



Minardi flash n.2

N. XXXII - Marzo 2026

Ritorno all'essenziale

Viviamo in un'epoca caratterizzata da velocità, innovazione continua e utilizzo sfrenato e compulsivo dei social media.

In questo scenario cresce un'esigenza: ritornare all'essenziale, all'autenticità e all'incontro reale tra le persone.

Io faccio parte della generazione dei Millennials, l'ultima generazione nata senza i social network e che ha vissuto l'infanzia e l'adolescenza senza smartphone.

I nostri "social" erano i bar e i parchi di paese. Ancora oggi preferiamo il contatto diretto alle conversazioni su Instagram o alle videochiamate. La gioia di sentire la risata degli amici dal vivo o la forza di un abbraccio nei momenti più difficili sono gesti semplici, ma insostituibili.

Ho letto un bellissimo articolo che definiva la nostra come l'ultima generazione a conoscere davvero la pazienza e a riuscire a fare tesoro dell'attesa: cercare di registrare su un'audiocassetta la nostra canzone preferita alla radio, senza sapere quando esattamente sarebbe stata trasmessa; entrare in una libreria per scegliere un libro da leggere e perdersi tra gli scaffali, invece di trovare tutto all'interno di un unico dispositivo digitale; aspettare una settimana l'uscita di un nuovo episodio di una serie tv, invece di trovarla interamente disponibile in streaming.

L'attesa dava valore alle cose.

Per noi, anche le piante officinali rappresentano questa dimensione: sono espressione di territori e di conoscenze tramandate nel tempo.

Sono materie prime che non si possono comprendere attraverso uno schermo o una descrizione, ma solo entrando in contatto diretto con esse: toccandole con mano, respirandone il profumo, assaporandole e osservandone i colori.

È l'esperienza sensoriale che rivela davvero la loro identità e molte delle loro caratteristiche più profonde.

Quotidianamente vediamo crescere l'attenzione dei nostri clienti verso la qualità del prodotto nella sua totalità e, per questo motivo, continuiamo a investire nella selezione di fornitori affidabili, nel controllo e nella valorizzazione delle nostre amate piante officinali.

Concludo con un ultimo pensiero: occorre riscoprire il piacere di una chiacchierata al bar assaporando una tisana, di cenare in compagnia condividendo una birra aromatizzata alle spezie o di concludere una serata con amici sorseggiando un liquore preparato con le erbe.

Perché, anche in un mondo complesso e accelerato, partire dall'essenziale rimane la scelta più autentica.

Dr.ssa Giulia Berardi

La pianta sotto la lente **Cardo mariano frutti**

Il cardo mariano (*Silybum marianum* (L.) Gaertn) è una pianta della famiglia delle Asteraceae che presenta uno spiccato organotropismo verso il fegato. Gli acheni infatti, impropriamente chiamati semi, contengono flavonolignani - in misura dell'1,5-3% - rappresentati principalmente dalla silimarina e dai suoi isomeri (silibina, isosilibina, silidianina, silicristina), che dopo assorbimento intestinale vengono concentrati negli epatociti, su cui esplicano un'azione epatoprotettrice, antiepatotossica, rigenerante e antiossidante. Sembrano infatti legarsi a recettori di membrana impedendo la penetrazione di sostanze tossiche e di agenti virali, favorendo l'integrità strutturale e la rigenerazione cellulare tramite stimolazione della sintesi dell'RNA polimerasi e quindi la produzione di RNA e proteine, ed inibendo la formazione di perossidi. Il cardo mariano si impiega, quindi, come coadiuvante in tutte le affezioni epatiche (epatiti virali e non, steatosi e cirrosi, lesioni da etanolo e da farmaci) in cui il danno cellulare è ancora reversibile, ma in virtù del suo fitocomplesso, ricco anche in lipidi ad alta concentrazione di acidi grassi insaturi (acido linoleico, acido oleico e palmitico), tocoferolo e steroli, proteine, ammine (tiramina, istamina), flavonoidi (quercetina, taxifolina, deidrocampferolo, apigenina, kemferolo, luteolina) ed acidi organici, agisce come depurativo, amaro-tonico e coleretico, promuovendo la digestione ed il miglioramento del profilo lipidico e glicemico. Sull'apparato cardiocircolatorio è tonico vascolare, ipertensivo ed antiemorragico. Per uso topico, può essere impiegato come dermopurificante, fotoprotettivo ed antiaging, in caso di eritemi, bruciate, dermatiti, eczemi e psoriasi, contro emorroidi ed epistassi. L'epiteto "marianum" deriva dalla leggenda secondo cui una goccia di latte della vergine Maria cadde sulle foglie, giustificando la presenza delle caratteristiche striature biancastre; non a caso questi semi venivano usati nella medicina tradizionale come galattogeni. In forma di farmaco, la silibina viene utilizzata per via endovenosa come antidoto nell'intossicazione da *Amanita phalloides*.

Bibliografia: Dizionario di fitoterapia e piante medicinali di E.Campanini (Tecniche nuove)

OMS: monografie di piante officinali – vol. 2.



Testo e foto a cura della Dr.ssa Irene Martini

Il borsino delle erbe

Guardare all'essenziale significa anche affrontare le sfide a cui il mercato ci sottopone quotidianamente: dalla disponibilità delle materie prime all'andamento dei mercati, dalla selezione di referenze capaci di rispondere alle esigenze della nostra clientela ai recenti sviluppi bellici internazionali.

Con l'entrata in vigore del nuovo listino "Ottobre 2025" eravamo riusciti a mantenere la maggior parte dei prezzi inalterati ma il mercato, per via delle condizioni climatiche e geopolitiche, in continua evoluzione, rimane altalenante:

Altea radice decorticata: è tornata disponibile e di ottima qualità.

Arnica montana fiori: rimane la difficile reperibilità. Siamo riusciti a recuperare dei piccoli lotti, nonostante i prezzi maggiorati.

Cascarilla corteccia: è tornata disponibile.

Fiordaliso fiori e petali blu: rimane la difficile reperibilità. Siamo riusciti a recuperare dei piccoli lotti a prezzi maggiorati.

Fiordaliso petali rossi: continuano le grosse difficoltà di reperimento.

Licopodio spore: dopo le enormi difficoltà di reperimento degli anni passati, al momento sono tornate disponibili, anche se i quantitativi rimangono limitati e contingentati.

Garcinia frutti: sono presenti difficoltà di reperimento. Sono disponibili gli ultimi quantitativi.

Genzianella fiori e foglie: rimane la difficile reperibilità. Siamo riusciti a recuperare dei piccoli lotti, di eccellente qualità.

Hennè rosso rinforzato e super-rinforzato: al momento non vi sono novità in merito a un rapido riassortimento.

Mandarino scorze: è tornato disponibile, con parametri di qualità controllati.

Pterocarpus legno polvere ("Sandalò rosso"): è tornato disponibile, con ottimo potere colorante.

Verbascò fiori: è tornato disponibile ma a prezzi maggiorati.

Yerba Mate Cruz de Malta: dopo le enormi problematiche passate dovute ad alcune difficoltà di confezionamento, è tornata reperibile.

Al momento risultano ancora irreperibili: **Caprifoglio sommità, Finocchio radice, Idraste rizoma, Indaco da guado, Magnolia corteccia, Mahonia corteccia della radice, Ninfea radice, Zafferano spagnolo.**

Info calendario chiusura pasquale

Si informa la clientela che, come di consueto, **Venerdì 03 Aprile 2026**
(Venerdì Santo) osserveremo una giornata di chiusura.



Buona Pasqua!

AUGURI DA TUTTO LO STAFF

- Questo numero è stato chiuso il 31 Marzo 2026
- Per la riproduzione è necessaria l'autorizzazione della DITTA MINARDI
- **Scrivete alla nostra redazione per suggerimenti o consigli particolari a info@minardierbe.it**
con oggetto MINARDI FLASH

Ricordiamo che anche la nostra piccola realtà invita ad una maggiore consapevolezza ambientale e ad una maggiore sostenibilità. Per questo motivo, questo notiziario sarà inviato quasi esclusivamente in modalità digitale.