

## **Erbas e prantas**

### **Sa pudda de muru : *Umbilicus rupestris* (Salisb.) Dandy**

Custa erba s'isfozaiat, si poniat a callentare in su fogu e si che bogaiat su primu pizu: serbiat po che sanare dae sas fruscheddas.

### **Sa narbighedda : *Malva sylvestris* L.**

Pigaiant sas fozas, ddas buddiant e ddas poniant a impacos.

Serbiat po che sanare sos urones, sos 'olidores e si amantaiat s'impacu cun unu pannu imboligau.

Custa beniat pigada fintzas po chie teniat dolore de matza o chie non arresurtaiat a andare de corpus.

### **Sa castigaja : *Centaurea calcitrapa* L.**

Si buddiat (arregoliat) su sero de su 'esperu de Santu Juanni.

Cando bochiant sas 'erbeghes po Santu Jacu (in tempus de callente) s'apicaiat in sa petza po non colare sa musca e non betare tzerriga.

### **Su ìlighe : *Quercus ilex* L.**

Sa linna de ìlighe iscorzolada e posta in una segada ordiat sa carre, dd'assutaiat e dda sanaiat.

### **Sa lua : *Euphorbia* L.**

Po luare in s'irriu e po piscare si poniat sa lua chi est s'arraighina de su triuscu.

### **Sa pruinca : *Vinca sardoa* (Stearn) Pign.**

Si faiat una corona, si leaiat a s'irriu e andande andande si isperzait s'abba de sa corona de sa pruinca chi fut istada issusta e si cantaiat:

***Maimone, maimone***

***abba cheret su laore***

***abba cheret su sicau***

***Maimone laudau.***

O si nono:

***Maimone, maimone***

***Abba cheret su laore***

***Abba cheret su concheddu***

***Maimone pitzocheddu.***

**S'istòia : *Typha* L.**

Si arregolliat sa chida in antis de Santu Juanni po fàere sas istòias.

**S'orruga pùdida : *Ruta graveolens* L.**

Si poniat a impacos po sanare sos càculos de arrenes.

**Su juncu : *Cyperus longus* L.**

Su juncu serbiat po fàere sas crobes; su juncu fèmina serbiat fintzas po sanare sos porros.

Si nde pigaiat una sogà e si faiat tantos noos cantu porros si zughiat; a pustis su juncu si che fuliat a s'abba o in carchi zassu ue nemos ddue podiat colare.

**S'alasi : *Ilex aquifolium* L.**

Semper po sos porros si pigaiat una foza de alasi e si poniant tantas ispinas cantu fuant sos porros chi si zughiat. A pustis si faiat comente a su juncu: si che fuliat in unu zassu ue non colaiat nemos.

**Su linu : *Linum usitatissimum* L.**

Po sanare sa barra ufrada si poniat su linu taculau paris a s'arbu de s'ou iscumbàtiu; si nono si faiat un'impastu de arbos de ou cun tzichi e si poniat in una tela (si non teniat linu).

**Sa matafaluga (sèmene de su fènegu areste) : *Foeniculum vulgare* Miller**

Po fàere s'abbardente, in s'istrezu, sa matafaluga si atzunghiat po ddi jare unu nuscu prus bellu, .

**Su fruscu : *Ruscus aculeatus* L.**

Si poniat s'iscovolita de fruscu gasi sos sòrighes non podiant lòmperere a sa cosa de papare arregorta.

**Sa corza de su crecu : *Quercus pubescens* Willd.**

Si amesturaiat paris a sa tinta comporada gasi issa podiat pigare colores diferentes.

## **Erbas de papare**

**Sa mamaluca: *Rheichardia picroides* (L.) Roth**

**Sa tziçòria: *Cichorium intybus* L.**

**Sa melarga : *Rumex acetosa* L.**

**Sa fustinaga: *Daucus carota* L.**



## **Poesia antiga**

Tziçòria cun mamaluca  
Mamaluca cun tziçòria  
Sos sennores a sa furca  
E sos pòberos a sa glòria

*Nos at azuau tzia Mariangela Tatti.*

*Sa crica de su nùmene issentificu de sas erbas est istadu fata in:*

**PIGNATTI, S. 1982. FLORA D'ITALIA. EDAGRICOLE. BOLOGNA.**