

---

## Ancusa

Famiglia: Borraginacee

Origine: Europa

L'ancusa, nota anche con il nome di lingua di bue, insieme alla borragine, la violetta e la rosa, è uno dei quattro "fiori cordiali" che compaiono nelle antiche farmacopee.

Tragus, medico e botanico tedesco del XVI secolo, autore di un erbario, dice nella sua opera, riguardo alla lingua di bue: «...con acquavite e zucchero, i suoi piccoli fiori rafforzano il cuore e rendono felici gli uomini malinconici».

Gli autori classici sostenevano che la radice e il seme dell'ancusa, presi insieme o separatamente, nel vino, impediscono ai veleni di arrivare al cuore.

Inoltre Plinio il Vecchio segnalava, già nel I secolo, l'utilizzo di questa pianta come base per tinture. Il nome del genere *Anchusa*, derivato dal greco, significa "tingere", "dipingere". Il principio colorato si trova nella radice di una specie affine, l'*Anchusa officinalis*, che contiene una sostanza rossa. A sua volta Galeno riscontrò altre proprietà in questa pianta, che ne fecero un usatissimo cosmetico.

L'ancusa è una pianta comune a tutti i paesi del Mediterraneo, ma si trova anche nell'Europa continentale; abbonda nei terreni incolti, sulle scarpate, al bordo dei campi, negli uliveti, nei vigneti ecc.

È biennale, talvolta perenne, ha rami ricadenti e può raggiungere 1, 20-1, 50 metri. I fiori sono di vari colori: azzurro vivo, blu violaceo, più raramente bianco azzurrognolo. Sbocciano da maggio a settembre.

I fiori si fanno seccare all'ombra con le foglie; la mucillagine dei fiori è espettorante. L'infuso preparato con le infiorescenze è usato come sudorifero. Anche la radice ed i semi sono espettoranti e depurativi. Nella medicina popolare si usano soprattutto come diuretici e antidiarroici. In passato l'ancusa veniva consigliata come rimedio e antidoto contro la rabbia.

Infuso: far bollire 20 g di foglie in un litro d'acqua per 30 minuti, filtrare e bere 3 o 4 tazze al dì.

Vino: far macerare in un litro di vino bianco per i 10 giorni 50 g di infiorescenze ben secche e sminuzzate.

Filtrare e bere 2 o 3 bicchieri al dì.