

**Ginestrino** ( *Lotus corniculatus* ) . Famiglia: *Fabaceae* o *Leguminose*.  
Sinonimi: *Ginestrino comune* e *Trifoglio giallo*.



**Figura 1 Ginestrino comune in fiore**

**Descrizione:** Pianta perenne con radice legnosa, comune nei prati e negli incolti, ha steli eretti o striscianti, foglie glabre, con pochi peli. Fiori a calice tubolare, terminante con cinque denti sottili; corolla di colore giallo vivo con cinque petali, di cui due superiori e due laterali. Fiorisce fine primavera- estate.

La pianta in tempi remoti era coltivata per uso foraggero.

Nella medicina popolare sono usati soprattutto gli oli essenziali ricavati dai semi e i fiori, raccolti appena sbocciati..

**Proprietà ed usi:** Le proprietà curative sono conosciute da tempi remoti: antispasmodiche, ipoglicemiche, cardiotoniche, carminative, ricostituenti, vermifughe, febbrifughe, sedative e toniche.

**Contiene:** glicosidi flavonoidici e fenolici, composti cianogenetici, acido cianidrico.

Usi: **in cucina** come aromatizzante; come foraggio per alimentazione animale; in medicina popolare.

L'*Infuso* di fiori ha azione sedativa, utile nei casi di angoscia, depressione, insonnia e tachicardia: mezzo cucchiaino di fiori secchi in una tazza d'acqua bollente, filtrata e dolcificata da berne una o due al giorno, secondo il consiglio medico.

In farmacia ed erboristeria si trovano gli oli essenziali ed altri preparati in associazione con altre erbe (valeriana, belladonna ecc.).

**ATTENZIONE!!!** Gli usi e le applicazioni sono indicati solo a mero scopo informativo, per cui si declinano tutte le responsabilità sul loro utilizzo a scopo curativo, estetico, alimentare, per i cui usi bisogna sempre richiedere il consiglio del medico farmacologo.