

## FRAGOLA SELVATICA (o “di bosco”)



**Genere specie:** *Fragaria vesca* L.

**Famiglia:** Rosaceae

**Nome inglese:** Wild stawberry

**Nome friulano:** Flârs (o frali) di bosc

### **Usi:**

La fragola di bosco viene ad oggi adoperata principalmente a scopo gastronomico (ad es. confetture), cosmetico (soprattutto per creme esfolianti) e, a volte, come erba medicinale (decotto per alleviare disturbi gastrointestinali).

### **Proprietà:**

La pianta ed i correlati frutti contengono alcuni principi attivi sotto forma di olii essenziali, maggiormente tannio e flavone. Inoltre vi sono buone dosi di vitamina C, iodio, ferro, calcio e fosforo. Da non sottovalutarsi, infine, la presenza nei frutti di acido salicinic, cui sono attribuite proprietà depurative e diuretiche.

### **Curiosità:**

I Romani apprezzavano molto questo frutto e lo appellavano “fragrans”, proprio in virtù del suo intenso profumo. Venivano consumate specialmente nel periodo dedicato alle festività in onore di Adone. Secondo la leggenda, alla morte di Adone, Venere (che ne era madre) pianse lacrime che toccando il suolo si tramutarono in piccoli cuori rossi: le fragole, appunto.