

Eventi Orto Botanico 2017



Piano Lauree Scientifiche
Biotecnologie Università di Verona

Menù Tipico
alle Erbe del Monte Baldo

Venerdì 05 Maggio 2017

Parco Naturalistico - Scientifico del Monte Baldo
Rifugio Novezzina - Ferrara di Monte Baldo (Verona)

PARCO NATURALISTICO SCIENTIFICO
NOVEZZINA
RIFUGIO LE ORTOBOTANICO UNIVERSITÀ DI VERONA

MENU'

Salvia sclarea in pastella

Crostino all'Aglio orsino

Ricotta con Mostarda di Cipolle rosse

Risotto ai Fiori di Sambuco

Vellutata di Ortiche

Cagliata impanata con polenta di Storo

Frittata alla Silene con Tarassaco

Insalata alle Erbe ed ai Fiori del Baldo

Tagliere di Formaggi di Malga Albarè

con Gelatina di Vino rosso

Torta al Daniel

Gelato alla Melissa

Tisana ai Fiori di Papavero

La "Fata Verde"

Assenzio (*Artemisia absinthium* L.): tradizionalmente usato come amarotonico, eupeptico, coleretico e colagogo; utile nell'inappetenza, nei disturbi dispeptici, nell'atonìa gastrica e nelle infiammazioni della mucosa gastro-intestinale.

Aglio orsino (*Allium ursinum* L.): usato nella cucina popolare ha proprietà depurative, antisettiche, antiasmatiche, ipotensive, diuretiche, vaso-dilatatrici, febbrifughe.

Melissa (*Melissa officinalis* L.): trova uso come sedativo negli stati d'ansia ed irrequietezza, nelle patologie dispeptiche gastroenteriche e nella cura dell'emicrania; è utilizzata come aromatizzante in liquoristica e pasticceria.

Ortica (*Urtica dioica* L.): usata in cucina dai tempi dei Greci e dei Romani in tutta Europa, costituisce ancor oggi un alimento diffuso nelle aree rurali; contiene minerali, come calcio, ferro e potassio, vitamine, proteine ed amminoacidi, che ne fanno un alimento ad alto valore nutritivo. Efficace contro artriti, reumatismi, riniti allergiche, infezioni del tratto urinario, problemi cardiovascolari e per l'ipertrofia prostatica benigna.

Papavero (*Papaver rhoeas* L.): contiene alcaloidi, dei quali il principale è la rhoedina, dalle proprietà blandamente sedative.

Salvia dei Prati (*Salvia pratensis* L.): ha proprietà antisettiche, antimicotiche, antinfiammatorie, ipoglicemiche, toniche, digestive, ed antidepressive.

Sambuco (*Sambucus nigra* L.): rinforza il sistema immunitario perché i suoi bioflavonoidi incrementando il livello di antiossidanti, proteggono dagli attacchi dei virus.

Silene (*Silene vulgaris* (Moench) Garcke): una fra le migliori erbe commestibili; è molto ricercata in gastronomia.