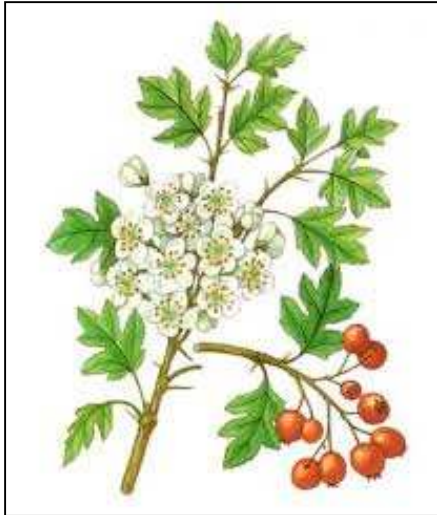


Sentiero del Biancospino



Come si può capire dal nome del sentiero, le principali formazioni presenti in questo percorso sono arbusti a Biancospino.

Il **Biancospino** (*crataegus monogyna*) è un arbusto spinoso che può talvolta raggiungere un'altezza di 10 metri con portamento da vero e proprio albero. Le foglie sono ovoidali o romboidali, con margine dentellato o inciso da 3–7 lobi poco profondi; i fiori ermafroditi e con cinque petali sono bianchi e sbocciano in aprile-maggio raccolti in corimbi (piccoli ombrelli) terminali ed eretti.

L'arbusto produce piccoli pomi di forma tondeggiante, rossi quando diventano maturi, con un solo seme osseo. I frutti sono insipidi e farinosi, ma sono molto apprezzati dagli uccelli. Spesso si trova nelle siepi ed è diffuso nelle radure dei boschi: tollera l'ombra e predilige terreni incolti. I frutti sono stati utilizzati in tempi di carestia: seccati e macinati, venivano mescolati al pane.

CURIOSITA'

Il **Biancospino** è ampiamente utilizzato nella medicina popolare come antispasmodico e regolatore di pressione e pulsazione cardiaca (viene chiamata la "valeriana" del cuore, in quanto è un ottimo tonico stimolante cardiaco, dilata le arterie coronariche migliorando l'afflusso del sangue, elimina le aritmie e riduce i livelli di colesterolo).



In cucina i frutti del Biancospino vengono usati per bevande fermentate e per confezionare una delicata marmellata lievemente astringente, mentre in campo cosmetico il bagno di Biancospino è apprezzato per le proprietà rilassanti; foglie e fiori hanno azione normalizzante e astringente sulle pelli grasse.

Il legno di colore rossastro, molto duro e compatto, viene impiegato per lavori al tornio e per la produzione di ottima carbonella.

Nell'antica Grecia e a Roma il Biancospino era considerato una pianta fortemente simbolica legata alle idee di speranza, matrimonio e fertilità.