

## CALENDARIO DI RACCOLTA DI ERBE SPONTANEE

a cura della guida botanica Wateki Taliana Tobert e Bosco di Ogigia

[Bosco di Ogigia](#) - [Navigando nel Verde](#)

Materiale dal [corso erbe spontanee](#)



| NOME LOCALE   | NOME LATINO                          | Gen    | Feb    | Mar    | Apr            | Mag            | Giu            | Lug            | Ago   | Set    | Ott    | Nov    | Dic    |
|---|--------------------------------------|--------|--------|--------|----------------|----------------|----------------|----------------|-------|--------|--------|--------|--------|
| Abete bianco  | Abies alba                           |        |        |        | germogli       | germogli       | germogli       |                |       |        |        |        |        |
| Acacia falsa, acacia bianca, gaggia                   | Robinia pseudoacacia                 |        |        |        |                | fiori          | fiori          |                |       |        |        |        |        |
| Acetosella  | Oxalis spp                           | foglie | foglie | foglie | foglie e fiori | foglie e fiori | foglie e fiori | foglie e fiori |       |        | foglie | foglie | foglie |
| Achillea comune                                       | Achillea millefolium                 | foglie | foglie | foglie | foglie         |                | fiori          | fiori          | fiori | fiori  |        |        |        |
| Aglio selvatico                                       | Allium polyanthum, A. ursinum e spp. |        | foglie | foglie | fiori          | fiori          |                |                | bulbi | bulbi  | bulbi  |        |        |
| Alliaria comune                                       | Alliaria petiolata                   | foglie | foglie | foglie | foglie         | foglie         |                |                |       |        |        | foglie | foglie |
| Alloro  | Laurus nobilis                       | foglie | foglie | foglie | foglie         |                |                |                |       | frutti | frutti | frutti |        |
| Amaranto  | Amaranthus retroflexus               |        |        |        | foglie         | foglie         | foglie         | foglie         |       | semi   | semi   | foglie | foglie |
| Aspraggine comune, aspraggine maggiore                | Picris hieracioides L.               | foglie | foglie | foglie | foglie         | foglie         |                |                |       |        | foglie | foglie | foglie |
| Aspraggine volgare, aspraggine minore, falsa viperina | Helminthotheca echioides             | foglie | foglie | foglie | foglie         | foglie         |                |                |       |        | foglie | foglie | foglie |
| Bagolaro  | Celtis australis                     | frutti |        |        |                |                |                |                |       |        |        | frutti | frutti |
| Barba di becco, salsefica, selsifi, scorzonera bianca | Tragopogon porrifolius               |        | foglie | foglie | foglie         | foglie         |                |                |       | radici | radici |        |        |
| Barba di capuccino, barbatella                        | Plantago coronopus                   |        | foglie | foglie | foglie         | foglie         |                |                |       |        |        |        |        |

# CALENDARIO DI RACCOLTA DI ERBE SPONTANEE

a cura della guida botanica Wateki Taliana Tobert e Bosco di Ogigia

[Bosco di Ogigia](#) - [Navigando nel Verde](#)

Materiale dal [corso erbe spontanee](#)



| NOME LOCALE                           | NOME LATINO              | Gen               | Feb                | Mar               | Apr               | Mag               | Giu              | Lug    | Ago            | Set    | Ott    | Nov               | Dic               |
|---------------------------------------|--------------------------|-------------------|--------------------|-------------------|-------------------|-------------------|------------------|--------|----------------|--------|--------|-------------------|-------------------|
| Bardana                               | Arctium lappa e spp.     |                   | radici             | radici            | foglie (picciolo) | foglie (picciolo) |                  |        |                | radici | radici |                   |                   |
| Biancospino                           | Crataegus spp.           |                   |                    |                   | fiori e foglie    | fiori e foglie    | fiori e foglie   |        | frutti         | frutti | frutti |                   |                   |
| Bieta selvatica                       | Beta vulgaris            | foglie            | foglie             | foglie            | foglie            |                   |                  |        |                |        |        | foglie            | foglie            |
| Billeri                               | Cardamine hirsuta e spp. | foglie            | foglie             | foglie            |                   |                   |                  |        |                |        |        |                   | foglie            |
| Boccione                              | Urospermum spp           | foglie            | foglie             | foglie            | boccioli          | boccioli          | boccioli         |        |                |        |        | foglie            | foglie            |
| Borragine                             | Borago officinalis       | foglie            | foglie             | foglie            | foglie            | fiori             |                  |        |                |        |        | foglie            | foglie            |
| Borsa del pastore                     | Capsella spp             | foglie            | foglie             | foglie            | foglie e fiori    | foglie e fiori    |                  |        |                |        |        | foglie            | foglie            |
| Buon-enrico, spinacio selvatico       | Blitum bonus-henricus    |                   |                    |                   | foglie            | foglie            | foglie           | foglie | foglie         |        |        |                   |                   |
| Caccialepre, grattalingua comune      | Reichardia picroides     | foglie            | foglie             | foglie            | foglie            | foglie            |                  |        |                |        | foglie | foglie            | foglie            |
| Calendula selvatica                   | Calendula spp            | fiori e foglie    | foglie e fiori     | foglie e fiori    |                   |                   |                  |        |                |        | foglie | foglie            | fiori             |
| Camomilla vera                        | Matricaria chamomilla    |                   |                    |                   |                   | fiori             | fiori            | fiori  | fiori          |        |        |                   |                   |
| Cappero                               | Capparis spinosa         |                   |                    |                   | boccioli          | boccioli          | boccioli         |        |                |        |        |                   |                   |
| Cardo campestre, cirsio, scardaccione | Cirsium arvense e spp.   | foglie e germogli | foglie             | foglie            |                   |                   |                  |        |                |        |        | foglie e germogli | foglie e germogli |
| Cardo mariano                         | Silybum marianum         | germogli          | germoglie e foglie | germogli e foglie | foglie            | foglie e costole  | foglie e costole |        |                |        |        | germogli          | germogli          |
| Cardo selvatico                       | Carduus spp              | foglie e germogli | foglie e germogli  | foglie e germogli |                   |                   |                  |        |                |        |        | foglie e germogli | foglie e germogli |
| Carota selvatica                      | Daucus carota            | foglie            | foglie             | foglie e radici   | foglie e radici   | foglie            | foglie e fiori   | fiori  | foglie e fiori | radici |        | foglie            | foglie            |

## CALENDARIO DI RACCOLTA DI ERBE SPONTANEE

a cura della guida botanica Wateki Taliana Tobert e Bosco di Ogigia

[Bosco di Ogigia](#) - [Navigando nel Verde](#)

Materiale dal [corso erbe spontanee](#)



| NOME LOCALE  | NOME LATINO                      | Gen            | Feb             | Mar               | Apr               | Mag               | Giu            | Lug            | Ago           | Set           | Ott             | Nov             | Dic            |
|--|----------------------------------|----------------|-----------------|-------------------|-------------------|-------------------|----------------|----------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------|----------------|
| Cascellore comune                                      | Bunias erucago                   | foglie         | foglie          | foglie            |                   |                   |                |                |               |               |                 | foglie          | foglie         |
| Centocchio, erba pulcinella                            | Stellaria media                  | foglie         | foglie          | foglie            | foglie            |                   |                |                |               |               |                 | foglie          | foglie         |
| Cicoria selvatica                                      | Cichorium intybus                | foglie, radici | foglie          | foglie            | foglie            | foglie            |                |                |               |               | foglie, radici  | foglie, radici  | foglie, radici |
| Consolida maggiore e minore                            | Symphytum officinale e tuberosum | foglie         | foglie          | foglie            | fiori             | fiori             |                |                |               |               |                 |                 | foglie         |
| Corbezzolo   | Arbutus unedo                    |                |                 |                   |                   |                   |                | foglie         | foglie        |               |                 | frutti          | frutti         |
| Corniolo   | Cornus mas                       |                |                 |                   |                   |                   |                |                | frutti        | frutti        | frutti          |                 |                |
| Crescione d'acqua                                      | Nasturtium officinale            |                |                 | foglie            | foglie            | foglie e fiori    | foglie e fiori |                |               |               |                 |                 |                |
| Crespigno  | Sonchus spp                      | foglie         | foglie          | foglie            | foglie            | foglie            | foglie         | foglie         | foglie        | foglie        | foglie          | foglie          | foglie         |
| Crisantemo edule, cresta di gallo, ingrassabue         | Glebionis segetum e spp          | foglie         | foglie          | foglie            | foglie e boccioli | foglie e boccioli | fiori e foglie | fiori e foglie |               |               |                 | foglie          | foglie         |
| Cumino dei prati                                       | Carum carvi                      |                |                 |                   | foglie            | foglie            | foglie         | foglie e fiori | foglie e semi | semi          | semi            |                 |                |
| Dente del leone, pisciacane, piscialetto               | Taraxacum officinale             | Foglie         | foglie e radici | foglie e radici   | foglie e germogli | fiori             | fiori          |                |               |               | foglie e radici | foglie e radici | foglie         |
| Edera terrestre, ellera terrestre                      | Glechoma hederacea               |                | foglie          | foglie            | foglie            | foglie e fiori    | foglie e fiori | foglie e fiori |               |               |                 |                 |                |
| Erba cornacchia, erba dei cantanti, sisimbrio, erisimo | Sisymbrium officinale            |                | foglie          | foglie            | foglie e fiori    | foglie e fiori    |                |                |               |               |                 |                 |                |
| Farinello  | Chenopodium album e spp          | semi e foglie  | semi e foglie   |                   |                   |                   | foglie         | foglie         | foglie        | semi e foglie | semi e foglie   | semi e foglie   | semi e foglie  |
| Favagello  | Ficaria verna                    | foglie         | foglie          | foglie e boccioli |                   |                   |                |                |               |               |                 | foglie          | foglie         |



## CALENDARIO DI RACCOLTA DI ERBE SPONTANEE

a cura della guida botanica Wateki Taliana Tobert e Bosco di Ogigia

[Bosco di Ogigia](#) - [Navigando nel Verde](#)

Materiale dal [corso erbe spontanee](#)



| NOME LOCALE                                      | NOME LATINO               | Gen    | Feb    | Mar            | Apr            | Mag            | Giu            | Lug            | Ago           | Set           | Ott    | Nov    | Dic    |
|--|---------------------------|--------|--------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|--------|--------|--------|
| Lattugaccio comune, chondrilla                   | Chondrilla juncea         | foglie | foglie | foglie         | foglie         |                |                |                |               |               |        | foglie | foglie |
| Lucertolina, radichio selvatico                  | Hyoseris radiata          | foglie | foglie | foglie         | foglie         | foglie         | foglie         |                |               |               |        | foglie | foglie |
| Luppolo  | Humulus lupulus           |        |        | germogli       | germogli       | germogli       | foglie         | foglie         | fiori         | fiori         |        |        |        |
| Malva selvatica                                  | Malva sylvestris e spp.   | foglie | foglie | foglie e fiori | foglie e fiori | fiori          | fiori          | fiori          | frutti        | foglie        | foglie | foglie |        |
| Melissa selvatica                                | Melissa officinalis       |        | foglie | foglie         | foglie         | foglie         | foglie e fiori | foglie e fiori |               |               |        |        |        |
| Menta selvatica                                  | Mentha spp                | foglie | foglie | foglie         | foglie         | foglie         | foglie e fiori | foglie e fiori |               |               |        |        |        |
| Miagro peloso, rapistro                          | Rapistrum rugosum         | foglie | foglie | foglie         | foglie e fiori | foglie e fiori |                |                |               |               |        | foglie | foglie |
| Miagro rostellato                                | Calepina irregularis      | foglie | foglie | foglie e fiori | foglie e fiori |                |                |                |               |               |        |        | foglie |
| Mirto  | Myrtus communis           |        |        |                |                |                |                |                |               | frutti        | frutti | frutti |        |
| Ombelico di Venere                               | Umbilicus rupestris       | foglie | foglie | foglie         |                |                |                |                |               | foglie        | foglie | foglie | foglie |
| Ombrellini pugliesi                              | Tordylium apulum          | foglie | foglie | foglie e fiori | foglie e fiori |                |                |                |               |               |        |        |        |
| Origano selvatico                                | Origanum spp              |        |        |                |                | foglie         | foglie         | fiori          | fiori         | fiori         |        |        |        |
| Ortica   | Urtica dioica e altre spp | foglie | foglie | foglie         | foglie         | foglie         | foglie e fiori | foglie e fiori | foglie e semi | foglie e semi | foglie | foglie | foglie |
| Paittello, Costolina giuncolina, erba porcellina | Hypochaeris spp           | foglie | foglie | foglie         | foglie         |                |                |                |               |               |        | foglie | foglie |
| Piantaggine lanceolata                           | Plantago lanceolata       | foglie | foglie | foglie         | foglie         | foglie         | foglie         |                |               |               | foglie | foglie | foglie |

## CALENDARIO DI RACCOLTA DI ERBE SPONTANEE

a cura della guida botanica Wateki Taliana Tobert e Bosco di Ogigia

[Bosco di Ogigia](#) - [Navigando nel Verde](#)

Materiale dal [corso erbe spontanee](#)



| NOME LOCALE  | NOME LATINO                 | Gen             | Feb             | Mar             | Apr               | Mag               | Giu              | Lug            | Ago    | Set    | Ott             | Nov             | Dic             |
|--|-----------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-------------------|-------------------|------------------|----------------|--------|--------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Piantaggine maggiore, cinquenervia                               | Plantago major              | foglie          | foglie          | foglie          | foglie            | foglie            |                  |                |        |        | foglie          | foglie          | foglie          |
| Pimpinella, salvastrella   | Poterium sanguisorba        | foglie          | foglie          | foglie          | foglie            |                   |                  |                |        |        |                 | foglie          | foglie          |
| Portulaca comune, erba porcacchia, porcellana                    | Portulaca oleracea          |                 |                 |                 |                   | foglie            | foglie           | foglie         | foglie | foglie | foglie          |                 |                 |
| Pratolina, margheritina dei prati                                | Bellis perennis             | foglie          | foglie          | foglie e fiori  | foglie e fiori    | fiori             | fiori            |                |        |        |                 |                 | foglie          |
| Primula comune e primula odorosa                                 | Primula veris e P.vulgaris  | foglie          | foglie e fiori  | fiori           | fiori             |                   |                  |                |        |        | foglie          | foglie          | foglie          |
| Prugnolo   | Prunus spinosa              |                 |                 | fiori           | fiori             |                   |                  |                |        |        | frutti          | frutti          | frutti          |
| Radicchiella di Terrasanta                                       | Crepis sancta               | foglie          | foglie          | foglie e fiori  | foglie e fiori    | foglie            |                  |                |        |        |                 | foglie          | foglie          |
| Radicchiella tirrenica   | Crepis bursifolia           | foglie          | foglie          | foglie          | foglie            | foglie e bocioli  | boccioli         |                |        |        |                 | foglie          | foglie          |
| Radichella vescicosa, grugno porcino                             | Crepis vesicaria            |                 | foglie          | foglie          | foglie e germogli | foglie e germogli |                  | foglie         |        |        |                 |                 |                 |
| Ramolaccio, rapostrello, ravanello selvatico, broccolo selvatico | Raphanus raphanistrum       | foglie          | foglie          | foglie e fiori  | foglie e fiori    | foglie e fiori    | fiori e germogli | fiori e frutti | frutti | foglie | foglie          | foglie          | foglie          |
| Raponzolo, raperonzolo   | Campanula rapunculus e spp. | radici e foglie | radici e foglie | radici e foglie | radici e foglie   | radici e foglie   |                  |                |        |        | radici e foglie | radici e foglie | radici e foglie |
| Romice   | Rumex spp                   | foglie          | foglie          | foglie          | foglie            | foglie            |                  |                |        |        | foglie          | foglie          | foglie          |



## CALENDARIO DI RACCOLTA DI ERBE SPONTANEE

a cura della guida botanica Wateki Taliana Tobert e Bosco di Ogigia

[Bosco di Ogigia](#) - [Navigando nel Verde](#)

Materiale dal [corso erbe spontanee](#)



| NOME LOCALE                                | NOME LATINO    | Gen    | Feb    | Mar            | Apr            | Mag            | Giu | Lug | Ago | Set    | Ott    | Nov    | Dic    |
|--|----------------|--------|--------|----------------|----------------|----------------|-----|-----|-----|--------|--------|--------|--------|
| Veronica, occhi della madonna              | Veronica spp   | foglie | foglie | foglie e fiori | foglie e fiori | foglie e fiori |     |     |     |        |        |        | foglie |
| Vetriola comune, erba muraiola, parietaria | Parietaria spp | foglie | foglie | foglie         |                |                |     |     |     |        | foglie | foglie | foglie |
| Violetta                                   | Viola spp      | foglie | foglie | fiori          | fiori          | fiori          |     |     |     | foglie | foglie | foglie | foglie |

**DISCLAIMER.** Questa tabella ha esclusivamente scopo indicativo, mostrando la disponibilità delle piante nella natura durante i vari mesi dell'anno e indicando le parti corrispondenti da raccogliere. Tuttavia, non fornisce informazioni sull'utilizzo delle piante (medicinale, gastronomico, aromatico), né sulle dosi, né sul metodo di raccolta, preparazione o consumo delle stesse (crude, cotte, essiccate, in fitopreparazione). Per tali indicazioni, è necessario consultare fonti specializzate, studi di fitoalimurgia e fitoterapia, o rivolgersi a esperti del settore. In sintesi, il calendario fornito può essere utilizzato come promemoria per coloro che già sanno raccogliere e utilizzare le piante, oppure come fonte di ispirazione per coloro che desiderano imparare a riconoscere e utilizzare le piante di una specifica stagione. Si consiglia sempre di rivolgersi a esperti per imparare a riconoscere le piante indicate nella natura e per apprendere il loro corretto utilizzo. Buona raccolta!





BOSCO DI  
OGIGIA

[Scopri di più](#)

**Materiale dal corso Erbe spontanee commestibili**

tutti i diritti riservati © 2024