

## Abete

Abete (*Abies*), più noti sono l'Abete rosso( *Abies excelsa*) e l'Abete bianco ( *Abies alba*) Famiglia: Conifere o Pinacee.



**Descrizione:** Pianta d'alto fusto che può raggiungere i 50 o 60 metri d'altezza ( nella varietà Pinacea (abete rosso), molto diffusa in Italia nelle varietà sia rossa che bianca. Ha il tronco diritto, corteccia sottile , foglie ad aghi (un po' schiacciati nell'abete bianco); corteccia squamosa e rossastra più evidente nella varietà rossa o Abete di Moscovia o di Germania, da cui si ricava la trementina, resina usata in medicina. I fiori sono sporofilli, i frutti maturano in primavera e sono costituiti da pigne.

**Contenuti:** L'abete contiene: resina, Vitamina A, trementina, cresoto, guaiacolo, terpinolo, terpina.

**Curiosità:** Il Mattioli lo consigliava in particolare per curare la tosse e per la diuresi.

**Infuso:** per curare la tosse; gr 30 di gemme o gr 500 di rametti teneri in infusione in 250 gr di acqua calda per 10 minuti; filtrare, addolcire con miele e berne in tazzine nella giornata.

**Decotto:** per curare il catarro e come diuretico; gr 50 di gemme o gr 500 di rametti teneri, far bollire per 10 minuti; far riposare, filtrare, insaporire con miele e berne 3 o 4 tazzine al giorno.

**Cataplasma:** per curare ferite e vene varicose; 1 kg di aghi (foglie) di abete in un litro d'acqua, bollire per 10 minuti; spremere il tutto, filtrarlo, conservarlo in bottiglia. Spennellare sulle vene varicose o sulle ferite ogni sera prima di andare a riposare.

**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.