



Borago officinalis

Famiglia BORAGINACEAE

BORRAGINE, BORRANA

ETIMOLOGIA – Il nome del genere deriva dall'arabo abou rach e significa "padre del sudore", con riferimento alle proprietà sudorifere della pianta.

AMBIENTE – Si trova qua e là nei terreni concimati e negli ambienti ruderali, fino a 800 m. È presente soprattutto nell'Europa centro-meridionale.

CARATTERI BOTANICI

FUSTO – I fusti della borragine sono decisamente robusti, cavi all'interno, e ricoperti da una fitta peluria bianca, rigida e pungente. Può raggiungere un'altezza di 80 cm.

FOGLIE - Le foglie sono spesse e pelose, dalla forma ovale appuntita e dall'intenso colore grigio-verde.

FIORI - I fiori sono grandi, stellati, appaiono in grappoli sulle sommità dei gambi tra maggio e settembre. Sono di un bel colore azzurro, con cinque lobi, da cui sporgono le antere scure.

USI – Questa pianta un tempo era coltivata per le foglie, usate nelle minestre come verdura; entrano nelle insalate crude, logicamente quando le foglie stesse sono giovani e tenere, altrimenti le robuste setole le rendono poco appetibili. Come verdura cotta si possono preparare come gli spinaci o assieme ad altre verdure di stagione nelle frittate. Particolarmente interessanti, come dolce, sono le frittelle di borragine, fatte sempre con le foglie, e come curiosità i fiori canditi, che si possono utilizzare come guarnizioni. Le proprietà officinali della pianta sono: emolliente, sudorifera, espettorante. È buona mellifera. La borragine risulta molto gradita alle api, ha inoltre grande simpatia per le fragole, delle quali stimola la crescita, e per le rose ed esercita la benefica funzione di tenere i bruchi alla larga dalle piante di pomodoro. A fine coltivazione la cenere ottenuta dalla combustione degli steli secchi fornisce, dato l'alto contenuto di minerali, un ottimo concime ecologico ed economico. Fino all'ultimo questa modesta pianticella si dimostra generosa.

STORIA E LEGGENDE - Fin dall'antichità quest'erba è stata descritta come capace di allontanare la malinconia, di confortare e allietare.