

Pungitopo (Ruscus aculeatus L.)

Scritto da Marco Gallione

Giovedì 05 Febbraio 2009 06:34 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 08 Febbraio 2012 23:13

{tooltip}



{end-link}



{end-tooltip}

{tooltip}



{end-link}



{end-tooltip}

Passa il mouse sulle immagini per ingrandirle

Famiglia:

Lilacee

Altri nomi del pungitopo

Asparago Pazzo, brusasorzi, brusco, piccasorci, punziratti, rusco, ruscolo pungitopo, scope br...

Descrizione:

Piccolo arbusto sempreverde, con fusto diritto, alto da 50 a 100 cm ; il frutto è una bacca rossa

Dove si trova:

Terreni calcarei e boschivi, specialmente quelli costituiti da faggi e querce dell'Europa centrale

Parti utilizzate:

Il rizoma, la radice e, a uso alimentare, i polloni.

Tempo di raccolta e conservazione:

Raccolta: I germogli da marzo a maggio, le radici e il rizoma all'inizio dell'autunno, i polloni pri

Conservazione: Il rizoma si pulisce e poi si essicca al sole, i germogli si utilizzano in cucina solo fres

Notizie e curiosità:

Principi attivi:

La radice e il rizoma [del pungitopo](#) ([argemone](#)) e [metastaco](#) , [cipolla](#) , [azione](#) , [triviso](#) ([costrutto](#))

Proprietà:

Il pungitopo è probabilmente il più potente tonico venoso vegetale e per questo rientra nella c

Le sue applicazioni sono:

1-Malattie delle vene [diuratici](#) , [flebotomizzanti](#) , [zozidi](#) , [sugari](#) , [benefici](#) ([circolazione](#)) e [venosi](#) ;

Pungitopo (*Ruscus aculeatus* L.)

Scritto da Marco Gallione

Giovedì 05 Febbraio 2009 06:34 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 08 Febbraio 2012 23:13

2-Gotta, artrite e calcolosi renale: favorisce la eliminazione dell'acido urico e aumenta la sudorazione, che

3-Cellulite: applicato [sulle gambe](#) e [infornate](#) in [pacchi](#) [zimbardi](#) [effetti](#) contro i geloni.

Preparazione e uso:

Uso interno:

Per le malattie delle vene (varici, flebiti, edemi ...); in caso di gotta, artrite e calcolosi renale.

Decotto

Far bollire 40-60 g di radice o rizoma in 1 litro d'acqua per 10 minuti; se ne prendono da 4 a 6 tazze

Decotto di pungitopo

Ponete 40 g di pungitopo (radice) a bollire per 4-5 minuti in 1 d'acqua. Quindi lasciate intiepidire e fi

Decotto di pungitopo

Bollite per 2-3 minuti 30 g di pungitopo (rizoma essiccato) in 1 l d'acqua. Lasciate riposare per 15 m

Consumatene 2 tazze al giorno lontano dai pasti come diuretico e per combattere la litiasi renale.

E' utile anche per eliminare gli acidi urici, risultando di giovamento per quanti soffrono di gotta.

Uso esterno:

In caso di cellulite.

Decotto di pungitopo

Contro i disturbi emorroidali e le gambe gonfie ponete in infusione 5 g di pungitopo (rizoma) in 1 dlit

Lozioni

Far bollire 40-60 g di radice o rizoma in 1 litro d'acqua per 10 minuti.

Il pungitopo in cucina

I giovani polloni del pungitopo vengono lessati e mangiati come gli asparagi. Il gusto non è tra

Ricette:

[Crema di pungitopo con gamberi](#)

[Crostoni alla crema di pungitopo](#)

[Minestra primavera ai pungitopo](#)

[Pungitopo e pomodori](#)

[Riso con involtini di pungitopo al salmone](#)

[Rotolini affumicati di pungitopo](#)

[Spinarati](#)

AVVERTENZA

Per tradizione è simbolo di buon augurio nelle feste natalizie. La raccolta indiscriminata l'ha re

Attenzione!

Pungitopo (*Ruscus aculeatus* L.)

Scritto da Marco Gallione

Giovedì 05 Febbraio 2009 06:34 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 08 Febbraio 2012 23:13

1) Tutte le notizie riportate in questa sezione hanno solo uno scopo informativo. In nessun caso si vuole indurre ad auto-diagnosi o auto-terapia, questo può essere molto pericoloso. Solo un medico può effettuare diagnosi o terapia, per problemi di ordine sanitario rivolgersi al consiglio di un medico.

2) Ricordiamo che la raccolta di gran parte delle piante di questo sito è soggetta alle [norme regionali per la protezione della flora spontanea](#).