BORRAGINE






NOME COMUNE	**Borragine comune, Borrana, Erba borrana, Borago**
NOME SCIENTIFICO	*Borago officinalis L.*
FAMIGLIA	Boraginaceae
ORIGINE	Regione mediterranea (probabilmente Mediterraneo occidentale); oggi naturalizzata e coltivata in gran parte dell'Europa, dell'Asia e del Nord America.
DESCRIZIONE BOTANICA	
• **portamento:**	Pianta erbacea annuale, eretta e molto ramificata, alta generalmente 30–80 cm (fino a 1 m in condizioni favorevoli). Tutta la pianta è ricoperta da peli ispidi.
• **foglie:**	Alterne, ovali o lanceolate, di colore verde intenso, rugose, carnose e ricoperte da una fitta peluria; le foglie basali sono grandi e picciolate, quelle superiori più piccole e sessili.
• **fiori:**	Riuniti in infiorescenze pendule; a forma di stella con cinque petali di colore azzurro intenso (più raramente rosa o bianchi), molto ricchi di nettare e particolarmente apprezzati dagli insetti impollinatori.
ESPOSIZIONE	Pieno sole o mezz'ombra. Cresce meglio in posizione luminosa e in terreni fertili, freschi e ben drenati.
SEMINA	Da marzo a maggio direttamente a dimora; nelle zone a clima mite anche in autunno (settembre–ottobre). La germinazione avviene generalmente in 7–14 giorni.
FIORITURA	Da maggio a settembre (talvolta fino a ottobre, secondo il clima e l'epoca di semina).
FRUTTO	Frutto secco composto da quattro piccoli acheni (nucule) di colore bruno-nerastro, contenenti un seme ciascuno.
RACCOLTA DEL SEME	Luglio – settembre, quando i frutti sono completamente secchi e iniziano a cadere spontaneamente.

Fonti

1. Royal Botanic Gardens, Kew – Plants of the World Online (POWO), Borago officinalis L.
2. Royal Horticultural Society (RHS) – Scheda colturale di Borago officinalis.
3. Pignatti S., Guarino R., La Rosa M. Flora d'Italia, 2ª ed., Edagricole.
4. Flora Iberica, Real Jardín Botánico (CSIC), Borago officinalis.
5. CABI – Invasive Species Compendium / Borago officinalis (descrizione botanica e distribuzione).

Altro

Foglie e fiori sono tradizionalmente utilizzati in cucina, ma il consumo frequente delle foglie crude è sconsigliato per la presenza di alcaloidi pirrolizidinici, sostanze potenzialmente dannose per il fegato; le cultivar destinate all'uso alimentare e un consumo occasionale riducono il rischio. I fiori sono generalmente considerati la parte più sicura per l'impiego gastronomico.

Crediti

https://bs.plantnet.org/image/o/2a903260803b463a755199d9551f02c7fed49c48

https://bs.plantnet.org/image/o/525efcde3bb1930bcd8def0fd14c6533b33429f7

https://bs.plantnet.org/image/o/f6d9d47f257bfd60f7c4a8f9dd7dd2e16fe9a51b

https://bs.plantnet.org/image/o/0c7a53f99cb46986cc3d2e2561ada5ce47915257