

## ACHILLEA (Achillea millefolium L.)



Pianta erbacea perenne alta da 20 a 50 cm con fiorellini bianchi o rosacei.

È molto diffusa nei prati, lungo i viottoli, nella zone dalla pianura alla montagna.

Fiorisce da maggio a settembre.

Usate le sommità fiorite e le foglie sia fresche che essiccate per fare un ottimo infuso un po' amarognolo con proprietà digestive e benefico per la circolazione sanguigna. E' un buon cicatrizzante per piccole ferite.

Viene utilizzata anche per la preparazione di liquori casalinghi.

Le foglie fresche trovano impiego in cucina per buone frittate o possono essere aggiunte alle insalate miste.

L' achillea è una pianta nota sin dai tempi antichi. Si racconta che Achille l' abbia usata per curare le ferite dei soldati durante l'assedio di Troia.