

Lavandula angustifolia Mill.

Lamiaceae (Labiatae)

Sinonimi: *Lavandula officinalis*, *Lavandula pyrenaica*, *Lavandula spica*, *Lavandula vera*, *Lavandula vulgaris*



LAVANDA

Altri nomi comuni e regionali: Nardo, Spica, Spigo, Spigo nardo, Spigo di San Giovanni
Dialetti savonesi: Spigu, Spigunardu

IL NOME

Lavanda: dal latino *lavanda*, gerundio di *lavare*, perché usata per profumare l'acqua per i lavaggi e le abluzioni.

Spigo: dal latino *spicu(m)*, variante di *spica* "punta, spiga".

Nardo: dal latino *nardu(m)*, greco *nàrdon*, di origine orientale, denominazione di varie piante odorose.

L'USO DECORATIVO

Piuttosto che di Lavanda si deve parlare di Lavande, al plurale, considerato che le specie sono diverse, circa 25, e tante le varietà. Oltre alla classica *Lavandula angustifolia*, di cui si hanno più varietà con diverse colorazioni del fiore: lilla, viola, blu, porpora, rosa e bianco, sono da ricordare la *L. dentata*, con le foglie



L'AREA DI DIFFUSIONE

Originaria delle Canarie, del nord Africa, dell'Asia occidentale, dell'India la Lavanda vive in tutto l'areale mediterraneo nei luoghi sassosi e rupestri calcarei, dal mare fino ad alta quota, massimamente in Liguria e basso Piemonte.

Famose le coltivazioni del Colle di Nava, nell'alta valle Arroscia in provincia di Imperia, ed in tutta la Provenza.

Lavanda

Danese	Lavendel
Francese	Lavande anglaise, Lavande officinale
Inglese/Americano	English lavender, Garden lavender, Lavender, True lavender
Polacco	Lawenda waskolistna
Portoghese	Lavanda
Russo	Lavanda aptenaja
Spagnolo	Alhucema, Espigol, Espiego común, Lavanda, Lavandula
Svedese	Lavendel
Suomi	Tähkälaventeli
Tedesco	Echter Lavendel
Turco	Lavanta
Ungherese	Levendula

STOECHAS, Matthioli.



dai margini intagliati, come dice il nome, la *L. stoechas*, dal profumo intenso che ricorda un po' il rosmarino, la *L. latifolia*, forse meno profumata delle consorelle, che cresce ad alta quota ed altre ancora.

Qualunque sia la specie e la varietà prescelta, in ogni giardino non può mancare un cespuglio od una bordura di Lavanda, come non ne può mancare un grosso vaso su ogni terrazzo, purché esposto al sole.

Le piantine di Lavanda sono offerte dai garden, dai vivai e dalle stesse aziende produttrici che effettuano la vendita diretta, in molte diverse presentazioni commerciali: allevate a cespuglio in vasi da 10, 14, 18, 24, 30, 35 e 45 centimetri di diametro ed in cassette da 10 x 20 o 15 x 40 centimetri; allevate ad alberetto in vasi da 14, 18 e 24 centimetri di diametro. L'offerta copre quasi tutto l'anno, da settembre a luglio, ma il periodo di maggiore disponibilità è da febbraio a maggio.

■ LE PROPRIETÀ MEDICAMENTOSE

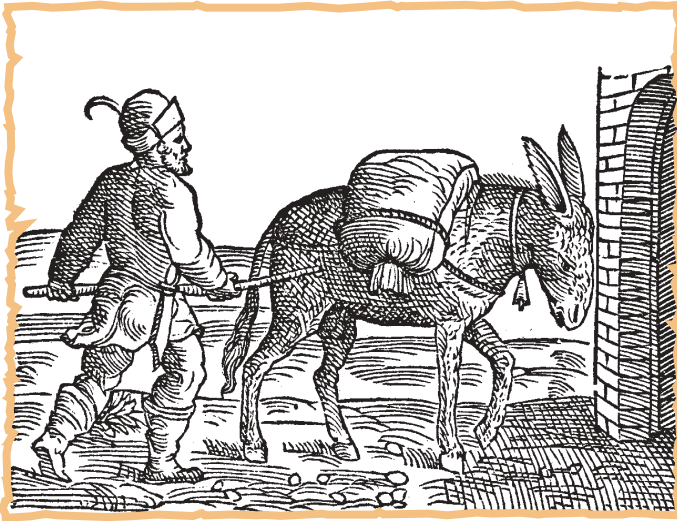
Come in molti casi analoghi più autori nel corso del tempo hanno fatto a gara per attribuire alle tisane, infusioni, decotti ed essenze di Lavanda le più disparate proprietà medicamentose: analgesiche, nei casi di emicrania; antisettiche; antispasmodiche; aromatizzanti; balsamiche; carminative, per rimediare a fastidiose ventosità intestinali; cicatrizzanti; colagoghe; coleretiche; digestive; diuretiche; insetticide; ipnotiche, utili in varie forme di malessere di origine nervosa; stimolanti; stomatiche; sudorifere; vermifughe; vulnerarie.

L'IMPIEGO IN CUCINA

Nonostante le virtù della Lavanda siano essenzialmente legate alla sua profumazione, alcuni autori ne indicano utilizzi culinari per insaporire, con altre erbe aromatiche, piatti di carne; per profumare delicatamente le marmellate; per candire i fiori; per preparare vino ed aceto aromatizzati.

Esiste anche una ricetta per il pollo alla Lavanda.





In epoche trascorse, già prima del XVI secolo, della Lavanda si faceva uso larghissimo in medicina ed era usata, con serena fiducia, anche in casi di asma, balbuzie, epilessia, gotta, leucorrea, paralisi, scrofola, tigna, perfino per uccidere pidocchi e piattole e per curare i cani da caccia morsicati da una vipera.

Nelle sue dotte disquisizioni sulla materia medica, pubblicate nel 1557, commentando l'asserzione di Dioscoride che "il Celtico Nardo" (pianta odorifera di grandi virtù medicinali) "nasce nell'alpi di Liguria", il medico senese Mattioli, intorno alla metà del Cinquecento, scrive della Lavanda in questi termini: "Imperoché à Genova, città di Liguria, & in altri luoghi circconvicini, dove agevolmente il Celtico nardo s'havrebbe, non curandosi i medici, ne gli spetiali, che quivi dimorano, di rintracciarlo, usano (seguendo i volgari, & manifesti errori) la Lavanda in vece di quello ..."

Alla fine del Seicento una dramma (poco più di tre grammi e mezzo) di fiori di lavanda è nella composizione dell'*Unguentum pomatum officinale* dell'illustre farmacologo francese Nicolò Lamery, considerato il prototipo delle *pomate*, cioè unguenti preparati impiegando polpa di mele (pomi), ricca di pectina.

■ ALTRI USI

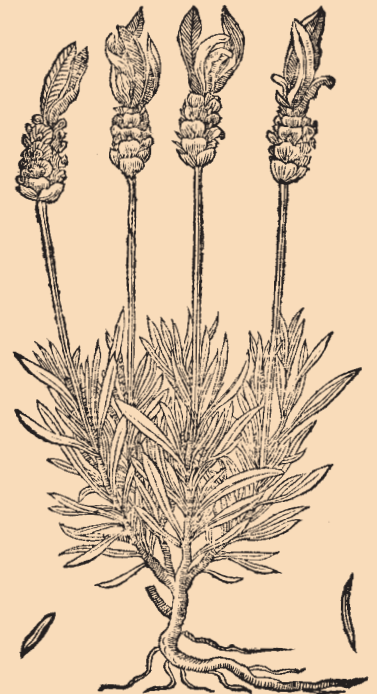
In epoca rinascimentale i pittori usano l'essenza di lavanda come diluente per i colori. Alcuni autori citano una particolare abitudine spagnola, di altri tempi, quella fumare foglie di Lavanda nella pipa.

L'IMPIEGO NELLA COSMESI

L'impiego più noto della Lavanda è per la preparazione dell'essenza che, secondo la concentrazione ed il metodo di estrazione è denominata Lavanda italiana, francese o inglese.

Da cento kilogrammi di fiori e foglie si estraggono da mezzo kilogrammo ad un kilogrammo di essenza. Per i capelli grassi si consiglia il risciacquo con acqua dove hanno bollito fiori di Lavanda; l'olio essenziale è indicato per acne e foruncoli; foglie e fiori rendono balsamica l'acqua del bagno, come ricorda l'etimo del suo nome latino.

STOECHAS Capitulis foliatis.



LAVANDULA, Mas.



CARATTERISTICHE ED ESIGENZE DELLA PIANTA

Cultivare la Lavanda è facile: poca acqua e tanto sole.



Forma di propagazione
Da talea



Ambiente di coltura
Piena aria o sotto ombraio



Portamento
Eretto



Illuminazione
Preferisce le esposizioni soleggiate



Temperatura
Sopporta bene il freddo



Umidità
Preferisce una moderata umidità

Nel modo più classico e tradizionale si usa ancor oggi, massime in Provenza, riempire sacchetti di fiori di Lavanda per profumare la biancheria; le nonne sapevano fare a meno anche del sacchetto di tela, confezionando i fiori in una gabbietta ottenuta ripiegando gli stessi steli, affinché i fiori, seccando, non si disperdessero nei cassetti.

Ai sofferenti di insonnia si consiglia un guanciaie imbottito di fiori di Lavanda!

■ CITAZIONI

Virgilio in pochi versi della seconda Egloga, tradotta da Luca Canali, tratteggia profumi e colori di un bellissimo mazzo di fiori:

"... una splendida Naiade cogliendo le pallide viole ed il colmo / dei papaveri, vi congiunge il narciso e il fiore fragrante dell'aneto; / poi intrecciando lo spigo ed altre erbe odorose, / screzia i molli giacinti con il giallo colore del fiorrancio."

Mentre Pascoli, ne "La canzone del girarrosto", coglie l'intimo senso domestico del profumo della Lavanda:

*"È fuori un frastuono di gioco,
per casa è un sentore di spigo...
Che ha quella pentola al fuoco?
che sfrigola sfrigola..."*

LAVANDULA Multifido folio, Clusij.

