



Plantago lanceolata Famiglia PLANTAGINACEA

PIANTAGGINE LANCIUOLA

ETIMOLOGIA - Il nome generico (Plantago) deriva dalla parola latina "planta" e significa "pianta del piede" e fa riferimento alle piatte foglie basali di questa pianta simili a "piante di un piede". Il nome specifico (lanceolata) deriva dal latino "lanceolatum" e fa riferimento alla forma delle foglie simile alla punta delle lance.

AMBIENTE - L'origine è Eurasiatica, ma è una specie diffusa anche in Italia.

Questa specie è presente sia in pianura che sui rilievi, come possono essere le alpi.

La "lingua di cane" si trova inoltre anche in tutto il resto d'Europa; alcuni posti nei quali si può ammirare la sua bellezza sono: Foresta nera, Vosgi, Pirenei e su quasi tutte le altre alture italiane.

L'habitat tipico sono gli incolti, le aree lungo le vie, i campi, le vigne e gli ambienti ruderali. Il substrato preferito è calcareo ma anche siliceo.

Queste piante si possono trovare fino a una quota di 2000m.

CARATTERI BOTANICI

FUSTO - La parte aerea della pianta consiste in uno o più assi fiorali (= scapi) allungati e privi di foglie.

FOGLIE - Le foglie sono tutte in rosetta basale con disposizione spiralata e sono persistenti per tutto l'anno. La superficie è percorsa da 3 - 5 nervature longitudinali ed è subglabra.

FIORI - I fiori sono sessili, piccoli e ridotti in ogni elemento. Le spighe hanno delle forme ovoidali compatte e brevi. I fiori sono ermafroditi, attinomorfi, tetrameri, ossia con quattro verticilli e tetrameri.

FRUTTI - I frutti sono delle capsule da ovoidi a ellissoidi con deiscenza trasversale in parte nascoste dai sepali persistenti. I semi hanno la faccia interna concava e sono pochi (1 o 2). I cotiledoni sono paralleli al lato ventrale.

USI - Le foglie sono disponibili tutto l'anno e sono usate come radichchio, crude in insalata, oppure cotte come gli spinaci. Bollendo rilasciano un odore simile a quello dei funghi champignon. Le foglie hanno proprietà astringenti. Veniva usata anticamente contro le infiammazioni come emorroidi e malattie dell'apparato respiratorio, oppure veniva data ai giovani anemici. Come tutte le plantago possiede doti fortemente cicatrizzanti e difatti in erboristeria le foglie fresche, che contengono mucillatannino, minutamente tritate, poste a contatto con una ferita tramite bendaggio favoriscono una rapida guarigione della ferita stessa e bloccano le emorragie. È consigliato l'uso contro le congiuntiviti e le infiammazioni palpebrali.