

col·laboració

Plantes. Usos, propietats, història

Clara González

Introducció

Des de l'antiguitat l'home ha sabut aprofitar els recursos naturals del seu entorn. A l'actualitat amb la medicina moderna i la química, la naturalesa en molts casos ha quedat en desús, encara que cada vegada més es torna als sistemes naturals ecològics.

La majoria de les plantes que descriurem es poden trobar fàcilment al nostre entorn, a la vora dels camins, als barrancs, als rius, als boscos, als marges, als camps.

A Alcover des de fa temps la gent aprofita el seu temps lliure per anar a caminar, tradicionalment fins a l'ermita del Remei, però des de fa un temps amb l'adequació de la finca de mas de Forès i la recent recuperació de camins antics sembla que caminar està més de moda que mai. Tots podem gaudir dels nostres paratges naturals com el Niu de l'Àliga, les fonts del Glorieta, etc.

El que pretén aquesta secció és que, a més de gaudir tot caminant, puguem observar les plantes que ens envolten, per conèixer-les millor, els usos que s'en feia abans, conèixer les propietats que tenen, i fins i tot la seva història.

En successius butlletins descriurem diferents plantes molt comuns a la nostra zona.



Foto: Clara González

Saüc

(*Sambucus nigra*)

El saüc és un arbret o arbust de capçada ampla i densa, molt ramificat, de la família de les Caprifoliàcies, originari del sud d'Europa i el nord d'Àfrica. Les branques són grisenques, les joves verdoses i piloses, tenen una medul·la blanca molt desenvolupada; l'escorça té aspecte de suro i es clivella molt. Les fulles són caduques, compostes, amb la vora serrada acabades en punxa, de color verd fosc. Les flors s'agrupen en inflorescències de 10 a 24 cm de diàmetre, són blanques o una mica groguenques. Floreix a l'estiu. Els fruits són drupes globoses que contenen petits pinyols, són comestibles quan són ben madurs, els verds són tòxics. No és exigent pel que fa al sòl, però prefereix terres fresques i a prop de cursos d'aigua.

És una de les poques plantes conegudes des de l'antiguitat, de la qual encara fem ús. A l'edat de pedra ja se'n consumien els fruits i la fusta buida s'utilitzava per fer xiulets. A l'actualitat es tracta com a planta decorativa.

Les fulles desprenen una olor molt intensa i antigament s'utilitzava com a repel·lent d'insectes. Es preparaven infusions amb les fulles i es polvoritzava per sobre de les plantes per evitar mosquits i pugons.

Les flors tenen aplicacions curatives, es tiren al foc per fer fums, per curar les inflamacions, també es poden fer infusions, un 2% per calmar la tos, se'n prenen diverses tasses al dia. Aquesta mateixa infusió té altres aplicacions, s'utilitza per rentar els ulls, en locions i compreses contra les taques de les embarassades, per fer gargarismes contra les angines, per a la inflamació de les genives. Les compreses de la infusió s'han de canviar amb freqüència abans que s'acabin de refredar. Els fruits poden tenir un ús culinari, se'n poden preparar xarops, suc, mermelades, salses, sopes, etc. Això sí, quan els fruits siguin prou madurs, ja que en cas contrari, com ja hem dit anteriorment, són tòxics. Un altre ús d'aquesta espècie és la capacitat de donar un color més pujat i una aroma particular als vins.

A l'actualitat a Alcover no és gaire freqüent, es pot trobar en barrancs i a prop de cursos d'aigua, també pot viure a l'ombra. Antigament es plantava al voltant de moltes masies. Fa força anys a l'hort de ca la Madurella, on tenien una fàbrica de fer mitjons, n'hi havia un de molt gran, que quan tenia la flor totes les padrines del poble hi anaven a omplir-se'n el davantal. Ho posaven a secar junt amb fulles d'eucaliptus, d'un arbre que hi havia molt a prop, i ho guardaven en bossetes fetes de roba per tal de fer inhalacions quan la canalla estava constipada.



Foto: Clara González

Llorer

(*Laurus nobilis*)

El llorer és una planta originària de la regió Mediterrània, que ha estat cultivada des de temps immemorial, és de la família de les Lauràcies. Aquesta família té al voltant d'un miler d'espècies pròpies dels països càlids, de fulles verdes tot l'any, tolera l'ombra i resisteix la proximitat del mar, necessita una adequada humitat a l'ambient. En aquestes condicions suporta la calor i la sequera, pot arribar a fer entre 10 i 15 metres d'alçada, en climes càlids. Les fulles són lluent, lanceolades de color verd fosc, aromàtiques.

La floració és d'un color groc crema i es produeix entre març i abril. De sexes separats en diferents individus, el femení fa fruit. L'escorça és de color gris fosc, llisa. S'adapta a la poda, s'utilitza en jardineria per fer bardisses, arbrets i arbustos de diferents formes que són molt decoratius. També es pot cultivar en testos i torretes. És una planta molt utilitzada en medicina, en són reconegudes les propietats com a digestiu i estomacal. Les fulles s'utilitzen per condimentar el menjar. A l'antiguitat i a l'edat mitjana s'utilitzava aquesta planta per coronar els poetes, els artistes i els savis, aquesta tradició té origen en els triomfs romans, en què es coronaven els generals victoriosos quan entraven a la ciutat. També ha estat un símbol en triomfs artístics, militars, universitaris i esportius. A Alcover es planta a les masies, també creix per moltes zones, als marges, a la vora del riu, etc.

Antigament les fulles de llorer també s'utilitzaven per donar aroma a la roba blanca, es posava en aigua calenta dins d'un safareig que hi havia en algunes cuines, amb un grapat de fulles de llorer i cendra dins d'una bosseta de roba, també s'hi posava sabó de casa i es deixava en remull. Després les dones portaven la roba a rentar al rentador i l'estenien on ara hi ha les escoles, i qui tenia un ruc la portava a estendre a la Capelleta, després de tot aquest procediment la roba quedava blanca i aromatitzada.

També es porta a beneir el diumenge de Rams i es penja als balcons i a les masies per espantar les bruixes.



Foto: Clara González

Aranyoner (*Prunus spinosa* L.)

L'aranyoner és un arbust espinós molt ramificat, de la família de les rosàcies, que pot arribar a fer 2 metres d'alçada, té les branques d'un color gris fosc, es pot trobar en marges i bardisses en zona de muntanya. Les flors neixen a les branques de l'any anterior, tenen 5 pètals de color blanc, floreix a finals de l'hivern abans que en surti la fulla. Els fruits, els aranyons, són rodons, de color blau molt fosc. Les fulles d'aquest arbust són dolces, encara que la part més usada són els fruits, que s'han de recollir a finals de l'estiu o començament de la tardor, es poden deixar assecar per fer **panses?**, o bé es poden consumir frescos, que és el millor. Els fruits són astringents i les flors laxants.

Per a la preparació del xarop cal recollir 0,5 kg d'aranyons, es posen en una olla junt amb la mateixa quantitat de sucre i un got d'aigua, s'escalfa i es deixa bullir un quart d'hora, el resultat és un xarop de color vermell que es cola a través d'un drap fi, quan està fred es guarda en una ampolla. Aquest xarop es pren a cullerades quan es vulgui, es pot mesclar amb aigua,

es útil per combatre les diarrees. Té un sabor agradable gràcies a la sucre, i si es deixa bullir més temps el resultat és una compota que es útil per al mateix, com la del codonyat. Per preparar la tisana se n'escalfa un grapat de flors en una tassa d'aigua a punt de bullir, és un laxant suau, se'n pren una tassa en dejú i es poden prendre les que siguin necessàries. Aquests fruits són la base del licor anomenat patxaran. El procés es fa mitjançant la maceració de l'aranyó en alcohol, aquest licor és típic a Navarra. L'elaboració casolana del patxaran es fa tot posant a macerar 250 grams d'aranyons en un litre d'anís en un lloc fosc i fresc durant 3 mesos, també s'hi pot afegir una branca de canyella i uns grans de cafè, passats els 3 mesos es filtra el producte i s'ha de consumir abans de dos anys.



Foto: Clara González

Arç blanc

(Crataegus monogyna)

És un arbust o arbre molt ramificat i espinós, de fins a 8 metres, amb aspecte d'arbre, però normalment es troba com un arbust alt de 2 a 4 metres.

És rústic quant al sòl, viu bé en terreny calcari, també tolera la humitat i una mica l'ombra, és molt apreciat per la coloració groguenca a la tardor. Les fulles són simples, alternes, profundament lobulades, de 5 a 7 lòbuls dentats de color verd fosc. Les flors disposades en poms són blanques, perfumades, amb 5 pètals. El fruit és rodó de la mida d'un pèsol de color vermell i conté un sol pinyol. Floreix a l'abril i maig, a les muntanyes, fins al juny, el fruit madura a partir de l'agost. Les flors es recol·lecten a la primavera. Quan estan a punt d'obrir-se, es posen a secar al més ràpid possible, en un lloc airejat i a l'ombra, quan estan seques es guarden en saquets o caixes sense aprestar-les, i es conserven en un lloc sec. Aquest arbust és utilitzat per molts ocells per fer-hi el niu i s'alimenten del seus fruits. També es consumia per l'home des d'època molt remota, i s'aprofitava per al manteniment. Es planta com a ornamental i com a peu per empeltar arbres fruiters. La fusta és molt dura i resistent al frec i s'ha utilitzat per a la fabricació d'eines per a la torneria. Les flors tenen diverses aplicacions remeieres. Es consideren un excel·lent tònic per al cor i per a l'aparell circulatori, són sedants i antiespasmòdiques, es poden utilitzar en casos d'ansietat i nerviosisme, contribueixen a millorar la pressió sanguínia, i a millorar-la en cas d'estar descompensada o massa baixa, poden ser útils per tractar l'insomni, també són relaxants musculars. Una manera senzilla de prendre'n les flors és preparant una tisana; en una tassa se n'hi posa un grapat de flors i s'omple d'aigua bullint, quan es refreda es retiren les flors i es pren, una tassa durant el dinar i una altra durant el sopar. Aquesta medicació s'ha de prendre durant temps perquè sigui efectiva. Aquestes facultats reguladores de la circulació sanguínia i tonificants del cor van ser descobertes el segle passat.

Bibliografia

FONTQUER, Pio. *Plantas Medicinales. El Dioscòrides renovado*. Editorial Labor, S. A. 1995.

CHANES, Rafael. *Deodendron*. Barcelona: Ed. Blume. 2002.

El mil plantas, Guía de las plantas de los viveros de España. Editorial Maxi. 2002.

Botánica, guía ilustrada de plantas. Könemann. 2006

PANAREDA CLOPÉS, Josep M. *Plantes de muntanya*. 2008 BRAU, edicions.

Árboles i arbustos, Editorial Everest, SA. 2008

LATORRE, José A. "Aproximació al coneixement de la biodiversitat de la finca del Mas Forès i el seu entorn". *Butlletí* 109, 110, 111, 112 . Centre d'Estudis Alcoverencs. Alcover 2005, pàg. 52-82.

Pàgines web

<http://ca.wikipedia.org/wiki/Patxaran>

<http://herbarivirtual.vib.es/cat/index.html>

<http://ca.wikipedia.org/wiki/Arbres>