

Schede delle specie alimentari spontanee negli approfondimenti pubblicati

1 - Il selvatico in cucina: le aromatiche spontanee. Piante, consigli e gastronomia

2 - Il selvatico in cucina: bulbi, spine e germogli. Piante spontanee, consigli e gastronomia

3 - Il selvatico in cucina: erbe amare e altre erbacce spontanee. Piante, consigli e gastronomia

4 - Il selvatico in cucina: le erbe spontanee più buone e versatili. Piante, consigli e gastronomia

Achillea millefolium,1
Achillea species,1
Acorus calamus,2
Aegopodium podagraria,3
Agave americana,2
Ajuga reptans,3
Alchemilla xanthochlora,2
Alliaria petiolata,1
Allium ampeloprasum,1-2
Allium angulosum,1-2
Allium carinatum,1-2
Allium neapolitanum,1-2
Allium oleraceum,1-2
Allium schoenoprasum,1-2-4
Allium species,1-2-4
Allium sphaerocephalon,1-2
Allium subhirsutum,1-2
Allium triquetrum,1-2
Allium ursinum,1-2-4
Allium vineale,1-2
Althaea species,3
Amaranthus retroflexus e altre specie,3
Anchusa species,3
Anethum graveolens,1
Angelica species,1
Anthemis nobilis,1
Anthriscus cerefolium,1
Anthriscus sylvestris,1
Apios americana,2
Apium nodiflorum,1-4
Arabis species,3
Arctium species,2-4
Armoracia rusticana,1-2
Artemisia abrotanum,1
Artemisia absinthium,1
Artemisia dracunculus,1
Artemisia vulgaris,1
Aruncus dioicus,2-4
Arundo donax,2
Asparagus acutifolius,2-4
Asparagus officinalis,2
Asparagus species,2-4
Asparagus tenuifolius,2
Asperula odorata,1
Asphodeline lutea,2
Asphodelus species,2
Atractylis gummifera,2
Atriplex hortensis e altre specie,3-4
Balsamita major,1
Barlia robertiana e altre orchidee,2
Bellis perennis,3
Beta vulgaris,4
Betula pendula,3
Borago officinalis,4
Brassica fruticulosa,4
Brassica nigra,1-4
Brassica species,4
Bryonia dioica,2
Bunias eruca,4
Bunium bulbocastanum,2
Cakile maritima,1
Calamintha nepeta,1
Calamintha sylvatica,1
Calendula species,3
Calepina irregularis,3
Campanula rapunculus,2
Campanula trachelium,3
Capparis spinosa,1
Capsella bursa pastoris,4
Cardamine amara,1
Cardamine bulbifera,1
Cardamine hirsuta,1-3
Cardamine pratensis,1
Cardamine species,1-3
Cardaria draba,3
Carduncellus pinnatus,2
Carduus pycnocephalus,2
Carduus species,2
Carlina acaulis,2
Carlina species,2
Carum carvi,1
Centaurea calcitrapa,2
Centaurea solstitialis,2
Centaurea species,3
Centranthus ruber,3
Cerinthe major,3
Chamaerops humilis,2
Chenopodium album,4
Chenopodium bonus-Henricus,4
Chondrilla juncea,3-4
Chrysanthemum species,3
Cicerbita alpina,2
Cichorium intybus,3-4
Cirsium arvense,2
Cirsium eriophorum,2
Cirsium erisithales,2
Cirsium oleraceum,2
Cirsium species,2
Cirsium vulgare,2
Clematis vitalba,2-4
Cnicus benedictus,2
Coriandrum sativum,1
Crepis species,3
Crepis species,4
Crithmum maritimum,1-4
Cynara cardunculus,2-4
Cynodon dactylon,2
Cyperus species,2
Daucus carota,2
Diplotaxis tenuifolia,1
Dipsacus fullonum,2
Echinophora spinosa,2
Echium vulgare,3
Epilobium angustifolium,2
Equisetum species,2
Eruca vesicaria,1
Eryngium campestre,2
Erythronium dens-canis,2
Fedia species,3
Foeniculum vulgare,1-4
Galactites tomentosa,2
Galinsoga species,3
Galium species,3
Glechoma ederacea,1
Glycyrrhiza glabra,2
Halimione portulacoides,3
Hedysarum coronarium,3
Helianthus tuberosus,2
Helicrysum italicum,1
Helminthotheca echioides,3-4
Heracleum sphondylium,2-4
Hermodactylus tuberosus,2
Hieracium pilosella,3
Hirschfeldia incana,4
Humulus lupulus,2-4
Hyoseris radiata,3-4
Hypochoeris radicata e altre specie,3-4
Hyssopus officinalis,1
Juniperus communis,1
Knautia arvensis,3
Lactuca serriola,3
Lamium species,3
Lapsana communis,3-4
Lathyrus species,2
Lathyrus sylvestris,2-4
Laurus nobilis,1
Lavandula angustifolia,1
Leontodon hispidus,3
Leontodon species,3-4
Leopoldia comosa,2
Lepidium campestre e altre specie,1-3
Leucanthemum vulgare,3
Levisticum officinale,1-4
Lippia citrodora,1
Lunaria annua,3
Lythrum salicaria,3
Malva sylvestris e altre specie,4
Matricaria chamomilla,1
Medicago sativa,3
Melilotus officinalis,3
Melissa officinalis,1
Mentha species,1
Micromeria graeca,1
Mycelis muralis,3-4
Myrrhis odorata,1
Myrtus communis,1
Nasturtium officinale,1
Nigella damascena,1
Notobasis syriaca,2
Oenothera biennis,3
Ononis spinosa,3
Onopordum illyricum,2-4
Opuntia ficus-indica,2
Origanum majorana,1
Origanum vulgare,1
Origanum vulgare subsp. viridulum,1
Ornithogalum pyrenaicum,2-4

Oxalis acetosella,1
Oxalis species,1
Papaver rhoeas,4
Parietaria judaica e *P. officinalis*,3
Pastinaca sativa,2
Petasites species,2
Phagnalon saxatile,1
Phlomis fruticosa,1
Phragmites australis,2
Phyteuma species,3
Phytolacca americana,2
Picea abies,2
Picris hieracioides,3
Pimpinella anisum,1
Pinus pinea,1
Plantago lanceolata,3
Plantago species,3
Polygonum bistorta,3
Polygonum hydropiper,1
Polygonum japonicum,2
Portulaca oleracea,4
Primula vulgaris,3
Pteridium aquilinum,2
Pulmonaria officinalis,3
Ranunculus ficaria,2
Raphanus raphanistrum,4
Reichardia picroides,3-4
Reseda species,3
Rhus coriaria,1
Rosmarinus officinalis,1
Rubus fruticosus,2
Rumex acetosa,3
Rumex acetosa,4
Rumex species,3
Ruscus aculeatus,2
Ruscus aculeatus,4
Ruscus hypophyllum,2
Ruta graveolens,1
Salicornia species,2
Salsola species,2
Salvia elegans,1
Salvia fruticosa,1
Salvia pratensis,1
Salvia sclarea,1
Salvia verbenaca,1
Sambucus nigra,1
Sanguisorba minor,1
Satureja hortensis,1
Satureja montana,1
Schinus molle,1
Scolymus grandiflorus,2-4
Scorzonera species,3
Silene alba,4
Silene vulgaris,4
Silybum marianum,2-4
Sinapis species,1-4
Sisymbrium officinale,4
Smilax aspera,2-4
Smyrnium olusatrum,1-4
Sonchus oleraceus e altre specie,3-4
Stellaria media,3-4
Symphytum species,3
Tamus communis,2-4
Tanacetum parthenium,1
Tanacetum vulgare,1
Taraxacum officinale,3-4
Thymus capitatus,1
Thymus serpyllum,1
Thymus species,1
Tilia species,3
Tordylium apulum,3
Tragopogon species,2-3-4
Trapa natans,2
Trifolium species,3
Tussilago farfara,3
Typha latifolia,2
Umbilicus rupestris,3
Urospermum dalechampii,3-4
Urtica dioica,4
Valerianella locusta,3-4
Veronica species,3
Vicia species,2
Viola species,3
Vitex agnus-castus,1
Vitis vinifera,2