

# VALERIANA



## NOME COMUNE

## VALERIANA COMUNE

## NOME SCIENTIFICO

*Valeriana officinalis*

## FAMIGLIA

CAPRIFOLIACEAE

## ORIGINE

EUROPA - ASIA TEMPERATA

## DESCRIZIONE BOTANICA

• **portamento:** pianta erbacea perenne, rizomatosa/stolonifera, forma cespi; fusto eretto

• **foglie:** opposte, composte, imparipennate: sia basali che caulinare

• **fiori:** infiorescenza a corimbo/ciuffi composti (ampie ombrelle arrotondate). Fiori piccoli ( $\approx 2-5$  mm), ermafroditi, corolla a 5 lobi, profumati, di colore bianco o rosa pallido

## ESPOSIZIONE

pieno sole o mezzombra

## SEMINA

in primavera; germinazione in 1-3 settimane

## FIORITURA

da giugno ad agosto

## FRUTTO

frutto secco indebolito tipo achenio (= achenio relativamente allungato), spesso provvisto di peli/appendici piumose che favoriscono la dispersione per vento; dimensione piccola (pochi mm)

## RACCOLTA DEL SEME

da fine estate a inizio-autunno (indicativamente luglio-settembre) quando gli acheni diventano bruni e le teste fiorali si sono essiccate

## Fonti

[Scheda italiana e generale su Valeriana officinalis — Wikipedia \(IT\). Wikipedia](#)

[RHS — Royal Horticultural Society, profilo coltivazione e caratteristiche. rhs.org.uk](#)

[EMA — European Medicines Agency, Herbal monograph su Valeriana officinalis, radix \(monografia ufficiale su uso medicinale\).](#)

[Missouri Botanical Garden — profilo botanico e note culturali.](#)

## Altro

## Crediti

<https://bs.plantnet.org/image/o/f36aeb45967da1339666411dcd7acabddd6b8ba5>

<https://bs.plantnet.org/image/o/ee2ed57503889351bf8f86a850a3ff564c6cd3f4>

<https://bs.plantnet.org/image/o/94f5d691d3a41c2be25519c0f37843d23db7d675>