
Papavero

Famiglia: Papaveracee

Origine: Europa

Il papavero è una pianta spontanea molto abbondante nei terreni sciolti, nei gerbidi, negli ambienti ruderali e nei campi coltivati. Si tratta di una specie annua della famiglia Papaveracee, il cui ciclo vitale dura una decina di mesi. Il fusto è peloso, alto 30-40 cm, contenente un lattice. L'aspetto delle foglie varia molto: esse tuttavia sono in genere lunghe e frastagliate. I fiori sono di colore rosso scarlatto e i petali sono ricchi di antociani, glucosidi talora usati come coloranti. La pianta fiorisce da maggio a luglio e la raccolta si effettua nelle prime ore del mattino quando i fiori sono ben aperti, soprattutto nel mese di maggio. In genere si raccolgono i petali durante la fioritura e la capsule quando sono ancora verdi e prive di semi.

Per preparare tisane, infusi e sciroppi si usano i petali e, più raramente, le capsule; queste parti devono essere essiccate all'ombra, il più velocemente possibile, ben allargate su una superficie piana in luogo ventilato.

Si conservano in un recipiente al riparo dalla luce e dall'umidità.

Sciroppo per l'insonnia, il nervosismo e la tosse: si fanno macerare 5 cucchiaini da minestra di petali secchi in un litro di acqua calda per 10 minuti. Si filtra e si aggiungono a caldo 800 g di zucchero. Per i bambini si consigliano 2-3 cucchiaini al giorno, per gli adulti 3-5 cucchiaini.

Infuso contro l'insonnia: versare un litro di acqua bollente su 8-10 capsule senza semi; lasciar riposare per 15-30 minuti. Se ne prendono 2-3 cucchiaini mescolati al latte, prima di coricarsi.

Infuso per la pelle: gettare un pugno di petali secchi in mezzo litro di acqua bollente e lasciar bollire per 15 minuti, poi filtrare, lasciar intiepidire e lavare la pelle nelle parti del corpo che si desidera trattare.

Tisana contro il catarro polmonare e la bronchite: fiori di malva e di tussilagine, petali di papavero.

Mettere un pugno di questa mistura in un bicchiere d'acqua ben calda e dolcificata con miele.