

INDICE

Gli autori	pag. 6
Prefazione	
Il bosco è parte di noi	pag. 9
di Alessandra Stefani, direttore generale del Dipartimento di economia montana e foreste del ministero dell'Agricoltura, della Sovranità Alimentare e delle Foreste	
Il contributo	
Un antico legame, da riscoprire e da rinsaldare	pag. 13
di Luigi Torreggiani, scrittore e giornalista	
Il quadro	
Le foreste in Italia. Uno sguardo d'insieme	pag. 17
a cura di FSC® Italia	
Perché questo libro	
Boschi, prodotti e saperi tradizionali: non sono solo numeri	pag. 21
a cura di Giuseppe Bonanno, direttore di FSC® Italia	
I principi fondamentali di FSC®	pag. 23
Le foreste FSC®	pag. 26

Che cosa c'è da sapere

Prodotti forestali non legnosi in Italia. Un quadro d'insieme pag. 29

a cura di Mauro Masiero,

presidente di GFR servizi s.r.l. imp. soc. (FSC® Italia)

Oltre i prodotti forestali non legnosi

Gli ambienti unici del sottobosco pag. 36

a cura di FSC® Italia

La dispensa del bosco pag. 39

I prodotti forestali non legnosi

Regole di comportamento

Che raccogliere e usare i prodotti del bosco pag. 40

Note per leggere le schede pag. 41

Funghi pag. 43

La ricetta pag. 47

Tartufo pag. 48

La ricetta pag. 51

Castagna pag. 53

La ricetta pag. 57

▪ Storia ed economia della castagna pag. 58

More pag. 63

La ricetta pag. 67

Mirtilli pag. 68

La ricetta pag. 71

Gelso pag. 72

La ricetta pag. 75

▪ Frutti di bosco: risorsa salutare pag. 77

La ricetta pag. 83

Piante ed erbe alimurgiche e medicinali	pag. 85
La ricetta	pag. 89
Macchia mediterranea	pag. 91
La ricetta	pag. 95
Oli essenziali	pag. 96
▪ Food forest, all'ombra del cibo	pag. 99
Miele	pag. 102
La ricetta	pag. 105
Pinoli	pag. 107
La ricetta	pag. 111
Noci, nocciole, mandorle, pistacchi	pag. 112
La ricetta	pag. 117
▪ Green care e terapie di benessere	pag. 119
Sughero	pag. 124
Manna	pag. 128
La ricetta	pag. 131
Resine	pag. 133
Tannini e lettiera	pag. 137
Guida a servizi ed eventi del bosco	
Fiere, musei & altro	pag. 141