sono così mature che stanno per cadere, hanno un sapore simile a

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	quello dell'albicocca aspra. Ideale per dolci o muesli.
	Circaea Lutetiana - Erba maga comune Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole. È stato usato per incantesimi sin dai tempi antichi (Kirkea è il nome greco della pianta), si dice che abbia un forte effetto carismatico. Nell'est della Germania, l'erba veniva appesa nelle stalle come protezione contro l'incantesimo.
	Cirsium oleraceum - Cavolo cardo Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Un cardo che non punge, perché ha pochissime spine che possono essere facilmente rimosse prima del consumo. Vengono utilizzate principalmente le foglie tenere cotte prima della fioritura.
	Cistus Incanus – Cisto Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Questa pianta è un'erba aromatica, espettorante e ha effetti antibiotici, riequilibria la flora intestinale, rafforza l'immunità, i metalli pesanti, contro l'invecchiamento cutaneo. Le foglie vengono raccolte alla fine della primavera e all'inizio dell'estate e possono essere essiccate per un uso successivo. Le foglie sono usate come sostituti del tè. Ricca di polifenoli.
	Cistus Ladanifer – Cisto ladanifero Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Fioritura abbondante bianca, la particolare idoneità delle foglie come fissativo (legante per i profumi): le foglie profumano meravigliosamente di rose.

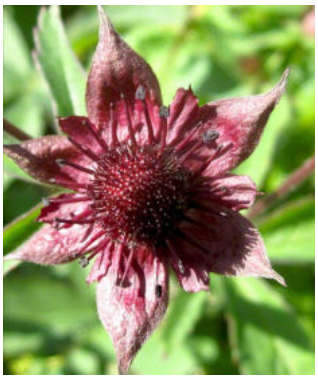
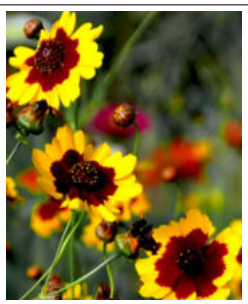
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	**Clematis Flammula - Clematide flammola** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Pianta dai piccoli e bellissimi fiori bianchi a forma di stella con un leggero profumo. BELLISSIMA!!!! Rampicante
	Clinopodium nepeta ssp glandulosum - Erba pepe Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Dal sapore pepato. Per insaporire sughi, legumi, carni bianche e verdure.
	Clinopodium vulgare - Tè degli zingari ungheresi Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta apistica. Chiamato anche Basilico Selvatico. Il **nettare** dei piccoli fiorellini rosa del Clinopodium vulgare attira le **farfalle**, le sue foglie quando vengono strofinate emanano un forte e gradevole profumo misto a menta e basilico. Nella medicina tradizionale veniva impiegata per la sua azione espettorante, antisettica e antispasmodica, aiuta la digestione. Secondo alcune antiche tradizioni esse erano appese ai piedi del letto dei bambini per tenerne lontani gli spiriti maligni o dei mazzolini profumati erano sparsi nelle stanze per togliere i cattivi odori. **In cucina***:* le sue foglie possono essere usate per insaporire le insalate, per fare particolari salse o per ottenerne un leggero thè
	Clitoria ternata Pianta rampicante con fiori molto belli, grandi, blu scuro con macchie più chiare. Semi e radici sono conosciuti in India come lassativo, la radice ha un effetto drenante. In Thailandia, dai fiori si ricava il "tè Anchan" blu, i suoi fiori sono

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	commestibili, li usano per colorare i dolci e li mangiano fritti nel burro. Nella medicina ayurvedica, la Clitoria è considerata un rimedio nervoso, un ansiolitico, un antidepressivo ed efficace contro il diabete. I fiori sono usati anche per tingere i tessuti.
	Cnicus Benedictus – Cardo santo L'erba usata come un tè è un tonico per la debolezza nervosa e l'anemia, per malattie gastrointestinali e disturbi del fegato/cistifellea. Esternamente per la disinfezione delle ferite - grazie all'effetto antibiotico.
	Cochlearia officinalis – Coclearia Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le sue foglie hanno un sapore simile al crescione e possono essere raccolte anche in inverno. La pianta è antiscorbutica, diuretica, disinfettante. Questa pianta era molto usata dai marinai nei loro lunghi viaggi per evitare lo scorbuto. Le sue foglie hanno un alto contenuto di vitamina C.
	Codonopsis Pilosula – Piccolo ginseng – Dang Shen Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Una campanula con effetto ginseng, la radice per l'anemia, l'affaticamento, la perdita di appetito. Dang Shun è un'erba importante nella medicina cinese, è un tonico delicato che aumenta i livelli di energia e aiuta il corpo ad adattarsi allo stress. È un'erba dolce, calda e rilassante che viene presa come tonico energetico. La radice e l'intera pianta sono digestive, galattogene, gastrica e tonica.
	Coix lacryma Jobs - Lacrima di Giobbe Nella medicina popolare il seme, con la buccia rimossa, è antireumatico, diuretico, refrigerante e tonico. Un tè dai semi bolliti viene bevuto come parte di un trattamento per curare le verruche. Il seme cotto ha un sapore delicato, può essere utilizzato in zuppe e

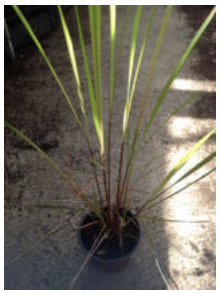
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	brodi.
	Coleus amboinicus - Timo Tanzania Le foglie succulente delle dimensioni di un palmo hanno un caratteristico aroma delicato di timo, tagliare finemente le foglie e unirle a insalate, purè ecc. In inverno viene tenuta come pianta da appartamento. Fiori rosa in inverno. Temperatura minima + 8°C.
	Coleus canin - Erba caccia cani e gatti Pianta perenne a temperatura minima di + 8°C, esposizione sole; l'odore di questa pianta tiene lontani cani e gatti .
	Mentolo - Coleus species Pianta perenne ma da riparare in inverno a + 5 C°, esposizione sole o mezz'ombra; ha un portamento cadente, molto vigorosa e profumata, necessita di poca acqua.
	**Comarum palustre (Potentilla palustris)** Importante pianta medicinale della Lettonia Pianta rustica/perenne resistente al gelo. E' usata principalmente per l'artrite e i reumatismi. Una pianta medicinale con molte proprietà. Dai fiori si può ottenere un colorante rosso. Le foglie possono essere fermentate e utilizzate come sostituto del tè nero. La radice ha un effetto astringente perché contiene molti tannini. Una pianta selvatica originaria della Germania con bellissimi fiori rosso sangue.
	**Coreopsis tinctoria** Dai suoi bellissimi fiori gialli si può ottenere un colorante giallo-arancio. Bella pianta da giardino. Fiorisce in luglio e agosto. Molto usata per le sue proprietà antiinfiammatorie e in campo cosmetico nei profumi.

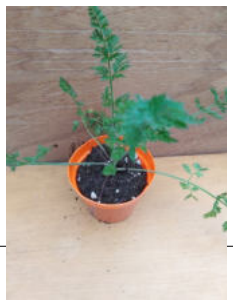
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Coriandrum sativum – Coriandolo Pianta annuale, esposizione sole o mezz'ombra. E' comunemente coltivato in tutte le parti del mondo per le sue foglie aromatiche e semi. Le foglie della pianta sono state storicamente utilizzate nella cucina asiatica, indiana, messicana, spagnolo-americana e mediorientale. I semi di coriandolo sono molto aromatici con un gusto un po 'amaro, e hanno una lunga storia di uso come un importante spezia culinaria. Nella medicina popolare viene usato come antinfiammarorio e antiossidante.
	Coronilla valentina ssp. glauca - Veccia arbustiva Porta la primavera a casa tua in inverno. Un bellissimo arbusto dalla Spagna con fiori rigogliosi e profumati in primavera e talvolta in autunno. La resistenza invernale è fino a -15 ° C. In primavera, fragranze deliziose e incantevoli si diffondono nella casa e nel giardino. In epoca vittoriana (Inghilterra), la veccia arbustiva veniva coltivata come un profumato fiore reciso. Usata nella medicina popolare per i problemi alla prostata.
	Crambe maritima - Cavolo marittimo Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Un cavolo/broccolo perenne!!!! le foglie si possono usare crude o cotte e hanno un piacevole sapore nocciolato, i germogli sbollentati possono essere fatti come gli asparagi. Di questa bellissima e interessante pianta si mangiano i suoi fiori (prima della fioritura) come i broccoli.Fogliame verde smeraldo, attraente. Infiorescenze bianche profumate al miele.
	Crithimum maritimum - Finocchietto marino Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Non solo le foglie, ma anche i gambi e le teste dei fiori gialli sono carnose e succose e possono essere utilizzate come erba aromatica, le foglie erano considerate una prelibatezza nel Medioevo.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	In Spagna e in Grecia ancora oggi noto come spezia di pesce. Una pianta dall'effetto diuretico, digestivo e depurativo; aiuta a perdere peso viene usata in caso di obesità, è ricca di vitamina C.
	Cryptotaema japonica - Prezzemolo giapponese – Mitsu ba Pianta Perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Aroma delicato e molto speciale misto tra sedano e angelica. Si usano steli e foglie ma anche il seme viene usato come condimento. Utilizzate per febbre e raffreddori.
	Curcuma longa – Curcuma Pianta perenne da ritirare l'inverno che diventerà una bellissima pianta d'appartamento. La curcuma è un potente antiinfiammatorio e antiossidante. Usata in cucina come spezia per insaporire i piatti.
	**Cymbopogon - Lemongrass** Pianta molto usata in cosmetica. Molto usata come spezia nella cucina asiatica. Molto buona per fare il tè al gusto di limone. Pianta antizanzare.
	Cynara Cardunculus - Cardo bianco Un ortaggio che depura l'organismo e con molte altre proprietà benefiche.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Cynara scolimus – Carciofo Con le foglie (amare) si fa un tè sono ottime per rafforzare il fegato e stimolare l'attività biliare. Ortaggio usato in molte ricette e per fare l'amaro Cynar. Pianta apistica.
	Cyperus esculentus - Zigolo dolce, mandorla terrestre I suoi piccoli tuberi sono un alimento potente. Già nell'antico Egitto i noduli venivano mangiati e prescritti come rimedio ai disturbi del metabolismo dei grassi, perché abbassano il livello di colesterolo. Il sapore è dolce e ricorda il cocco.
	Dahlia variabilis - Dalia Una bella pianta per decorare il tuo giardino dal fiore edule.
	Datisca Cannabina - Finta canapa In Asia viene usata per la tintura della seta (colore giallo). In India un decotto viene usato come rimedio contro l'artrite. Ha proprietà diuretiche , antipiretiche.
	Datura stramonium - Stramonio I fiori bianchi tipici della datura / tromba d'angelo emanano un profumo molto inebriante e chiaro. Attenzione velenosa!! Era considerata una pianta delle streghe.
	**Daucus carota – Carota selvatica** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una pianta medicinale quasi dimenticata, per fegato, reni e vescica.

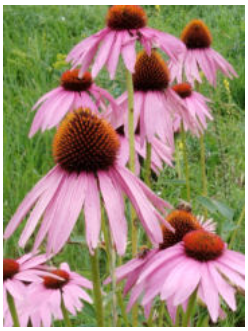
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Dianthus caryophyllus grenadin – Garofano Pianta rustica, perenne resistente al gelo, esposizione sole. Un bellissimo garofano con il profumo dei chiodi di garofano, i suoi fiori sono eduli si possono usare per condire insalate, decorare i piatti o nelle tisane. I suoi lunghi fiori si posso recidere da mettere in vaso.
	Dianthus superbus – Garofano Resistente al gelo, esposizione sole. I suoi bellissimi fiori profumano di lillà.
	Digitale gialla – Digitalis lutea Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. L'aspetto raffinato ed elegante dei fiori di digitale non deve trarre in inganno: proprio per la particolarissima composizione molecolare il suo impiego in fitoterapia è vietato perché tossico. E' una pianta usata anche per il giardino roccioso e alpino, per bordure o per piccole macchie, cresce in pieno sole o mezz'ombra.
	Digitale purpurea Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. L'aspetto raffinato ed elegante dei fiori di digitale non deve trarre in inganno: proprio per la particolarissima composizione molecolare il suo impiego in fitoterapia è vietato perché tossico. E' una pianta usata anche per il giardino roccioso e alpino, per bordure o per piccole macchie, cresce in pieno sole o mezz'ombra.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Digitalis lanata - Digitale greca Pianta rustica perenne resistente al gelo. Fiori bianchi con venature marroni.
	Dioscorea batatas - Radice di luce Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra, dal portamento rampicante. La radice ha il sapore della patata dolce ed è un tonico delicato per perdita di appetito e affaticamento. Per reumatismi, infezioni del tratto urinario e indigestione. Il tubero contiene allantoina, un proliferante cellulare che accelera il processo di guarigione. Le radici possono essere preparate in forno come le patate con un po 'd'olio, rosmarino e salvia. I tuberi possono essere bolliti, cotti, fritti, schiacciati, grattugiati e aggiunti alle zuppe.
	Dracocephalum moldavica – melissa moldavica Dal delicato sapore di limone, ideale per fare il tè. Pianta annuale che si autosemina, adatta anche sul balcone. Pianta apistica.
	Dryopteris filix mas – felce selvatica Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Esposizione ombra. Il rizoma di questa felce veniva usato come rimedio contro la tenia. Le foglie venivano utilizzate esternamente come tintura per artrite e reumatismi.

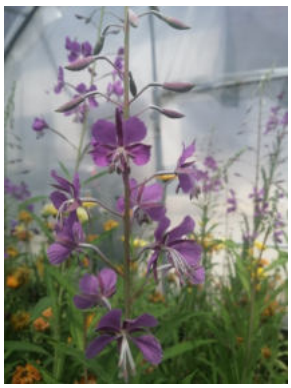
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Duranta erecta "Geisha Girl" – Duranta Pianta perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Temperatura minima + 5°C. I fiori profumano di vaniglia e cioccolato bianco.
	Dysphania ambrosioides - Tè dei gesuiti, epazote Pianta perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Una delle principali spezie in Messico. Eccellente pianta per i fagioli stufati, conferisce a fagioli e legumi un sapore unico, aiuta a migliorare la digestione. Nella medicina Ayurveda viene usata per il trattamento di vermi intestinali, febbre e diarrea.
	Echinacea angustifolia Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Il periodo di fioritura è da giugno a luglio. Le proprietà dell'echinacea sono immunostimolanti, antinfiammatorie, cicatrizzanti, antibatteriche, antifungine e antivirali. Le tribù degli indiani d'America utilizzavano le radici per mal di stomaco, mal di testa, tosse, raffreddore, ferite, ustioni, punture d'insetti.
	**Echinacea pallida** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Aumenta le difese del sistema immunitario, tutte le altre parti della pianta contengono sostanze medicinali. Anche le piante medicinali sono delle bellissime piante da giardino con fioriture meravigliose.
	Echinacea purpurea Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Aumenta le difese del sistema immunitario, tutte le altre parti della pianta

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	contengono sostanze medicinali. Anche le piante medicinali sono delle bellissime piante da giardino con fioriture meravigliose.
	Echium vulgare - Erba viperina Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le foglie e gli steli fioriti sono antitosse, diuretici, diaforetici, afrodisiaci, febbre, mal di testa.
	Elettaria cardamomum – Cardamomo Pianta perenne, teme le basse temperature (+0°C). Le foglie sono deliziose per il tè. Le foglie altamente aromatiche di questa specie hanno il sapore di cardamomo che tende molto alla cannella vengono tagliate in piccoli pezzi o cotte intere per piatti di riso indiani.
	Elsholtzia ciliata - Kinh Gioi - Menta vietnamita Erba molto usata nella cucina vietnamita, sapore amarognolo che ricorda il limone. Usata come spezia, nel sale alle erbe, negli involtini.
	Elsholtzia stauntonii - Menta arbustiva - Cespuglio di spezie cinesi Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra, piccolo arbusto dal portamento simile alla salvia con fiori rosa, aroma forte tra cumino e la menta, le foglie si possono aggiungere a insalate e cetrioli ottimo anche come infuso.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	**Epilobium angustifolium** Una tra le sue molteplici proprietà è la sua azione anti infiammatoria, le sue proprietà sono simili all'epilobium parviflorum. Pianta rustica/perenne non teme il freddo; fiorisce tra fine luglio e i primi di agosto. I giovani germogli possono essere usati come verdura, in insalata e come gli asparagi. Le giovani foglie sono un po' acide e ricche di vitamina C, un erba che scaccia la stanchezza primaverile.
	Epilobium parviflorum - Epilobio Pianta perenne, esposizione sole o mezz'ombra, può diventare infestante. Nella medicina popolare viene usato per problemi alla prostata, ha anche proprietà antibatteriche, antiossidanti e antinfiammatorie. Veniva anche usato per lievi ustioni, lenitivo, detergente e irritazioni della pelle.
	Equisetum arvense - Equiseto - Coda cavallina Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. E' una pianta ricca di silice e vari minerali. La pianta è antisettica, antiemorragica, astringente, diaforetica, carminativa, diuretica ecc. Un macerato di questa pianta è un ottimo fungicida contro le muffe, ruggine e macchie nere sulle rose. Gli steli ricchi di silice possono essere usati per sgrassare il metallo e come carta vetrata, e sempre dagli steli si ottiene un colore rosa.
	Eryngium campestre – Panical Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. La sua radice è diaforetica, diuretica, espettorante, un suo infuso viene bevuto per la tosse. I suoi giovani germogli possono essere mangiati come gli asparagi.

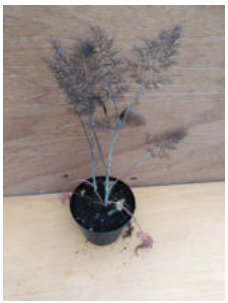
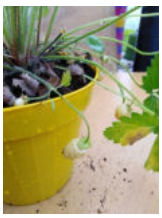
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Erysimum Cheiri – Violaciocca gialla Pianta perenne, esposizione sole o mezz'ombra, cresce fino a 1000 mt slm, bellissimi fiori gialli tra marzo e giugno, i suoi fiori si possono mangiare in insalata o per decorare i piatti; una bella pianta per abbellire il giardino dalle proprietà medicinali.
	Escholthzia californica - Papavero della California Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Fiore estivo di facile coltivazione. Nella medicina popolare viene usato come diuretico, allevia gli dolore, contro tensione nervosa, ansia, insonnia. Il succo delle foglie veniva usato dagli indiani californiani contro il mal di denti.
	Eucommia ulmoides – Du Zhong Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Albero medicinale cinese a crescita rapida. Nella medicina tradizionale cinese la corteccia è considerata uno dei 50 farmaci più importanti. È considerato un ottimo tonico per reni e fegato e ha un effetto ipotensivo e vasodilatatore. Estratti di foglie, corteccia, steli e fiori sono stati usati più recentemente nella medicina naturale occidentale contro il diabete, l'artrite, l'obesità e l'Alzheimer. Le foglie giovani sono commestibili. Tutte le parti della pianta contengono una gomma simile al lattice chiamata guttaperca.
	Eupatorium purpureum- Eupatorio porpora Pianta rustica perenne tintoria. Usata dagli indiani del Nord America per fare un colore rosso. Le foglie ei fiori profumati sono diuretici, per la febbre, diaforetici.
	Euphorbia lathyris - Erba scaccia topi Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Velenosa!! Questa pianta viene piantata nell'orto o giardino per scacciare topi o grillotalpa.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Evodia danielli – Albero del miele Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Questa pianta è chiamata albero del miele perchè è la pianta più produttiva di nettare. Arriva a raggiungere i 10 mt di altezza. E' una pianta con molte proprietà benefiche, nella medicina popolare cinese vengono usati i semi, frutti, foglie per emicrania, disturbi intestinali e dissenteria, il suo polline è antibatterico e antivirale.
	Fagopyrum esculentum – grano saraceno Pianta annuale. In termini di salute è particolarmente prezioso per l'alto contenuto di rutina, un flavonoide che migliora la microcircolazione nei vasi sanguigni. I fiori e le parti verdi della pianta ne sono particolarmente ricchi. Le foglie possono essere mangiate, cucinate come spinaci.
	Fagopyrum cymosum – Spinacio dell'Himalaya - Albero degli spinaci Vegetale gustoso e perenne. Le foglie vengono solitamente mangiate cotte come spinaci saporiti e nutrienti. Pianta erbacea perenne, resiste alle basse temperature. Ha proprietà stimolanti del sistema immunitario, contro ipertensione, antinfiammatoria.
 	Filipendula vulgaris Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole e mezz'ombra. La sua radice è antielmintica, contro i calcoli renali e vermi intestinali. Le sue giovani foglie possono essere aggiunte a zuppe e insalate e la radice può essere consumata cotta. **Filipendula ulmaria - Pianta medicinale magica dei Celti** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' una pianta sacra ai Druidi. Le sue proprietà sono antinfiammatorie, antisettiche, aromatiche, astringenti, diaforetiche, contro diarrea, utile per problemi allo stomaco.I suoi capolini hanno effetto antinfiammatorio dell'aspirina.

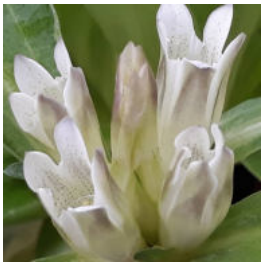
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Foeniculum vulgare – Finocchietto Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta aromatica sia semi che foglie usati per insaporire insalate, piatti di carne, pasta, piatti di pesce. Nella medicina popolare viene usato per bruciore di stomaco, digestione, ritenzione idrica, ecc.
	Foeniculum vulgare subsp. Piperitum Pepe Finocchio I suoi frutti hanno un sapore aromatico e piccante. Utilizzate dai greci per insalate, zuppe e piatti alla griglia. Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Proprietà digestive del finocchietto.
	**Foeniculum Vulgare V. rubrum – Finocchietto bronzo** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Il finocchietto viene utilizzato per aromatizzare carni e pietanze, oltre a sali minerali e vitamine, contiene un'essenza, l'anetolo, che si concentra nei semi e favorisce la digestione, allevia i crampi mestruali e la nausea è utile nei problemi della menopausa.
	Forsythia Suspensa - Lian Qiao - La forsizia cinese curativa Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una forsizia come pianta medicinale!!!! Nella medicina cinese viene usata come antibatterica, fungicida, contro infiammazione e per abbassare la febbre. In primavera fa dei bellissimi fiori gialli.
	Fragaria moschata - Fragolina muschiata Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Le foglie si possono aggiungere al tè è una pianta che ha diverse proprietà; la pianta emana un leggero profumo di muschio.
	**Fragaria vesca "yellow wonder" - Fragolina gialla** Una bellissima e dolcissima fragolina gialla.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Fragolina di bosco Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta rifiorente che produce la classica fragolina di bosco molto dolce.
	Fragola rifiorente Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Produce la classica fragola dal gusto dolcissimo.
	Fragola unifera bianca Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Produce un'unica fioritura primaverile e dei dolcissimi frutti bianchi.
	Galega officinalis Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare veniva usata per la febbre, aumentare la montata lattea (anche nelle mucche e capre), diaforetica e diuretica, digestiva, ridurre lo zucchero nel sangue. Pianta apistica.
	Galium odoratum – Asperula Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Nel Medioevo veniva ampiamente utilizzata come applicazione esterna di tagli e ferite; ha proprietà diuretiche, antinfiammatorie, diaforetiche contro insonnia e tensione nervosa. In cucina viene usata in bevande dissetanti e macedonie di frutta; viene messa negli armadi per tenere lontane le tarme.
	Gallium aparine Pianta annuale. Il succo fresco o l'infuso è efficace esternamente per brufoli, foruncoli e altre infezioni della pelle inoltre è un buon diuretico e linfo depuratore.

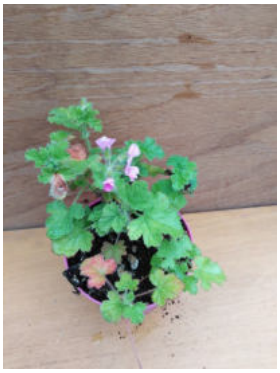
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Gallium verum – Caglio Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare viene usata come diuretico e nel trattamento di disturbi della pelle è antispasmodica e astringente. Dai fiori della pianta viene ricavato un colorante alimentare giallo; la pianta sminuzzata veniva usata per cagliare il latte. Dalla radice si ricava un colore rosso. Si dice che tiene lontana le pulci e che mettere un rametto nelle scarpe previene le vesciche.
	Genista tinctoria - Ginestra dei tintori Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole. Da questa pianta si ricava un colore giallo. Velenosa.
	**Gentiana tibetica - come genziana lutea più facile da coltivare** Rara e bellissima pianta di genziana originaria delle montagne himalayane della Cina occidentale e del Tibet, è un'aggiunta rara e bella al giardino delle erbe. Pianta usata nella medicina tradizionale cinese. Perenne, resistente al gelo, molto resistente ai problemi dei parassiti.
	Geranio Arancio - Pelargonium "prince of orange" può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.
	Geranio Coca cola - Pelargonium sp "Torento" può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Geranio lavanda - Pelargonium lavanda può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.
	Geranio limone può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.
	Geranio mela pelargonium odoratissimum può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.
	Geranio menta - Pelargonium tomentosum può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.
	Geranio menta cioccolato può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Geranio nocciola - Pelargonium "Concolor lace" può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.
	Geranio odoroso - Pelargonium odoratissimum può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Dal geranio odoroso vengono estratti gli oli essenziali che vengono impiegati in aromaterapia; ha numerose proprietà medicinali. Antizanzare.
	**Geranio rosa - Pelargonium graveolens** può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.
	Geranio sidoides Questa varietà di geranio ha proprietà antibatteriche, antivirale, per il raffreddore.
	Geranio spezie - Pelargonium ‘fragrans’ può essere impiegato in cucina e il suo uso dipende dalla varietà di geranio scelto. Il geranio può essere utilizzato per aromatizzare lo zucchero a velo, per la preparazione di piatti di carne o dolci. In base alla profumazione possono essere preparati tè e infusi, torte, sciroppi. Antizanzare.

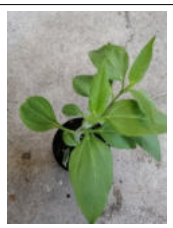
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Geranium pratensis - Geranio dei prati Pianta rustica,perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le sue giovani foglie e i suoi fiori si possono mettere nelle insalate primaverili. Il geranio pratense è noto per le sue proprietà rinfrescanti.
	Geranium robertianum – Geranio robertiano Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Una pianta dalle importanti proprietà. Nella medicina popolare veniva usata come astringente, antireumatica, disturbi dello stomaco, abbassa i livelli di zucchero nel sangue, come impacco per uso esterno per seni dolorosi e contusioni.
	Geum rivale - Erba benedetta acquatica Pianta rustica/perenne resistente al gelo. La radice ha proprietà antinfiammatorie, antisettica, astringente, diaforetica. Con la radice fresca o secca se bollita si fa un ottima bevanda al cioccolato , è usata anche per aromatizzare la birra.
	Geum urbanum - Radice aroma di garofano Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Le foglie tenere raccolte in primavera vengono consumate miste ad altre erbe, in insalata oppure lessate per altre preparazioni. La radice essiccata per il suo caratteristico odore viene anche usata al posto dei chiodi di garofano, per aromatizzare brodi e stufati, ma anche birra, vino e liquori. Nella medicina popolare viene usata per infezioni alla bocca, rafforzare le gengive, ha proprietà antinfiammarotie, antisettiche, diaforetiche, febbrifughe.

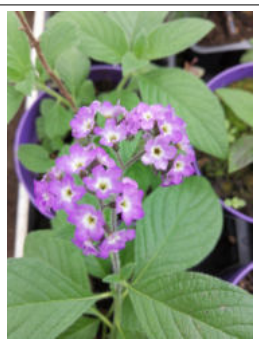
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Ginkgo biloba Pianta rustica/perenne resistente al gelo. L'estratto dalle foglie migliora il flusso del sangue, favorisce la memoria, antinfiammatorio, antiossidante. Si dice che abbia poteri magici in grado di allontanare gli spiriti maligni.
	Glaucium flavum aurantiacum – papavero giallo Contiene l'alcaloide glaucina che, come la codeina, è un potente sedativo della tosse.
	Glechoma hederacea - Edera terrestre Pianta biologica, perenne, resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Molto vigorosa con portamento strisciante, fiori viola. Le foglie leggermente aromatiche sono una spezia per un piatto pasquale ceco. Altrimenti nelle frittate, nel burro alle erbe, nelle minestre. Nella medicina popolare veniva usata per problemi alle mucose dell'orecchio, del naso, contro il catarro.
	Glycyrrhiza Glabra – Liquirizia Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' una pianta che ha moltissime proprietà, va bene per attacchi di tosse, raffreddore, lassative ecc. La radice essiccata viene spesso usata da masticare, per preparare tè, dolci e amari.
	Gomphrena globosa - Amarantino, falso trifoglio rosso Pianta annuale, esposizione sole. Pianta originaria della regione amazzonica dove è un importante erba medicinale. I suoi bellissimi fiori lilla da fine maggio a fine estate vengono usati in infusione dando anche un bel colore all'infuso. Attira molte farfalle.

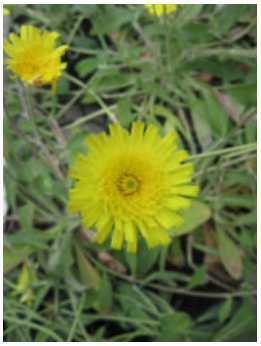
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Grindelia robusta La **Grindelia robusta** è una pianta rustica/perenne. Nella medicina popolare viene usata come espettorante, balsamica, antispasmodica.
	Gynostemma pentaphyllum -Jiaogulan - ginseng del sud - Pianta dell'immortalità Assomiglia al ginseng, ma è meglio del ginseng. Un'erba medicinale riscoperta dalla Cina e dal Giappone con effetto ginseng! Un'infusione di foglie dal gusto agrodolce è stata usata per secoli nelle regioni montuose del sud della Cina come un tè quotidiano rinvigorente, rigenerante.
	Hablitzia tamnoides - Spinacio del Caucaso perenne Pianta rustica/perenne resistente al gelo dalla Scandinavia, esposizione mezz'ombra; non ama i ristagni d'acqua o terreni troppo umidi, è una pianta molto vigorosa. Si raccolgono i giovani germogli e si consumano crudi o cotti al vapore come gli spinaci.
	Heimia Salicifolia – Sinicuichi Arbusto eretto con fiori giallo brillante proveniente dagli altopiani messicani. Le foglie leggermente appassite e schiacciate vengono fermentate in acqua e utilizzate dai Brujos messicani come bevanda inebriante nelle cerimonie religiose. Effetto afrodisiaco.
	Helenium hoopesii - Come arnica più facile da coltivare Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Per usa esterno ha proprietà come l'arnica ed è più molto più facile da coltivare, ottima per la preparazione di unguenti contro infortuni sportivi e tendiniti.
	**Heliantus tuberosus – Topinambur** Pianta rustica di facile coltivazione, chiamato anche rapa tedesca è un tubero dalle molteplici proprietà benefiche. Con questo tubero possono essere preparate numerose ***ricette***.

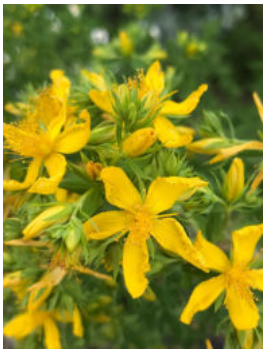
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Helichrysum italicum – Elicriso Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. In cucina le sue foglie vengono usate per condire insalate e cibi cotti, hanno un sapore simile al curry. Le sue proprietà sono antistaminiche, antinfiammatorie.
	Helichrysum italicum subsp. siculum - Elicriso siculo Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Ha foglie leggermente più piccole rispetto a helichrysum italicum e mantiene le stesse proprietà e usi. Le sue proprietà sono antistaminiche, antinfiammatorie.
	**Heliotropium arborescens - Fior di vaniglia Mook** Pianta perenne + 5°C esposizione sole. Il suo fiore ha un buonissimo profumo di vaniglia. Pianta apistica.
	Herniaria Glabra – Erniaria Pianta rustica perenne resistente al gelo, esposizione sole; è una pianta tappezzante che fiorisce da luglio a settembre. Il tè è efficace per i disturbi ai reni e alla vescica.
	Hesperis Matronalis – Violaciocca antoniana Pianta perenne esposizione sole o mezz'ombra; bellissima pianta per decorare il giardino con i suoi fiori eduli e dalle proprietà medicinali.

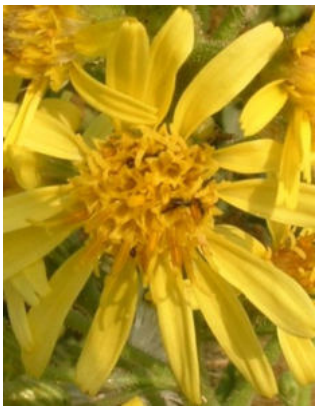
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Hibiscus sabdariffa – Karkadè Il famoso "tè rosso", è una bevanda dissetante con proprietà digestive e diuretiche. Le sue proprietà sono: rimedio per la tosse, febbre, antiossidante. E' una pianta che soffre molto il freddo ed ha bisogno di molto sole. Inizia la sua fioritura verso luglio .
	**Hieracium pilosella – Pilosella** Pianta rustica/perenne . La pilosella è un rimedio naturale da sempre molto apprezzato in campo estetico: dalle proprietà diuretiche e snellenti, infatti, trova spesso applicazione nell'ambito del trattamento della cellulite.
	Hierocchloe odorata - Sweet grass Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Nella medicina popolare viene usata nel trattamento di febbri, tosse, mal di gola. Le foglie essicate vengono usate come incenso. Gli indiani del Nord America creavano delle trecce profumate che venivano usate in rituali di pace e guarigione.
	Houttunya cordata – Vap Ca - Erba pesce Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. L'intera pianta è battericida, antinfiammatoria, antimicrobica, antivirale, febbrifuga. In cucina è usata in piatti di pesce, carne, insalate e zuppe.
	Humulus lupulus – Luppolo Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra, ha un portamento rampicante. Nella medicina popolare veniva usato ampiamente come sedativo, tonico e calmante sul corpo e la mente, stimola la digestione, antisettico, febbrifugo, tosse, nevralgia ecc. In cucina vengono raccolti i giovani germogli che hanno un sapore unico e delizioso.

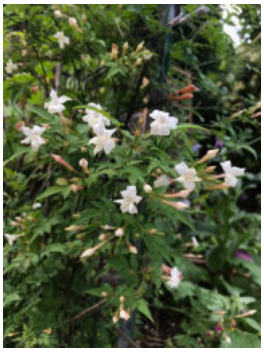
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Hydrangea serrata "amacha" - Ortensia da tè giapponese L'Ortensia da tè giapponese viene utilizzata per la preparazione di un particolare infuso chiamato Tè dolce di ortensia, che ha un sapore dolciastro. Le sue foglie prima che lo zucchero fosse introdotto venivano utilizzate come dolcificante.
	**Hypericum perforatum – Iperico** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Ha proprietà antidepressive, antinfiammatorie, antisettiche; i suoi fiori sono usati per preparare un unguento per infiammazioni muscolari.
	Hyssopus officinalis – Issopo Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole, bellissima fioritura blu. Nella medicina popolare viene spesso usato come espettorante, come tonico dello stomaco, per bronchiti e infezioni respiratorie, antisettica, antitosse. In cucina viene usato per insaporire zuppe, insalate e ottimo sul formaggio. Pianta apistica.
	Iboza riparia (Tetradenia riparia) – Cespuglio di neve Gli Zulu usano la pianta per le malattie respiratorie, la diarrea e per il mal di testa. Ha un effetto antibatterico e antimicotico. Il suo profumo aspro e resinoso respinge i parassiti. Pianta perenne ma non resistente al gelo, regala delle bellissime fioriture .

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Iboza species - Incenso alle rose Pianta perenne, temperatura minima + 8°C. Bellissima pianta dal profumo d'incenso alle rose.
	Inula helenium - Enula campana Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' usata nel trattamento della tosse, pulisce le tossine dal corpo, stimola il sistema immunitario e digestivo, infezioni batteriche e fungine. La sua radice viene candita e mangiata come un dolce.
	**Inula viscosa** Favorisce la biodiversità e la presenza di insetti utili, fornisce, tra la fine dell'estate e l'autunno, abbondanti riserve di polline e nettare. Utile nella lotta contro la mosca dell'olivo. Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Nella medicina popolare, in passato, veniva usata per i suoi effetti antimicotici, per eczemi e dermatiti della pelle.
	Ipomea aquatica - Kangkong - Spinacio d'acqua Pianta perenne, temperatura minima + 15°C, ama terreni umidi è una pianta acquatica può essere coltivata in vasche. Il Kangkong si mangia soprattutto bollito, ricco di vitamina A e C, ferro e calcio. molto usata nella cucina asiatica. Le sue proprietà sono lassative, emollienti, calmare la tosse e febbre, per il diabete, con le foglie, facendo una poltiglia, si possono mettere come impacco su piaghe e bolle della pelle, le radici sono un rimedio tradizionale per le emorroidi.
	Ipomea Batatas - Batata rossa L'Ipomea batatas è antiossidante e anti -aging. In cucina si può usare come le normali patate o la zucca, si può mangiare anche cruda.

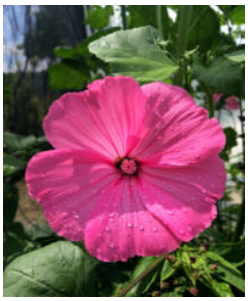
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Isatis indigotica - Guado cinese Pianta rustica/perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Oltre a essere una pianta tintorea in Cina è usata come pianta medicinale (antibatteriche, mal di gola). Dalle sue foglie viene estratto il colore indaco.
	Isatis tinctoria - Guado, la pianta blu Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Da questa pianta si ottiene il colore indaco. Ha proprietà astringenti, antibatteriche, antivirale.
	Isodon rubescens (Rabdosia rubescens) - Dong Ling Cao Pianta perenne, semi-resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Migliora la digestione, pianta usata nella medicina tradizionale cinese per le sue importanti proprietà.
	**Jasminum officinalis - Gelsomino officinale** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra, dal portamento rampicante. In cucina viene usato per aromatizzare, bevande e dessert. Usato in cosmesi in creme e lozioni. Ha proprietà antispasmodiche e antireumatiche è impiegato contro tosse, catarro, raucendine, dolori mestruali.
	Kalanchoe daigremontiana Pianta perenne, esposizione sole, da ritirare a +0°C oppure come pianta da appartamento. Il succo spremuto dalle sue foglie è un ottimo rimedio per il raffreddore, ha un effetto curativo sulla ferita, emostatico, antinfiammatorio, contro le ustioni, il suo succo per la febbre, nelle creme per il viso come idratante.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Kalanchoe pinnata Pianta perenne, esposizione sole; da ritirare a +0°C oppure come pianta da appartamento. E' un'eccellente pianta da pronto soccorso. Nella medicina popolare le sue foglie vengono usate per infiammazioni, infezioni batteriche, rilassa i muscoli, antistaminico, antipiretico, protettiva per il tratto gastrointestinale, guarire ferite, influenza, febbre, crisi di panico e paura.
	Kleinia repens - Balsamo de Canubo Pianta perenne non resiste alle basse temperature (+5°C), in inverno può essere trattata come una pianta da appartamento. Il più famoso collirio di Madeira. Il succo di foglie viene anche usato su ferite, ulcere e per alleviare le ustioni. Le foglie hanno un odore resinoso, quasi come un incenso quando vengono schiacciate.
	Lamium Album - ortica bianca Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Un'ortica che non brucia, ma è comunque una potente pianta medicinale. Le foglie sotto forma di tè sono considerate protettive della mucosa e astringenti. Pianta apistica. In cucina viene usata nelle minestre.
	Lavandula angustifolia – Lavanda Pianta rustica/perenne resistente al gelo. La lavanda è antinfiammatoria, antisettica, contrasta i dolori del ciclo mestruale, analgesica, cicatrizzante, allevia il mal di testa, rilassante. Con i suoi fiori secchi si possono fare dei sacchettini antitarme e profuma biancheria si possono inoltre fare tisane rilassanti, aceto aromatico, lozioni disinfettanti, usata anche in cucina per aromatizzare zucchero, dolci e pane. Pianta apistica e antizanzare.
	Lavandula dentata Pianta erbacea perenne (+ 0°C). Ha proprietà antisettiche, analgesiche, battericide, per i dolori muscolari. In aromaterapia viene utilizzata come antidepressivo, per equilibrare il sistema nervoso, per raffreddore e influenza. Anticamente la pianta veniva usata per la preparazione di talismani e portafortuna. Pianta apistica e antizanzare.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Lavandula latifolia - molto aromatica Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole. Le sue proprietà sono antibatteriche, antisettiche, regola il flusso mestruale, rilassa il sistema nervoso. Una sottospecie più grande e più rapida crescita della ben nota lavanda con foglie ampie e argentate. Molto aromatica, nella distillazione la resa in olio è più alta, ma la qualità dell'olio essenziale non corrisponde esattamente a quella della lavanda vera. Fiori su steli ramificati a fine estate. Pianta apistica e antizanzare.
	Lavandula multifida - Lavanda origano - lavanda egiziana Pianta perenne, teme il gelo, esposizione sole. Rara a rischi di estinzione. Coltivata sia a scopo officinale che ornamentale. Una lavanda che sa di origano; si può utilizzare come l'origano.
	Lavandula pinnata - Lavanda delle Canarie Pianta perenne esposizione sole, temperatura minima fino a -5°C. Bellissimi fiori azzurri e foglie quasi bianche. Ha le stesse proprietà della lavandula angustifolia.
	**Lavatera trimestris – malva regina** Pianta perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Una bella pianta per decorare il giardino e i piatti con i suoi fiori eduli. Dalle molteplice proprietà medicinali, tra le quali è un potente antinfiammatoria. Pianta apistica.
	Leonorus cardiaca – Cardiaca Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' utile nel trattamento di disturbi femminili, allevia l'irritabilità nervosa, induce la calma, favorisce il rilassamento. I suoi principi attivi sono simili al biancospino. Pianta apistica.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Leonotis leonorus - Orecchie del leone Pianta perenne, temperatura minima +2°C. Fiori arancio in tarda estate. Pianta apistica, ha proprietà antinfiammatorie e ipoglicemizzanti.
	Leonotis Nepetifolia - Orecchie del leone foglie strette Pianta perenne, temperatura minima +2°C, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta apistica. Varietà a crescita elevata. L'attraente leonotis porta grandi fiori arancioni . Ha proprietà antinfiammatorie, per gli stati influenzali.
	Leontopodium alpinum – Stelle alpine Le piante dovranno essere esposte in posizione soleggiata, l'ideale sarebbe porle a ridosso di pareti rocciose, in zone molto calde ombreggiarle parzialmente. Nella medicina tradizionale, nelle zone del Tirolo, la stella alpina è stata spesso usata per i trattamenti dei dolori reumatici, come astringente e per curare la tosse. In cosmesi ha una attività antiossidante.
	Lepidium sativum – crescione Ama i luoghi freschi e in semi ombra. Ha proprietà diuretiche, depurative e antianemiche. Molto usata in cucina ricca di vitamine e sali minerali, le foglie ottime nelle insalate primaverili.
	Rhaponticum carthamoides - Leuzea carthamoides - radice Maral L'elisir di lunga vita russo. Pianta rustica perenne resistente al gelo. Si dice che le proprietà medicinali della pianta siano state scoperte quando, nella prima parte del secolo, i cacciatori osservarono come il cervo d'Aral, esausto dall'inverno, rosicchiò le radici di questa pianta e riacquistò rapidamente le forze. Da allora, in alcuni paesi dell'ex Unione Sovietica, gli elisir per rafforzare i nervi, come tonico e rinforzante per la stanchezza e gli stati di esaurimento, sono stati molto popolari, paragonabili alle tinture di ginseng.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Levisticum officinale - Sedano perenne, maggi Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Il levistico è usato per il trattamento di indigestione, bronchite, scarso appetito, diaforetica. Conosciuto anche come erba Maggi, viene usato in cucina in insalate. zuppe e stufati per dare aroma ai piatti basta un piccolo pezzo di foglia.
	Leycesteria Formosa – Arbusto delle caramelle - caprifoglio himalayano Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Il nome arbusto delle caramelle colpisce davvero: i frutti maturi - e devono essere abbastanza morbidi - si sciolgono sulla lingua con un gusto di caramelle al cioccolato! Con i suoi fiori e frutti decorativi pendenti, è anche una pianta ornamentale attraente e facile da coltivare. Pianta apistica.
	Linum usitatissimum – Lino Pianta annuale. Il lino ha proprietà emollienti, lenitive, antinfiammatorie. I semi messi a bagno con l'acqua hanno un effetto lassativo.
	Lippia citriodora - Erba luigia, limoncina Pianta perenne (clima mediterraneo -4°C), esposizione sole. Nella medicina popolare viene usata contro gli spasmi muscolari, ridurre la febbre, sedativa, indigestione, aumentare l'appetito. Ha un buonissimo profumo e aroma di limone, in cucina viene usata in piatti di pesce, verdure, insalate, sughi e bevande fresche o calde.

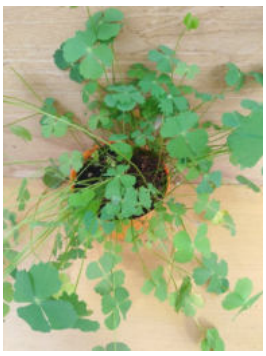
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Lippia dulcis - Zucchero azteco Pianta perenne (clima mediterraneo + 4°C), esposizione sole. Perfino gli Aztechi conoscevano questa erba aromatica, che contiene un dolcificante naturale, che è molto più dolce dello zucchero. Eccellente per le miscele di tè, in particolare con la verbena al limone. Il tè ha un effetto leggermente tonificante e rilassante e un sapore di mela / melone di menta.
	Lippia nodiflora - Erba luigia minore Pianta perenne (clima mediterraneo + 0°C), esposizione sole. Pianta medicinale del Centro America contro il raffreddore. Antibatterica. A differenza delle altre lippie che hanno le foglie profumate della lippia nodiflora sono i fiori che profumano. Pianta rampicante anche in vaso.
	Lippia scaberrima - Menta verbena Pianta perenne, temperatura minima 0°C. Molto decorativa e profumata con un aroma delicato alla menta.
	Lobelia cardinalis – Lobelia rossa Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le sue proprietà sono espettoranti, analgesiche, per dolori allo stomaco, vermi; un impiastro di radici è applicato su piaghe difficili da guarire, un tè fatto con le foglie per febbre, mal di testa e raffreddore.
	LOBELIA TUPA - tabacco del diavolo Pianta rustica,perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Fa una bellissima fioritura rossa, una pianta medicinale dalle Ande

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Lunaria annua - Monete del papa Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole. Bellissima pianta ornamentale facile da coltivare.
	Lycopus europaeus - Piede di lupo Si tratta di una pianta rustica che può sopravvivere anche a temperature molto basse. La pianta di **Lycopus europaeus** è una pianta tintorea dalla quale si ottiene un colore nero utilizzato per tingere la lana, il lino e la seta. I suoi piccoli fiori, di un colore bianco rosato, attirano gli insetti impollinatori. Ha proprietà astringenti, ipoglicemizzante e blando sedativo.
	Majorana syriaca - Maggiorana araba, Zatar Pianta perenne, temperatura minima 0°C. Nel medioevo si riteneva che questa pinta avesse delle proprietà magiche di allontanare gli spiriti maligni. Pianta aromatica usata per insaporire la pizza, l'insalata, pasta e carni.
	Malva moschata Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Fiorisce tra maggio e agosto. Le sue proprietà sono emollienti, espettoranti, astringente, lenitiva.
	Malva sylvestris v. mauritiana – Malva La malva ha proprietà emollienti e lenitive in caso di tosse e mal di gola. Bellissima fioritura e fiori eduli.
	Marrubium vulgare – Marrubio Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' noto fin dall'antichità come rimedio contro la tosse e raffreddore. La pianta viene raccolta ad inizio fioritura e utilizzata fresca o essicata. La pianta è anche un repellente contro le mosche.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	**Marsilea minuta – Sushni** Pianta perenne (clima mediterraneo + 0°C), esposizione sole. Nella medicina popolare la pianta viene usata come antinfiammatoria, diuretica, febbrifuga, ha un effetto antidepressivo che miglio l'umore; si dice abbia effetti antidepressivi, ansiolitici, sedativi e anticonvulsivanti. Nella medicina popolare indiana è considerata un rimedio per l'insonnia e altri disturbi mentali. Le foglie si mangiano in insalata o come gli spinaci, hanno un sapore delicato che ricorda la nocciola.
	Melilotus officinalis - Trifoglio giallo Una volta secche le sue foglie hanno un aroma più intenso e sono un ottimo condimento per salsicce e formaggi. Migliora la circolazione sanguigna e aumenta la resistenza capillare. Il nettare prodotto dai suoi fiori gialli, il cui profumo ricorda il miele, attira le api e può essere usato per produrre un miele monofloreale delicato e aromatico.
	Melissa officinalis Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. La melissa viene usata contro gli stati d'ansia e agitazione, per i dolori mestruali, è antibatterica, antivirale. Il suo sapore ricorda il limone si può usare in cucina nella preparazione di dolci (gelati, creme, marmellate) e nella preparazione di piatti salati e tisane.
	Melissa officinalis 'Aurea' Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Fogliame dorato in estate; all'inizio difficilmente distinguibile dalla melissa verde. Da circa la fine di maggio, le foglie assumono un bel colore dorato. La melissa viene usata contro gli stati d'ansia e agitazione, per i dolori mestruali, è antibatterica, antivirale. Il suo sapore ricorda il limone si può usare in cucina nella preparazione di dolci (gelati, creme, marmellate) e nella preparazione di piatti salati e tisane.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

Melissa officinalis ssp. Altissima - Melissa mandarino

Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le foglie pelose hanno un aroma tra lime e mandarino e sono eccellenti per una tisana aromatica. Pianta molto vigorosa, attira le api.

MENTA ANANAS - Mentha suaveolens variegata

Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra); molto decorativa. Profumo fresco e inebriante.
Ideale per fare gli sciroppi e tisane.

MENTA ARANCIO - Mentha piperita "orange"

Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra).
Dà un tocco esotico al tè che fa pensare al tè Earl Grey. Aroma di agrumi, ideale per tisane.

MENTA AUSTRIACA - Mentha austriaca

Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). Molto profumata e aromatica viene usata in cucina e in tisane.

MENTA BANANA - Mentha arvensis "banana"

Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra.
Questa menta ha davvero il profumo di banana, ideale per tè e dessert.

MENTA BERGAMOTTO - Mentha piperita "bergamotte"

Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra).
Profumo di bergamotto, varietà con poco contenuto di mentolo, molto buona nelle tisane.

MENTA CIOCCOLATO - Mentha piperita "cioccolate"

Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). Finissima erba alla menta per dessert. Ideale per un tè alla menta aromatico, per dolcificare i dolci e fare sciroppi. Il profumo ricorda gli after eight.

Menta corsa - Mentha requienii

Questa menta strisciante ha un effetto di cucini profumati, ama l'umidità, esposizione mezz'ombra.
Profumo e aroma fresco.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

MENTA CRISPA - Mentha acquatica v.crispa Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Una menta dall'aroma delicato e fresco.
MENTA CUBANA - Mentha x villosa Pianta perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). Molto profumata ideale per la produzione di sciroppi e in infusi, buona nelle macedonie.
MENTA DOLCE LIMONE HILLARY - Mentha x rotundifolia "Hillary's Sweet lemon" Menta molto robusta e vigorosa; un piacevole profumo di menta con delicate sfumature fruttate. Grazie al suo aroma fruttato, è particolarmente adatta per rinfrescare bevande fredde e come spezia in insalata. Abbellisce anche il giardino o il balcone con i suoi numerosi e delicati fiori viola.
MENTA EAU DE COLOGNE - Mentha piperita v. "Eau de cologne" Una fragranza simile all'acqua di colonia, che fuoriesce quando le foglie vengono strofinate delicatamente. Molto simile alla menta arancio.
MENTA FRAGOLA - Mentha species fragaria Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Menta dall'aroma e profumo sorprendente di fragola, ideale per tè, dessert e bevande fresche.
MENTA FRUTTATA - Mentha sp. Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Una menta dall'aroma fruttato ideale per tè e dolci.
MENTA GIAPPONESE - Mentha arvensis v. piperascens Pianta rustico/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Allieva mal di denti, mal di gola e insonnia; tiene lontana gli insetti se spruzzata sulla pelle. Ha un gusto molto fresco. Ingrediente del famoso olio di menta giapponese. Sbriciolate le foglie e inalatele profondamente: questa è l'originale menta del famoso medicinale giapponese.
MENTA GLACIALE - Mentha x rotundifolia Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). Aroma fresco e rinfrescate ideale per cocktail e tisane.
MENTA KENTUCKY - Mentha x cordifolia Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Resta verde anche in inverno. Aroma fruttato e foglie meravigliose. Nella cucina messicana chiamato anche 'Yerba buena'.

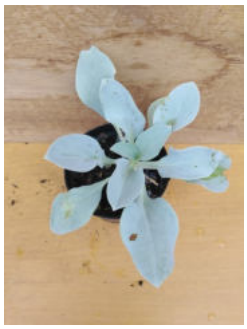
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

MENTA LAVANDA - Mentha sp. lavandula Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Profumo esotico; le prime foglie in primavera, quando il tempo è ancora abbastanza fresco, hanno un sapore molto simile al basilico. Più tardi, con il clima più mite, il sapore cambia ed è più fruttato.
MENTA LIME - Mentha piperita v.citrata Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Profumo inebriante come la buccia di limone. Foglie verdi rosse e molto vigorosa.
MENTA LIMONE - Mentha gentilis v. citrata Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Profumo delicato di limone. Foglie verdi rosse e molto vigorosa.
MENTA MANDARINO – Mentha Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Aroma fresco di menta con note agrumate, per tè e infusi.
MENTA MAROCCHINA - Mentha spicata "Moroccan" Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Menta molto aromatica adatta per cocktail e tisane.Gusto dolce e rinfrescante. Resta verde tutto l'anno con tempo mite!
MENTA MELA VERDE - Mentha rotundifolia (suaveolens) Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra).varietà molto vigorosa. Bellissimi fiori color lavanda . Le foglie grandi e pelose sono una buona spezia per i cibi salati. Il nome si riferisce apparentemente alla forma della foglia, non all'aroma.
MENTA MOJITO - Mentha species nemorosa Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Varietà dolce rinfrescante per cocktail, la menta ideale per il famoso cocktail mojito molto buona anche nelle tisane. Varietà molto sana e vigorosa.
MENTA NERA - Mentha piperita rubescens Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). E' ricchissima di oli essenziali. Aroma fresco.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

MENTA PIPERITA - Mentha piperita Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). Ha un alto contenuto di mentolo ed è molto aromatica.
MENTA PIPERITA INGLESE - Mentha x piperita "Mitcham" Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). La più famosa di tutte le menta piperita.Molto aromatica!!!!
MENTA POMPELMO - Mentha suaveolens x piperita Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (se coltivata in vaso mezz'ombra). Aroma e profumo di pompelmo, il tè rinfrescante dalle foglie non è amaro.
MENTA SPAGNOLA - Mentha species Dionysos Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). Menta molto buona per tisane.
Menta spica - mentha spicata Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra (in vaso mezz'ombra). Aroma dolce e fresco ideale per infusi. Menta tipica per il tè.
MENTA SVIZZERA - Mentha sp. Svizzera Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Aroma fresco e delicato ottima sia per tè, infusi che per usarla in cucina.
MENTA THAI - Mentha species Varietà di menta dalla Thailandia molto resistente. L'aroma è fresco e fruttato con poco mentolo, ideale per zuppe tailandesi con latte di cocco e altri piatti della cucina del sud-est asiatico.
MENTA TURCA - Mentha spicata v. crispa Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Sapore che ricorda il cumino, ottima per cibi salati.
MENTA VINO - Mentha sp. Nepetoides Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Ha un leggero profumo che ricorda il vino. Aromatica e da tisana.
MENTA ZENZERO - Mentha gentilis Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Una buonissima menta con una punta di piccante allo zenzero.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

MENTUCCIA - Mentha sp Pianta rustico perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Una menta dal profumo e aroma molto fresco ideale per tè e bevande dissetanti.	
	Mentolo - Coleus sp Pianta perenne ma da riparare in inverno a + 5 C°, esposizione sole o mezz'ombra; ha un portamento cadente, molto vigorosa e profumata, necessita di poca acqua. Le morbide foglie pelose emanano un forte mentolo quando vengono toccate.
	**Mertensia maritima - Pianta ostrica** Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le sue foglie hanno un sorprendente sapore di ostriche sia fresche che cotte, usata in piatti di pesce. Attenzione ai ristagni idrici e alle lumache!!!!! Dalla mia esperienza ho notato che è molto amata dalle lumache. Molto amata dalle api.
	Micromeria fruticosa - Issopo del Gargano Pianta perenne (clima mediterraneo +0°C), esposizione sole. Per le api. Nella medicina popolare viene usata contro la fatica. Nella cucina araba-ebraica per cucinare l'agnello. Ottima in infuso.
	Mirabilis Multiflora - Pianta sciamanica Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole, richiede poca acqua. I suoi bellissimi fiori magenta si aprono il pomeriggio. La radice di questa pianta veniva masticata dagli sciamani Hopi per ottenere visioni per il trattamento dei malati, tra gli indiani Navaho è nota come rimedio per gli ematomi.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Mirabilis Jalapa - Bella di notte Un arbusto di facile coltivazione, i sui fiori compaiono per tutta l'estate, si aprono nel pomeriggio dal profumo simile al gelsomino. Temperatura minima 0°C. Nella medicina tradizionale viene usata per le sue proprietà purgative e antibatteriche. I semi sono velenosi.
	Monarda citriodora – monarda cedrina Pianta annuale, per le api, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta da tè con bellissimi fiori rosa, aroma speziato al limone è usata anche in cucina per aromatizzare i piatti.
	Monarda didyma - Tè oswego Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. I nativi americani usavano il tè di monarda per alleviare coliche, febbre e raffreddori ha anche proprietà antibatteriche. Il tè di monarda è dissetante e ha anche un effetto calmante. Con i suoi fiori si può fare un ottimo sciroppo.
	Monarda fistulosa ssp methaefolia - Bergamotto selvatico Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Le foglie venivano usate dagli indiani del Nord America come spezia, hanno un sapore tra origano e timo e sono un ottimo condimento per piatti messicani con fagioli, peperoncini o carne. Ha proprietà antisettiche, contro infezioni fungine e per il mal di testa.
	Monarda punctata – Antizanzare Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Le sue foglie sono aromatiche da usare come l'origano o per fare il tè. Bellissima pianta decorativa, i suoi fiori attirano api, bombi e farfalle. Il suo olio essenziale è usato contro nevralgie e reumatismi.

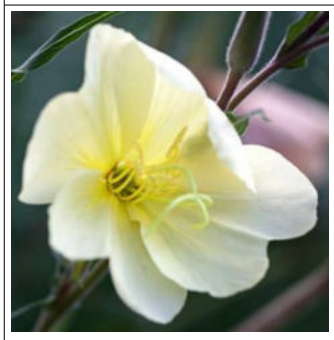
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Murdannia loriformis - Popolare erba medicinale tailandese Questa pianta medicinale, apprezzata da migliaia di anni nella Medicina Tradizionale Thailandese, ha un forte effetto immunostimolante, specialmente nei processi mutageni. È un antiossidante altamente attivo. Disintossica il fegato.
	Nepeta cataria - Erba dei gatti, Catnip Questa pianta è molto apprezzata dai gatti. Pianta apistica. Nella medicina tradizionale viene usata contro il mal di testa, e stati febbrili. Viene usata anche in cosmesi per la sua azione detergente, disinfettante e profumata., ottima per il pediluvio.
	Nepeta cataria ssp.citriodora - Erba dei gatti limone, Catnip Questa pianta è molto apprezzata dai gatti. Pianta apistica. Nella medicina tradizionale viene usata contro il mal di testa, e stati febbrili. Viene usata anche in cosmesi per la sua azione detergente, disinfettante e profumata., ottima per il pediluvio. Ha un delicato aroma tra l'arancio e la menta.
	Nepeta racemosa - Erba lepre La pianta di *Nepeta racemosa* è una pianta rustica che resiste al gelo ma anche alle temperature estive; può essere coltivata in zone soleggiate, a mezz'ombra oppure ombrose. E' considerata una pianta ornamentale grazie alle sue fioriture abbondanti di color viola/lavanda che vanno da maggio a luglio. Questa pianta proviene dalla Persia dove è molto usata come spezia. Attira api e farfalle.
	Nicotiana rustica - Tabacco agricolo – insetticida Con un tè delle sue foglie si prepara un ottimo insetticida, pianta vigorosa.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Nicotiana tabacum – Tabacco virginia Una varietà di tabacco dal sapore delicato. L'infuso delle foglie è un ottimo insetticida. La pianta è velenosa.
	Tabacco profumato - Nicotiana x Sanderae Tabacco ornamentale, un gioco di colori e profumi.
	Nigella Damascena – Cumino damasceno I suoi semi vengono usati in cucina come spezia e per aromatizzare il pane, hanno un sapore di noce moscata. Si usano solo i semi la pianta è tossica. Le proprietà della nigella sono antinfiammatorie, antipiretiche, sedative del sistema nervoso, espettorante, digestiva.
	Ocimum kilimanjaricum x basilicum 'Purpurascens' - Basilico africano Questo basilico è una varietà perenne da tenere ad una temperatura di + 12°C, esposizione sole o mezz'ombra; pianta molto produttiva e vigorosa e per le sue foglie viola/verde è anche una bellissima ornamentale. Il suo profumo è molto intenso, viene usato nella cucina thailandese, si può fare anche un pesto buonissimo, piatti mediterranei, nelle insalate, pomodori, sulla pizza. Nella medicina popolare un tè viene usato per favorire il sonno ed aiutare la digestione.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Oenanthe pimpinelloides - Finocchio acquatico comune - Castagna terrestre E' una pianta rustica/perenne che può crescere fino ad 1 metro. Nella medicina popolare veniva usata per febbre, tosse e bronchiti. Le sue radici sono di dimensioni come una nocciola, un ravanello con un gusto dolce nocciolato; si possono mangiare sia crudi che cotti.
	Oenothera biennis - Enotera, enagra Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. I suoi fiori sono commestibili e possono essere usati come decorazione dei piatti o nelle insalate. Ha proprietà astringenti e sedative, uno sciroppo fatto con i fiori è ottimo per calmare la tosse. Pianta apistica.
	**Oenothera odorata – Enotera profumata** I fiori di questa bellissima enotera sono molto profumati. Pianta apistica e molto decorativa.
	Oenothera stricta – Enotera americana Pianta rustica perenne resistente al gelo. Pianta apistica molto profumata.
	Ononis spinosa – Ononide Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Ha una bellissima fioritura rosa, presenta delle spine sui rami. Viene usata per le vampate di calore e infezioni batteriche del tratto urinario. Le giovani foglioline si possono usare nelle insalate, hanno un sapore

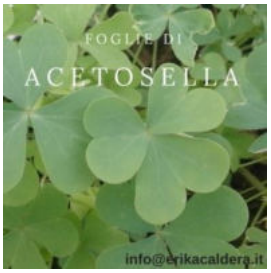
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	simile alle fave. Anticamente questa pianta veniva usata per ricavare dei colori.
	Onopordum acanthium - Cardo asinino Pianta rustica perenne resistente al gelo. Imponente cardo. Ha proprietà aperitive, diuretiche e antinfiammatorie. Sia foglie, radici e steli aiutano per i disturbi del fegato, i semi sono ottimi per controllare la pressione.
	Origanum heracleoticum - Origano greco Pianta rustica perenne resistente al gelo, con fiori bianchi. Pianta apistica. Ottimo per la pizza, insaporire insalate, salse, verdure, carne, pesce, pomodori e uova. Le sue proprietà sono antisettiche, antispasmodico, espettorante.
	Origanum majorana – Maggiorana La maggiorana ha proprietà antinfiammatorie, espettoranti, battericide, per la tosse, il raffreddore e mal di gola, contro stress e insonnia, dolori muscolari. Molto usata in cucina per insaporire piatti di carne e pesce, ottima nei primi piatti, legumi, pizza, funghi e formaggi.
	Origanum onites - Origano siciliano Pianta rustica/perenne, esposizione sole. E' una pianta molto aromatica viene usata in cucina sulla pizza, focacce, pomodori ecc , si usa sia fresca che essicata, ha moltissime proprietà tra le quali quella antimicrobica. Pianta apistica.

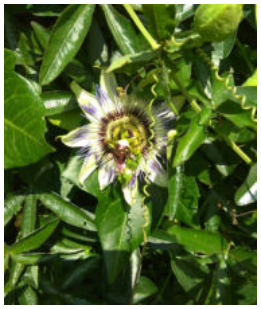
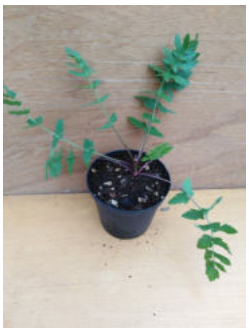
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Origanum repens - Origano dal profumo di fungo Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo con piccole foglie ovali. I suoi fiori sono di colore rosa. Il suo profumo ricorda il sottobosco, viene usato in cucina per insaporire i piatti. Molto vigorosa. Viene usata in cucina per insaporire insalate, primi piatti, pizza. Pianta apistica.
	Origanum rotundifolium Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. In cucina viene usato nei sughi, sulle pizze; pianta molto aromatica e molto bella anche per decorare balconi e giardini.
	Origanum vulgare aureum - Origano aureo Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. La sua particolarità sono le foglie di colore giallo, viene usato in cucina per grigliate, verdure, sughi ecc. Pianta apistica.
	Origanum vulgare hortensis - Maggiorana perenne Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra; il suo aroma è un mix tra origano e maggiorana.
	Ornithogalum caudatum – Cipolla di mare E' una pianta medicinale del Sud Africa. Il succo delle cipolle spesse può essere utilizzato come l'aloe vera basta tagliarne un pezzetto, la sua capacità di curare le ferite. Ha fiori decorativi a strisce bianco-verdi. E' stata a lungo usata nei rimedi casalinghi in Germania. Si applica su ferite, ma anche usato per curare mal di denti, piedi stanchi, infiammazioni, punture di insetti, lividi o vecchie ferite.

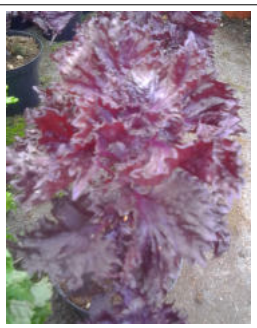
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Orthosiphon aristatus - Tè di giava Pianta perenne, non resiste al gelo, esposizione sole . Grandi fiori dal bianco all'azzurro, pianta medicinale dall'India. Una pianta facile da curare. Le sue proprietà sono diuretiche e depurative, diminuisce la ritenzione idrica.
	**Oxalis acetosella** E' una pianta che ama l'ombra ma può essere coltivata anche in zone parzialmente ombreggiate. Ha **proprietà** diuretiche e depurative, decongestionanti, astringenti e infiammatorie e le sue foglie possono essere utilizzata crude per disinfettare il cavo orale in caso di piccole ulcere. Ottima anche in **cucina**; le sue foglie, dal sapore acidulo, possono essere consumate crude nelle insalate oppure cotte nelle minestre o per preparare salse.
	Oxalis triangularis ssp. triangularis - Acetosa brasiliana Pianta perenne (clima mediterraneo) esposizione sole.Pianta molto decorativa. Usata in cucina come decorazione di piatti o in aggiunta a insalate.
	Oxalis tuberosa - Acetosella peruviana Pianta perenne, esposizione mezz'ombra. Gambi deliziosi, succosi e aspri. Tipo di trifoglio succulento della regione delle Ande con steli succosi e spessi come un dito. Se esposte alla luce solare intensa, le foglie morbidamente pelose si piegano. Questa acetosella è più acida dell'acetosa. Vengono utilizzati anche i fusti teneri e in Perù usano principalmente i tuberi che non sono acidi.
	Paederia lanuginosa - La mo long, il gusto esotico della cucina vietnamita Il gusto esotico della cucina vietnamita. Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole, in estate bellissima fioritura rosa. Il gusto e il profumo sono tra il ravanello e il cavolo rapa. L'aroma tipico proviene da composti contenenti zolfo che aiutano anche con la digestione delle proteine. L'erba è usata in Vietnam contro l'artrite, per la disintossicazione, nelle malattie gastrointestinali come dissenteria, diarrea e uno stomaco disturbato.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Papaver orientale - Papavero d'oriente Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Fiori grandi rossi.
	Papaver roheas – Rosolaccio In cucina i germogli sono molto buoni messi crudi in insalata oppure si possono aggiungere a minestre e polenta.
	**Passiflora caerulea** Pianta perenne(clima mediterraneo) , esposizione sole. Bellissima pianta dai frutti commestibili.
	Passiflora edulis - Maracuja, frutto della passione Pianta perenne(clima mediterraneo) , esposizione sole. Bellissima pianta dai frutti commestibili.
	**Pastinaca sativa - Pastinaca comune** Pianta rustica perenne resistente al gelo. Una verdura selvatica che può essere coltivata nel nostro orto. La radice è molto simile alla carota ma più grande. Oggi si utilizzano principalmente le radici, ma in passato usavano le foglie e i semi speziati, hanno il sapore più delicato del prezzemolo. Molto buona la radice tagliata e fatta al forno come le patate. Ha proprietà antiossidanti contro l'invecchiamento, stimola la digestione, riduce il livello di colesterolo e zuccheri nel sangue.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Peltaria alliacea – Aglio crescione Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Un'erba deliziosa con il gusto di crescione, senape e aglio. Una delle poche erbe che rimangono verdi anche in inverno, anche i fiori bianchi possono essere utilizzati per condire le insalate in estate.
	Peperomia inaequifolia - Pepe cannella Pianta perenne, resiste bene fino a 0°C, esposizione sole o mezz'ombra. La cannella delle isole Canarie!!! Un gusto deciso di cannella nelle piccole foglie carnose e di pepe nero. Ovunque sia necessario un sapore di cannella, in piatti di carne, risotti e dolci tipici come il riso con il latte, viene usato per aromatizzare le bevande, ma anche usato come tè curativo per mal d'orecchi, disturbi della milza e per calmare i nervi.
	**Perilla frutescens – Sisho** Per sushi e umbeboshi. Spezia giapponese con foglie grandi, rosse che sono considerate una prelibatezza nella cucina macrobiotica. Non solo una spezia dal sapore esotico, simile al cumino, ma con le sue foglie rosso intenso anche una meravigliosa pianta per dare colore nel giardino delle erbe.
	Petiveria alliacea - Anamu - Erba mistica dal Perù Pianta perenne, da ritirare a +10°c, esposizione sole. In Guatemala, il profumo della pianta sminuzzata viene inalato per il raffreddore e soprattutto per la sinusite. Le radici hanno un forte odore di aglio. Usata nella medicina tradizionale amazzonica come antimicotico, antireumatico, antispasmodico, analgesico, per alleviare il dolore.

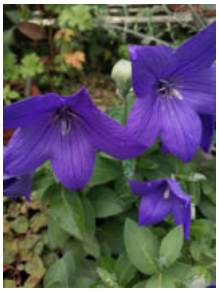
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Peucedanum ostruthium – Imperatoria Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Una volta le radici venivano usate come spezia per il formaggio. E' usata contro i dolori di testa da freddo e influenza, emicrania e digestione difficile, la parte usata è la radice.
	Phacelia tanacetifolia – Facelia Pianta annuale, esposizione sole o mezz'ombra. Una pianta per le api, ricca fioritura a luglio e agosto. Dalla phacelia viene prodotto un miele molto digeribile, gli vengono attribuite proprietà benefiche.
	Physalis alkekengi – Alchechengi Fiorisce in luglio e i frutti si raccolgono in autunno. L'alchechengi è ricco di vitamina C, utilizzato nella medicina popolare per rinforzare il sistema immunitario, per le vie urinarie, antibatterico, antinfiammatorio. Si mangia il frutto, si possono fare marmellate, molto buono ricoperto con il cioccolato.
	Physalis alkekengi franchetti - Lanterna cinese Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una bellissima pianta per decorare il tuo giardino, produce tante lanterne di color arancione che possono essere tagliate e messe come decorazioni di mazzi.
	Physalis peruviana I suoi frutti, chiamati bacche degli Inca, venivano consumati fin dai tempi antichi dai nobili. E' ricco di vitamine.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Phytolacca americana Pianta rustica,perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le sue bacche sono usate per tingere.
	Pimpinella saxifraga - Gusto anice Pianta erbacea rustica/perenne resistente al gelo che può crescere fino a 80 cm in luoghi a mezz'ombra. Il periodo di fioritura va da giugno a agosto. Le radici essicate hanno proprietà antiinfiammatorie, astringenti, emollienti, espettoranti, oftalmiche. Viene utilizzata per preparare degli infusi. In **cucina** vengono utilizzate le sue foglie per conferire un sapore aromatico alle insalate e per fare gli amari.
	Pinellia ternata – Ban Xia Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta medicinale cinese dai fiori verdi curiosi per la nausea mattutina.
	Plantago coronopus - Erba stella – Minutina Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. La rosetta basale viene consumata in cucina cruda o cotta, in inverni miti la pianta rimane verde così da avere sempre delle foglie fresche. Ha proprietà depurative e digestive.
	Plantago lanceolata – Piantaggine Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Ha proprietà espettoranti, antibatteriche e antinfiammatorie.
	Plantago major - Piantaggine maggiore Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole.

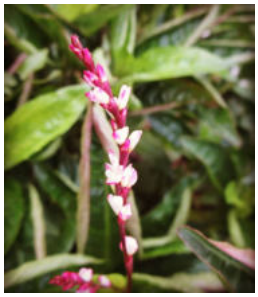
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Le foglie schiacciate sono ottime sulle punture di insetti. In infusione è un rimedio per la tosse.
	Plantago media Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Ha proprietà rinfrescanti, emollienti e depurative, contro le punture di insetti; le foglioline più giovani si possono mettere nelle insalate e sono ricche di vitamina A e C.
	**Platycodon grandiflorus** Pianta rustica/perenne resistente al gelo. In Oriente le foglie giovani vengono aggiunte alle insalate. Ha proprietà antimicrobiche, antinfiammatorie, antiallergiche.
	Plectranthus amboionicus Timo Jamaica Pianta perenne non resiste al gelo. Portamento cascante, si può mettere sul balcone in abbinamento ai gerani. Il gusto aspro tende più all'origano, buono in piatti di pesce. Usato nella medicina tradizionale asiatica.
	Plectranthus barbatus - Falso boldo Pianta perenne, temperatura + 10°C. Utilizzato nella medicina asiatica e nell' Ayurveda contro eczema, digestivo, antinfiammatorio, regola il rapporto tra massa magra e massa grassa, circonferenza addominale. La parte usata sono le radici. In cucina le foglie vengono usate per aromatizzare conserve sottaceto e salamoie.
	Plectranthus sp. - Origano cubano

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Pianta perenne da ritirare a +5°C, esposizione sole. Le piccole foglie rotonde sono morbide e vellutate, eccellente per pot-pourri e come pianta d'appartamento. Molto usato alle Barbados per aromatizzare i cibi, sapori di origano. L'infuso viene usato per ridurre l'ansia, tosse, febbre e raffreddore.
	Plectranthus species "Mount Carbine" - Foglia di limone australiana Pianta perenne, in inverno diventa una bellissima e profumata pianta da appartamento. Le sue foglie hanno un profumo intenso e fruttato, il suo sapore si adatta soprattutto ai dessert, le foglie tagliate a pezzettini sono buonissime nello yogurt, e nei tè. Una pianta sorprendente!!!
	Plectranthus zuluensis - Incenso zulù Pianta perenne (clima mediterraneo) esposizione semi ombra. Originario del Sud Africa dove viene usato per condire e insaporire piatti di carne. Con il suo profumo tiene lontane le zanzare. Effetto molto decorativo sul balcone.
	Polemonium caeruleum - Valeriana greca, la scala di Giacobbe Pianta rustica, adatta a giardini rocciosi ma che può anche essere coltivata in vaso. Il terreno deve essere ben drenato, meglio se ghiaioso. Preferisce zone soleggiate e ben illuminate. Per favorire la rifioritura si consiglia di togliere il fiore appassito. Usata nella medicina popolare per il mal di testa, ansia, nervosismo.
	Polygonum capitatum - Poligono Himalayano - Pianta guaritrice dall'Asia Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Vigorosa, bella, guaritrice dall'Asia. L'erba antibatterica è usata nella medicina Hmong. Un tè va bene contro le infezioni renali e della vescica. I fiori sono amati dalle api.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Polygonum hydropiper - Pepe d'acqua giapponese Pianta annuale (si autosemina) esposizione sole o mezz'ombra. Le foglie rosse hanno un sapore forte,erba giapponese dalle foglie rosse con un gusto piccante e pepato per sushi, sashimi e tempura. Nella medicina popolare viene usato per le sue proprietà astringenti, antinfiammatorie, diaforetiche, rafforza i capillari fragili.
	Polygonum multiflorum - Fo tieng Elisir anti-age dalla Cina. Pianta perenne (clima mediterraneo) dal portamento rampicante. Fo-Tieng è uno dei rimedi più comuni utilizzati nella medicina tradizionale cinese.
	Polygonum odoratum - Coriandolo vietnamita E' una pianta perenne(clima mediterraneo) ornamentale con una crescita rapida. Attira numerose api e farfalle. E', inoltre, una pianta che viene impiegata, sopratutto nei paesi asiatici, in **cucina** per insaporire zuppe, minestre, carni e insalate.
	**Polygonum Tinctorium – Indigo** Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole. Nella medicina popolare viene usato come depurativo, antinfiammatorio e antipiretico. Dalle foglie si ricava il color indaco.
	Portulaca oleracea La portulaca oleracea è un ottimo rimedio depurativo e vermifugo, nausea e diarrea. Ha un'elevata concentrazione di omega 3. In cucina si aggiunge alle insalate, zuppe, nella frittata.
	Potentilla anserina Pianta rustica perenne, resistente alle basse temperature, dal portamento

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	strisciante, i suoi fiori sono di un bel giallo. Le sue radici una volta secche profumano di rose. Viene nominata da Santa Hildegard von Bingen come importante pianta medicinale.
	Potentilla erecta Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole. Ha proprietà astringenti, toniche,antiffiammatorie, antimicrobiche. In Germania la radice viene usata nei liquori alle erbe è un ottimo digestivo.
	Primula veris / officinalis Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Una pianta sottovalutata ma che ha tantissime proprietà; nella medicina popolare viene usata come espettorante, antinfiammatoria, febbrifuga, ha l'ingrediente principale dell'aspirina, antispasmodica, sedativa, insonnia, dolori reumatici,tosse e catarro. I suoi fiori sono eduli e si possono aggiungere alle insalate.
	Prunella vulgaris Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una volta questa pianta era usata contro molte malattie. Tappezzante, bellissima fioritura viola/blu. Ha proprietà antibatteriche, antinfiammatorie, vermifuga, antipiretica, antisettica.
	Pulmonaria officinalis Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Ha proprietà emollienti, tossifughe(catarro), contro le infiammazioni della bocca. Pianta apistica.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Reseda luteola Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta tintoria si ricava un colore giallo. Usata in antichità come pianta medicinale.
	Ranunculus ficaria - Ranuncolo favagello Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione semi ombra. Si consuma in insalata sempre prima della fioritura, molto ricca di vitamina C. In estate con il caldo sparisce per ritornare quando fa fresco.
	Rheum officinale - Rabarbaro medicinale Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Questa è una tra le più importanti piante nella medicina cinese. Di questa pianta si usa la radice che ha proprietà lassative, purganti, tonico e digestive.
	Rheum palmatum - Rabarbaro cinese Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. I gambi si usano per fare marmellate e crostate, la foglia è tossica. La radice ha un effetto lassativo e viene anche usata da mettere nelle grappe.
	Rheum rhaponticum - Rabarbaro siberiano Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Questo rabarbaro curativo cresce dalla Siberia meridionale alla Norvegia, è anche usato nella medicina cinese.Il potente rizoma contiene fitoestrogeni provenienti dal gruppo dello stilbene (Rhaponticin), che sviluppa un effetto simile all'estrogeno. Il rabarbaro siberiano viene quindi utilizzato per i sintomi della menopausa, l'endometrite, i disturbi mestruali e il mal di testa e l'emicrania della menopausa.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Ricinus communis – Ricino Dai semi si ottiene l'olio di ricino che viene molto usato in cosmesi con proprietà emollienti, lenitive. Attenzione i semi di ricino sono VELENOSI!! E' una bellissima pianta ornamentale.
	Rosmarino prostrato - Rosmarinus repens Pianta rustica/perenne, esposizione sole, ha un portamento strisciante. Come il classico rosmarino è usato in cucina per aromatizzare carni, grigliate, patate, salse e sughi. Pianta apistica.
	Rosmarinus officinalis E' usato in cucina per aromatizzare carni, grigliate, patate, salse e sughi. Ha proprietà antisettiche, per gli stati influenzali, febbre,tosse. Pianta apistica.
	Rubia cordifolia – Manjistha Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Sulla pelle ha azione purificante, sui capelli proprietà riflessanti. Pianta tintoria.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Rubia tinctorum – Robbia Pianta rustica/perenne dal portamento rampicante resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Dalle radici di questa pianta si ricava il colore rosso, ha anche proprietà diuretiche e antinfiammatorie.
	Rumex acetosa – Acetosa Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Nella medicina popolare viene usata come depurativa, diuretica. E' una pianta tintoria dalle foglie si ottiene un colore verde e dalle radici un colore rosso. Le giovani foglie si possono aggiungere alle insalate, hanno un sapore che ricorda l'aceto.
	Rumex Sanguineus - Acetosa rossa Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le giovani foglie vengono usate nell'insalata, una bellissima pianta anche per colorare il giardino con le sue venature rosse. Ha proprietà digestive, diuretiche, stimola l'appetito.
	Rungia klosii - Erba fungo Pianta perenne (clima mediterraneo) esposizione sole. Erba da cucina con il sapore di funghi di bosco. Le foglie fresche sono deliziose in insalata e nei sandwich. Le piante possono essere raccolte tutto l'anno come una sorta di spinaci o, per dare al cibo un delicato aroma di funghi.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Ruta angustifolia - Aroma più intenso Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Come la classica ruta ma dall'aroma più intenso. Pianta resistente alle basse temperature.
	Ruta graveolens - Ruta Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Viene utilizzata per aromatizzare la grappa, ha proprietà digestive, vermifughe . Pianta apistica.
	Salix daphnoides - Salice dafnoide Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. E' una pianta rara originaria dall'Asia, possiede proprietà febbrifughe, calma il dolore.
	Salvia africana Pianta perenne, temperatura minima 0°C, chiamata anche salvia Azul. E' una salvia ornamentale, produce tantissimi fiori blu che attirano api e farfalle.
	Salvia ananas - Salvia elegans Pianta perenne (clima mediterraneo) esposizione sole, molto vigorosa. Si può usare come spezia in cibi dolci e salati, con il suo profumo e aroma di ananas è indicata per macedonie, dessert e bevande. Pianta apistica.
	Salvia bianca - Salvia apiana Pianta perenne, temperatura minima 0°C. Questa salvia viene utilizzata per purificare i luoghi, stanze dove ci sono energie negative.

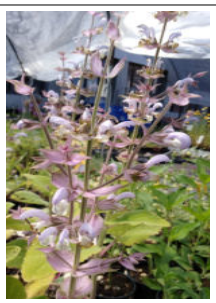
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Salvia dei prati - Salvia pratensis Pianta rustica perenne resistente al gelo, fioritura blu. Vengono usate foglie e fiori, le sue proprietà sono antisettiche, digestive, antinfiammatorie. Le foglie possono essere usate per insaporire minestre e sughi.
	Salvia delle Canarie - Salvia Canariensis Pianta perenne resistente alle basse temperature, molto profumata, originaria delle isole Canarie, bellissima fioritura rosa/porpora. Pianta apistica.
	Salvia diavola - Salvia sp."Diavolus" Pianta perenne (clima mediterraneo) esposizione sole o mezz'ombra. La Salvia diavola è una pianta ornamentale che si caratterizza per le sue particolari foglie. Produce fiorellini di colore rosso/viola.
	Salvia greggii "Alba" - Salvia albicocca fiore bianco Pianta perenne, temperatura minima 0 gradi. Una bellissima Salvia che profuma di albicocca.
	Salvia guava - Salvia darcyi Pianta perenne, temperatura minima 0°C. Ha foglie particolari e profumatissime, fioritura rossa.
	Salvia hispanica – Chia Pianta annuale. Da questa salvia sono prodotti i semi di Chia, ricchi di omega 3, vitamina c, calcio molto utili all'intestino. Sono ricchi di proprietà.

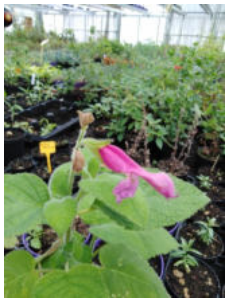
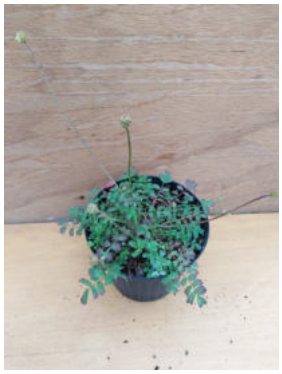
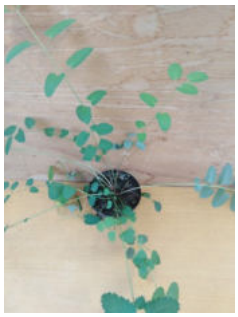
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Salvia limone - Salvia elegans cv. Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole, molto vigorosa Una varietà vigorosa con un rinfrescante aroma di agrumi, ottima nelle macedonie, tisane.
	Salvia mandarino - Salvia elegans tanjara Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole o mezz'ombra, molto vigorosa. Dal delizioso profumo e aroma di mandarino e usata per dessert, macedonie, insalate e bevande.
	Salvia maxima - Foglie da impanare Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole o mezz'ombra, molto vigorosa. Le sue grandi foglie si possono impanare come le cotolette.
	Salvia mela - Salvia rutilans "Golden Delicious" Pianta rustica perenne resistente al gelo,molto vigorosa. L'aroma delle foglie e dei fiori rossi è una miscela tra mela e ananas. Di solito fiorisce a fine estate.
	Salvia melone - Salvia neurepia elegans honey melon Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole o mezz'ombra, molto vigorosa. Il suo profumo e aroma ricorda quello dei meloni maturi, usata in cucina per macedonie, dessert, bevande. Le sue foglie sono di color verde-giallo.

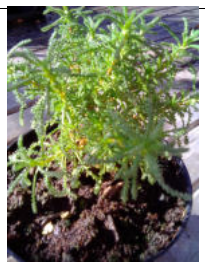
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Salvia microphylla Hot Lip Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole o mezz'ombra, molto vigorosa. Il profumo intenso delle sue foglie ricorda quello della menta. Questa è una salvia ornamentale non edibile.
	Salvia Milthiorriza - Salvia cinese Pianta rustica perenne resistente al freddo. Una delle piante officinali più importanti nella medicina cinese. Chiamata anche salvia rossa per via delle sue radici.
	Salvia officinalis Pianta rustica perenne resistente al gelo. Ha moltissime proprietà tra le quali antisudorifera, antisettica. Largamente utilizzata in cucina per insaporire primi piatti, zuppe, carni, patate.
	Salvia Pesca - salvia greggii "Peach" Pianta perenne, resiste fino a 0°C esposizione sole. Foglie e fiori profumano di pesca per dolci e dessert. Pianta apistica.
	Salvia ribes - Salvia microphylla Pianta perenne (clima mediterraneo) esposizione sole o mezz'ombra. Pianta molto vigorosa con buonissimo aroma fruttato di ribes, usata in cucina nelle macedonie, dessert, insalate e bevande. Ha proprietà febbrifughe. Pianta apistica.
	**Salvia sclarea - Erba moscatella** Pianta biologica, rustica, esposizione sole o mezz'ombra, molto vigorosa. Chiamata anche erba moscatella perchè se le sue foglie vengono macerate nell'aceto da un aroma moscato, ha proprietà astringenti e anticatarrali. Le sue grandi foglie sono buonissime impanate.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Salvia somala - Salvia somaliensis Pianta rustica perenne resistente fino a -10°C. Una salvia molto aromatica dalla Somalia con fiori azzurri da luglio a ottobre. Grazie al suo forte profumo con i suoi rami si possono fare i bastoncini dell'incenso; molto buona anche da usare in cucina per insaporire i piatti.
	**Salvia tutti i frutti - Salvia dorisiana** Pianta perenne (clima mediterraneo + 5°C), esposizione sole. Una salvia molto vigorosa dal profumo e aroma molto intenso di frutta. In cucina viene usata in macedonie, dessert, infusi, insalate e bevande.
	**Sanguisorba minor – Pimpinella** Pianta erbacea rustica/perenne resistente al gelo che può crescere fino a 80 cm in luoghi a mezz'ombra. Il periodo di fioritura va da giugno a agosto. Le radici essicate hanno proprietà antiinfiammatorie, astringenti, emollienti, espettoranti, oftalmiche. Viene utilizzata per preparare degli infusi. In **cucina** vengono utilizzate le sue foglie per conferire un sapore aromatico alle insalate e per fare gli amari.
	**Sanguisorba officinalis – Salvastrella maggiore** Pianta rustica perenne resistente al gelo. Un importante pianta medicinale fin dal medioevo con proprietà astringenti, antinfiammatorie, digestive, per uso esterno usata come detergente della pelle. Tutte le parti della pianta sono medicinali ed è anche molto utilizzata nella medicina cinese.
	Santolina chamaecyparissus - Erba cappero Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Le foglie hanno un profumo di cappero. La santolina ha proprietà digestive, purificanti e antipruriginose.

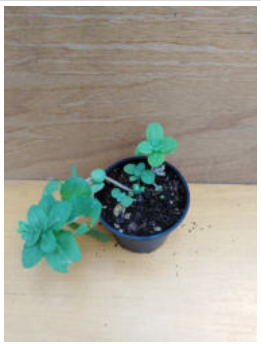
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	**Santolina rosmarinifolia - Erba oliva** Pianta biologica, rustica/perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Le foglie verde chiaro hanno un profumo e un aroma resinoso e intenso di olive.
	Saponaria officinalis Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. La pianta viene usata per creare un sapone fai da te, sia per lavare tessuti che la pelle e rinforzare i capelli; ha anche proprietà espettoranti e diuretiche. I suoi bellissimi fiori bianchi hanno un profumo meraviglioso.
	Satureja douglasii - Yerba Buena Pianta perenne, con i rami lunghi pendenti fino a 1 metro e i piccoli fiori bianchi, è anche una bellissima pianta da basket, ogni tanto dovrebbe essere tagliata, questo incoraggerà la ramificazione. Ha bisogno di uno spazio arioso e ben drenato.
	Satureja hortensis - Santoreggia comune Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Nella medicina popolare viene usata per i suoi benefici sull'apparato digerente, antisettica, aromatica, espettorante, flatulenza, mal di gola. Se strofinata sulle punture di api o vespe porta immediatamente sollievo. In cucina viene usata per insaporire insalate, carni, patate al forno, verdure e messa nei fagioli per problemi di flatulenza. Nell'orto se coltivata vicino ai fagioli aiuta a tenere lontani i parassiti. Pianta apistica.
	Satureja montana - Santoreggia Pianta rustica perenne resistente al gelo. Pianta apistica. Le sue proprietà sono digestive, aromatizzanti, digestive. Molto usata in cucina per insaporire piatti di carne, minestre, patate, fagioli.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Satureja montana citriodora - Santoreggia limone Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. In cucina è usata nelle carni alla griglia e sul pesce col suo delizioso aroma di limone. Nella medicina popolare viene usata contro la diarrea, digestione difficile, disturbi gastrointestinali, per fluidificare il catarro nei raffreddori e bronchiti, per lavare ferite e piaghe, colluttorio per la gola e la cavità orale infiammata. Pianta apistica.
	Satureja thymbra – Santoreggia sarda persiana, Zatar Pianta perenne, temperatura minima -4°C. Pianta apistica. Usata in cucina per insaporire carne e salse.
	Schinus mollis – Pepe rosa Pianta perenne, temperatura minima 0°C. In cucina si usa in carni, grigliate, pesce; è meno piccante del pepe nero con un aroma più delicato e unico. Nella medicina popolare i semi sono usati per le proprietà antidolorifiche, mal di denti; anche la corteccia ha proprietà astringenti.
	Schizonepeta tenuifolia - Catnip giapponese Fioritura blu, aromatica, anche erba medicinale cinese per i raffreddori. Abbassa la febbre e ti fa sudare. Agisce attraverso il meridiano del polmone e del fegato. Molto conosciuta in Giappone come erba gatta.
	Scrophularia nodosa - Pianta medicinale medievale Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Pianta mellifera!! L'infuso di scrophularia per uso esterno viene usato su scottature leggere e ferite; è una pianta cicatrizzante.
	Scutellaria baicalensis Pianta rustica perenne resistente al gelo. Un importante erba medicinale cinese, la radice calma lo yang, utile negli stati ansiosi e nell'insonnia. Pianta con una bellissima fioritura azzurra.

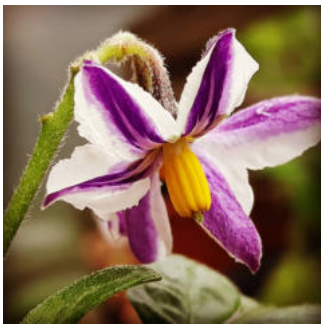
Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Scutellaria lateriflora - per nevralgie Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole o mezz'ombra. La medicina cinese utilizza da secoli questa pianta come rimedio per la diarrea, tosse e febbre.
	Sedum spurium (Phedimus spurius) Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Le giovani e succose foglie possono essere aggiunte alle insalate. Cotti o al vapore, i giovani germogli sono anche un buon ingrediente per i piatti a base di verdure. Bellissima fioritura , cresce benissimo nel giardino oppure si può piantarlo nel giardino roccioso.
	**Sedum telephium - Erba della madonna** Straordiario cicatrizzante naturale!!!! Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole. E' un potente cicatrizzante, viene tolta dalla foglia la pellicola e messa sulla ferita.
	Sida cordifolia – Bala Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole. E' una pianta usata nella medicina ayurvedica.
	Sideritis syriaca - Tè greco Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. E' una pianta perenne con proprietà antinfiammatorie per le vie respiratorie e lenitive in caso di tosse e raffreddori; è anche un ottimo integratore del ferro. Nei Balcani e nel Mediterraneo meridionale si usano le foglie, i fiori e i fusti per preparare un infuso. nota anche come **sheperd's tea** (tè dei pastori) o **tè di montagna** per prepararvi da soli un infuso. Ha anche un altro nome Malotira che significa tirare fuori la malattia.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Silene capensis - African Dream Root - Pianta dei sogni African Dream Root Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole. La radice dei sogni africani è considerata in tutto il mondo come una delle più potenti piante etnobotaniche che inducano il sogno (= unirogene).
	Silene dioica La Silene dioica è una pianta rustica/perenne, resistente al gelo, va coltivata in zone esposte al sole o a mezz'ombra. Le giovani foglie sono commestibili quando sono tenere, dalle radici è possibile produrre un acqua detergente simile alla saponaria. Attira le farfalle.
	Silene vulgaris – Strigoli Pianta rustica/perenne resistente al gelo. I germogli di questa pianta vengono raccolti prima della fioritura e usati in torte salate, zuppe, il risotto è ottimo, salsine da spalmare sul pane, come ripieno di ravioli, nelle frittate e in molti altri modi. Sono squisiti!!!!
	Silibum marianum - Cardo mariano Specie di cardo con foglie bizzarre, vistose, maculate verdi e bianche, molto decorative!I semi particolarmente medicinali vengono utilizzati per proteggere e rigenerare il fegato.
	Sisymbrium officinalis - Erisimo, erba dei cantanti Pianta rustica perenne resistente al gelo. Ha proprietà espettoranti, mucolitiche. Usato anche in cucina, le sue foglie hanno un sapore di cavolo, si possono insaporire insalate e verdure cotte.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Sium sisarum - Radice dolce Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature. E' un ortaggio medievale coltivato soprattutto per le sue dolci radice che vengono consumate cotte al vapore, hanno un basso contenuto calorico e sono depurative, le foglie usate come il prezzemolo.
	YACON - Smallanthus sonchifolius Il sapore del suo tubero è tra la mela e l'anguria. Facile da coltivare, esposizione pieno sole o mezz'ombra. Pianta molto vigorosa e dalle proprietà curative.
	Smyrnium olusatrum - Sostituto medievale del pepe Pianta rustica perenne resistente al gelo. Nel Medioevo i suoi semi neri venivano usati come sostituti del pepe . Tutte le parti della pianta sono commestibili, i giovani germogli si possono mettere nelle insalate, le foglie per aromatizzare le minestre. Ha proprietà digestive e il succo della pianta può essere usato per disinfettare le ferite.
	**Solanum muricatum – Pepino** Pianta perenne, temperatura minima 0°C. Il solanum muricatum produce un frutto ricco di fibre e vitamine con poco zucchero, il suo sapore è tra melone e pera.
	Solidago virgaurea Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Fiori gialli in estate Uno dei migliori rimedi per troppe proteine nelle urine, malattie del tratto urinario e infiammazione dei reni.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Spartium Jungeum – Ginestra spagnola Pianta rustica perenne resistente al gelo. Bellissima pianta di ginestra dal dolce profumo che ricorda il gelsomino, molto decorativa e attira molte api. E' una pianta Tintoria. Velenosa.
	Stachys affinis – Tuberina Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Le radici sono prelibate verdure giapponesi, si mangiano i rizomi raccolti in autunno.
	Stachys byzantina - Orecchie d'agnello Ama le esposizioni soleggiate, ma cresce benissimo anche in mezz'ombra, è facile da coltivare, rustica e decorativa, allevata principalmente per il fogliame, ma dotata anche di graziosi fiori estivi, da rosa a porpora, riuniti in piccole spighe, è adatta ai giardini 'sensoriali', poichè le sue foglie sono piacevoli da toccare. Nella medicina popolare e tradizionale le sue proprietà benefiche era sfruttate per curare il mal di testa, il raffreddore, le piaghe, le ferite e gli ascessi di qualunque natura. Pianta apistica.
	Stachys officinalis - Betonica comune Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole o mezz'ombra. Nella tradizione popolare la betonica veniva usata per il trattamento di mal di testa o applicata sulle ferite e per la scarsa memoria. E' un buon sostituto del tè molto aromatica e rinfrescante.
	Stachys palustris - Carciofino cinese Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Rizomi commestibili in autunno. Si possono mangiare questi crudi o stufati, hanno un sapore simile al ravanello in un primo momento e poi sul finale arriva un delicato aroma di nocciola. Abbastanza delizioso! Per le insalate o al vapore puoi anche raccogliere i giovani germogli primaverili. L'erba è considerata rilassante e diuretica. Un tempo era usato come erba curativa per le ferite.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Stachys recta - Erba stregona **L'Erba stregona o Catiorà** è una pianta erbacea rustica/perenne; può crescere in luoghi aridi o in giardini rocciosi. Produce infiorescenze a forma di spiga (da qui il nome stachys). Il periodo di fioritura va da maggio a agosto. L'**Erba stregona** è conosciuta anche come erba della paura.
	Stevia rebaudiana – Dolcificante Pianta perenne non resistente alle basse temperature (+ 0°C), esposizione sole; nel periodo invernale è consigliato ricoverarla in ambiente protetto. Dolcificante naturale!!! Le foglie fresche o secche sono usate per dolcificare dolci, bevande, macedonie ecc...
	Stipa pennata - Lino delle fate piumoso Pianta perenne, teme il gelo esposizione sole. Pianta molto decorativa
	Symphytum officinale - Consolida maggiore Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole o mezz'ombra. Il succo appena spremuto può essere usato come ormone naturale per le talee di erbe. La consolida maggiore ha azioni antinfiammatorie e cicatrizzanti.
	Tagete filifolia – Gusto liquirizia Particolarmente apprezzato dai bambini. E' una pianta cespugliosa ha un intenso aroma di liquirizia per piatti dolci, salati e tisane. Deliziosa nelle insalate. I fiori bianchi poco appariscenti compaiono in ottobre. Con la tagete liquirizia si prepara anche un liquore: bastano pochi rametti per dare all'alcol un forte aroma. Questo liquore si sposa bene con i dolci.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Tagete lucida - Dragoncello invernale Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Le sue foglie hanno un sapore di anice. E' una pianta **tintoria;** dai suoi fiori infatti è possibile ottenere una tintura gialla. Viene impiegato sia come erba medica, viste le numerose proprietà, sia in cucina. C'è chi utilizza la pianta secca come **incenso** per allontanare gli insetti.
	Tagete minuta – Contro i nematodi Pianta erbacea annuale che si autosemina, esposizione sole, raggiunge più di 2 mt in altezza. In cucina le sue foglie essicate vengono usate nelle minestre. Funziona contro i nematodi nel terreno. Aroma speziato di agrumi.
	Tagete spp Varietà efficace contro i nematodi del suolo. Tipici fiori arancio. I suoi fiori sono eduli. Fiori gialli e arancio.
	Talinum paniculatum - Ginseng terrestre Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole. Una pianta ampiamente usata nella medicina popolare cinese, le foglie sono usate anche fresche in insalate o sbollentate. Ha effetto energizzante come il ginseng.
	Tanacetum balsamita - Erba san Pietro Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra, è una pianta molto vigorosa. Trova molti impieghi nella medicina popolare, usata anche in cucina in torte salate ecc.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Tanacetum vulgare – Tanaceto Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una pianta molto utile nell'orto contro i pidocchi. Pianta molto vigorosa. E' una pianta tintoria.
	Tanacetum vulgare crispo- Tanaceto crispo - Arquebuse Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole o mezz'ombra. Le foglie molto aromatiche vengono usate per la preparazione di un liquore casalingo "Arquebuse". Le foglie fresche strofinate sul pelo degli animali sono un deterrente per le pulci e se strofinate su balconi o finestre tengono lontane le mosche. Ha proprietà digestive.
	Taraxacum officinale – Tarassaco Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo. Il tarassaco è molto usato nella medicina popolare ed è molto usato anche in cucina.
	Tetragonia tetragonioides - Spinacio perenne della Nuova Zelanda Pianta perenne clima mediterraneo. Viene chiamato anche spinacio estivo, le piante sono molto vigorose. Ha proprietà antinfiammatorie.
	Thlaspi arvense - erba molto gustosa Pianta dal sapore molto delizioso tra porro,senape e crescione. Ha proprietà antibatteriche, antinfiammatorie, diuretiche, espettoranti, febbrifughe.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Thymus fragrantissimus – Timo arancio Pianta perenne resistente al gelo, esposizione sole. Pianta apistica. L'aroma fruttato e balsamico è molto intenso.
	Thymus longicaulis - Timo al pepe Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Molto indicato l'utilizzo in **cucina**; si utilizzano i fiori e le foglie che hanno un sapore pepato che lo rende adatto per aromatizzare e insaporire piatti a base di carne, ripieni, sughi, pesce. Pianta apistica.
	Timo porcini - Thymus longicaulis ssp.odoratus Varietà di timo a cascata molto vigoroso e aromatico. Per il suo particolare aroma viene chiamato timo porcino. Pianta apistica.
	Thymus serpillum - Timo serpillo Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Cambia il suo profumo in base al terreno che trova, il suo aroma può essere fra rosa, noce moscata, limone, timo. Il tè ha un sapore leggermente aromatico e ha un effetto rinforzante.
	Timo alla rosa - Thymus sp. Un timo che profuma di rosa, adatto per piatti sia dolci che salati. Il tè fatto con questo timo ha un sapore floreale. Pianta rustica perenne resistente al gelo, esposizione sole. Pianta apistica.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Thymus vulgaris – Timo Pianta biologica, rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole. Una tra le erbe più utilizzate in cucina. Ha proprietà espettoranti, antimicrobiche. Pianta apistica.
	Toona sinensis - Albero delle verdure, Maggi Erba maggi dall'Asia dall'aroma intenso. Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole. E' un alberello che cresce in altezza massimo 2,00 mt; si raccolgono dalla pianta le giovani foglie e germogli che vengono consumati come verdure.
	Tragopogon pratensis Pianta rustica perenne resistente alle basse temperature. Fiori, foglie, steli e radici sono utilizzati in cucina. In primavera le giovani foglie e gli steli teneri hanno un sapore simile agli asparagi. Una pianta usata per mangiare già nel Medioevo. Tutta la pianta ha un effetto depurativo e diuretico, un tempo la radice veniva utilizzata per la tosse e raffreddore.
	Trigonella foenum Graecum - Fieno greco, erba del pane Pianta annuale, esposizione sole o mezz'ombra. Si usano foglie e semi come spezia in cucina, chiamata anche erba del pane o erba degli zingari. Usata anche nella medicina popolare.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Tropaeolum majus – Nasturzio Pianta annuale. Ha proprietà diuretiche, antiossidanti, espettoranti, digestive. Tutta la pianta è commestibile, i suoi fiori si possono aggiungere alle insalate, i semi verdi possono sostituire i capperi.
	Tumbalghia violacea Pianta perenne, temperatura minima 0°C. Aroma intenso, fiori bellissimi , le foglie hanno un forte aroma di aglio. Coltivato anche come pianta d'appartamento, sempreverde con bellissimi fiori viola profumati. Il periodo di fioritura è tutto l'anno. Le foglie possono essere utilizzate come l'erba cipollina;
	Tussilago farfara – Farfara Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione mezz'ombra. Ha proprietà espettoranti, emollienti, antinfiammatorie. Fiori e foglie sono ricchi di mucillaggini.
	Urtica dioica – Ortica Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Le ortiche sono un alimento molto nutriente che è facilmente digeribile ed è ricco di minerali (soprattutto ferro) e vitamine (soprattutto A e C). Le foglie sono anche un'aggiunta eccellente al mucchio di compost e possono essere immerse per 7-21 giorni in acqua per preparare un nutrimento liquido molto nutriente per le piante. Questo liquido è sia repellente per insetti che un buon nutrimento fogliare.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Valeriana officinalis Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature. I fiori sono chiamati in Inghilterra "Eliotropio da giardino" a causa della loro fragranza simile all'eliotropio. La valeriana è comunemente usata per i disturbi del sonno , in particolare l'incapacità di dormire (insonnia). La parte utilizzata è la radice.
	Verbascum thapsus – Verbasco Pianta biologica, rustica/perenne resistente alle basse temperature. Un olio infuso di fiori di verbasco è forse uno dei primi rimedi a cui pensare nel trattamento di un'infezione all'orecchio, alleviando il dolore e accelerando i tempi di recupero. Le foglie sono la parte più comunemente usata della pianta e tra i primi rimedi da considerare nel trattamento della congestione e della tosse secca, in quanto sono un ottimo espettorante.
	Verbena bonariensis - Verbena americana Pianta rustica/perenne, esposizione sole o mezz'ombra. Questa verbena veniva usata dai pellerossa, ha proprietà anti infiammatorie. Può diventare alta fino a 1 mt e i suoi fiorellini sono di colore viola/lilla.
	Verbena officinalis Pianta rustica/perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una delle quattro erbe sacre ai Celti (verbena officinalis, filipendula ulmaria, nasturtium officinalis e vischio). Pianta apistica.
	Veronica officinalis - Tè svizzero Pianta rustica/perenne resistente alle basse temperature, esposizione sole o mezz'ombra. Pianta apistica È una pianta medicinale frequentemente e ampiamente usata nella medicina tradizionale. Viene usata prima di tutto in caso di malattie del tratto respiratorio superiore, gastroenterite, problemi alla vescica, dolore reumatico e infiammazioni della pelle. È il principale composto di tè depuranti ed è presente anche nelle miscele di tè espettoranti.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Veronica Chamaedrys - Occhi della Madonna Pianta rustica perenne resistente al gelo. Foglie e fiori si possono mangiare nelle insalate. I suoi fiori blu brillante attirano api e farfalle. Stimola il metabolismo, per uso esterno aiuta con le ustioni.
	Vetiver Zizanioides – Vetiver Pianta aromatica d'oriente. Pianta perenne, temperatura minima +4°C, esposizione sole. Nel mondo arabo le radici essiccate vengono cotte anche per condire piatti a base di cereali come la speciale semola di grano duro. Sviluppa il suo tipico aroma solo dopo l'essiccazione, che viene poi conservato per anni. Più conosciuto nel nostro Paese come olio essenziale in aromaterapia.
	Vigna Caracalla - Fiore di lumaca Pianta rampicante molto vigorosa, temperatura minima + 15°C.I fiori emanano un profumo unico e delizioso ed hanno una forma bizzarra simile a una lumaca.
	Viola odorata - Viola mammola Ha proprietà mediche. Può essere impiegata per preparare un infuso con fiori secchi o freschi che svolgono un'azione espettorante in caso di bronchiti. Lo sciroppo di fiori è di aiuto per curare raffreddori e bronchiti. In **cucina**. E' molto saporita. Le **foglie**, dal sapore dolciastro, possono essere impiegate per la preparazione di zuppe, frittate o pesti o cucinate come verdure cotte.
	Violetta di Parma bianca - Viola suavis Duchesse de Parme Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Fiore commestibile da aggiungere a insalate e macedonie. I fiori delle viole di Parma sono particolarmente indicati per essere canditi per via della loro fragranza.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Violetta di Parma blu - Viola suavis Duchesse de Parme Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Fiore commestibile da aggiungere a insalate e macedonie. I fiori delle viole di Parma sono particolarmente indicati per essere canditi per via della loro fragranza.
	Viola tricolor Pianta rustica, perenne resistente al gelo, esposizione sole o mezz'ombra. Una bellissima viola dai fiori colorati e commestibili per decorare i tuoi piatti e il tuo giardino.
	Vitex agnus castus - Pepe dei monaci Pianta rustica/perenne resistente al gelo. Le foglie e i fiori hanno una profumazione aromatica che attira api e farfalle. Ha proprietà sedative, antispasmodiche.
	Withania somnifera - Ashwagandha La pianta di **Ashwagandha** o Withania somnifera è un arbusto erbaceo perenne (clima mediterraneo) può raggiungere un'altezza di 30/150 cm. **L'Ashwaganda** nota anche come **ginseng indiano** è stata utilizzata da millenni dalla medicina tradizionale **ayurvedica** e è stata definita un **superfood**.
	Yucca Glauca Pianta rustica perenne resistente al gelo. Le radici contengono circa il 2% di saponina, una sostanza usata negli shampoo delicati. Dona ai capelli una lucentezza setosa. Facile da usare: si taglia a pezzi la radice e si mette a bagno nell'acqua e poi montati fino a renderli spumosi. La yucca dall'aspetto tropicale conferisce al giardino un tocco esotico.

Azienda Agricola Caldera Erika
vivaio piante officinali biologiche
Bleggio Superiore TN
www.erikacaldera.it - info@erikacaldera.it – cell 333 2436894

	Zanthoxylum simulans – Pepe sichuan Pianta rustica perenne resistente al gelo. La pianta del peperone cinese. In Cina e Giappone, i frutti rossi aromatici e dal sapore pepato sono usati come spezia. Fa parte delle cinque spezie da tavola ampiamente utilizzate nella cucina cinese.
	Zingiber mioga - Zenzero giapponese Pianta perenne (clima mediterraneo), esposizione sole. Nella cucina giapponese vengono usati i giovani germogli stufati, aggiunti a zuppe o tofu, hanno un aroma molto buono e speziato, possono essere tritati finemente e marinati e aggiunti come contorno al sashimi. Anche i suoi fiori sono aggiunti a piatti fritti e zuppe.
	Zingiber officinalis – Zenzero Pianta perenne, da proteggere l'inverno che diventa una bellissima pianta d'appartamento. La parte utilizzata è il rizoma. Ha proprietà antinfiammatorie, antivirale, digestivo.