



HERBES REMEIERES DE LES BRUIXES DE BEGUES



“Anem al bosc en silenci i dejuni, a la nit o a l'alba i després de rentar-mos a una font, un rierol, o a la rosada que impregna les plantes, invoquem la Mare Terra i collim les herbes nascudes del seu ventre i alimentades del seu pit, agafant-les amb la ma esquerra, la que no fem servir pels gestos diaris.”

Les plantes es consumeixen o es transformen en infusions i tes d'herbes, coccions i decoccions; aplicats o ungits, es converteixen en olis i vins, pomades i bàlsam. El món antic i precristià ja emprava foc i herbes per practicar ritus de depuració domèstica de doble caràcter: terapèutiques (fumigacions, inhalació, ingestions) i profilàctiques (invocacions, incantacions) estretament relacionades amb la cura i manteniment de la llar.

A tot Catalunya, com a la majoria de països mediterranis, la recollida d'herbes remeieres constitueix una tasca important en l'economia tradicional, molt sovint connotada com a femenina. La tradició oral arriba fins a unes 2000 espècies.

Quines són aquestes plantes i com les utilitzem?

Per els rams adornaven la llinda de la casa o la xemeneia, o el capçal del llit, però també la porta del graner, l'estable, els camps o les tombes?

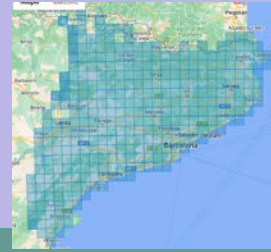
Aquí compartim el que les bruixes de Begues trobem a “casa nostra” per fer els rams que ja fa uns quants anys regalem a tothom que ho vulgui. La resta de l'any també collim, arrepleguem i grimpem però aquest secret continuarà sent el nostre secret.

COMPTE! cal tenir present que moltes herbes que en proporció adequada són beneficioses, si la concentració és elevada poden ser tòxiques. Altres poden ser contraindicades per determinades persones amb alguna afecció prèvia. Aquest recull no és una guia de com cuinar, ni que fer amb les plantes. És tan sols endreçar el que hem estat aprenent d'aquests anys de sortir al camp amb persones que estimen les plantes i que han volgut compartir amb nosaltres el seu coneixement. Més que res una llista del que per Sant Joan podeu trobar a deu minuts a peu del centre del poble i que té algun ús com herba remeiera.

FARIGOLA

Thymus Vulgaris

Altres noms: timó, timonet,
tomell, frígol



Època de floració:

| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|



“La farigola serveix per rentar els mals” (trementinaires)

**“l’aigua de farigola tot ho consola”
“la farigola, per la gola”**

Qui no ha tastat la sopa de farigola?

Usos

Es pot collir tot l’any però la tradició diu que el millor dia és la primera lluna plena de primavera (divendres sant).

S’usen les flors i les fulles per cuinar i en infusions.

Antisèptica, antibacteriana, expectorant i sudorífera.

Per combatre refredats, estats gripals i congestions (infusió), bronquitis, faringitis i asma (bafs). Estimula la circulació sense ser excitant i va bé per l’arrítmia, taquicàrdia i vertigen.

La infusió és un bon desinfectant de lesions de la pell i per rentar els ulls.

A la cuina per condimentar plats i té propietats digestives, diürètiques i antiespasmòdiques.

Curiositats

S’utilitza la nit de Sant Joan per fer una creu de farigola i romaní que es penja a la porta de la núvia per allunyar a les bruixes geloses. Abans de la sortida de sol, la noia ha d’agafar la creu en dejú i l’ha de clavar a la porta del seu estimat per evitar que hi entri el diable. Al Vallespir expliquen que així va ser com una noia fadrina va descobrir que el seu galant era el diable disfressat, jno va poder sortir de casa passant per sota la creu.

Considerada un talismà protector de la salut i que combat les energies negatives. Es posava sota el coixí per evitar els malsons i es brodava al vestit dels guerrers per infondre valor

ESPERNALLAC

Santolina chamaecyparissus

Altres noms: santolina,
camamilla groga



Època de floració:

| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|



Usos

S'utilitza la flor seca per fer infusions que alleugen els dolors menstruals i menopausa. També combat la indigestió, acidesa, gasos intestinals, cucs intestinals.

Per enfortir el cabell i aclarir-lo.

Aplicada a les parpelles (compresa) millora la vista cansada.

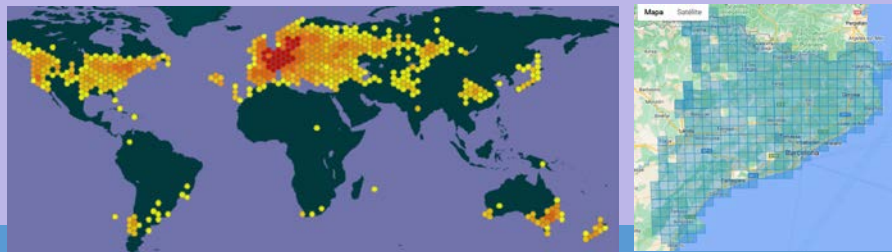
En bossetes dins els armares fa fugir les arnes.



HERBA DE SANT JOAN

Hypericum perforatum

Altres noms:
hipèric,
pericó, flor
de cop



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|



“qui té oli de pericó, no li cal metge ni doctor”

“cada herba té la seva virtut, però les herbes de Sant Joan tenen virtut tot l’any”



Usos

Ús tòpic: per cops, ferides i cremades com antisèptic, cicatritzant i antiinflamatori i calmant del dolor.

El famós oli de cop que es fa amb les flors deixant-les macerar en oli d’oliva i deixant-ho a sol i serena durant quaranta dies, fa més de 2000 anys que s’utilitza.

Ús intern: antidiarreic i antiparasitari, ansiolític, sedant i antidepressiu.

Conegut com a Prozac natural. S’ha d’anar molt amb compte amb la dosificació.

Curiositats

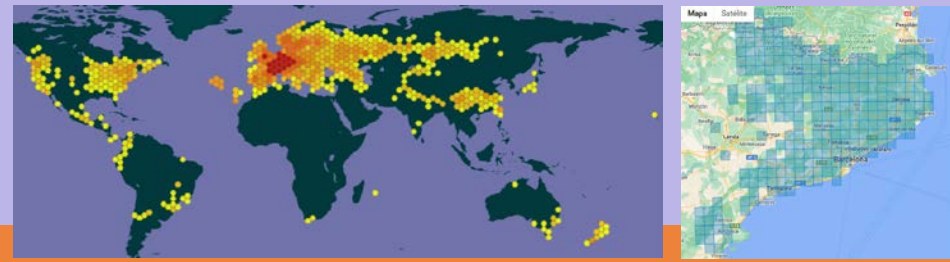
Si es crema a la llar de foc espanta als dimonis i mals esperits.

Diuen que és més efectiva si es cull la nit del solstici abans de que surti el sol i en dejú.

ORENGA

Origanum vulgare

Altres noms: roca morera,
herba musca



Època de floració:

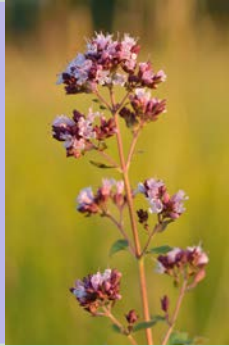
| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|



Els romans ja la feien anar com aperitiu, tònic, desinfectant de ferides i antifúngic
Els grecs l'empraven com antídoto en els enverinaments

“l'orenga tots els mals trenca”

“Ruda, orenga, hisop i donzell, tot això és bo per remei”



Usos

Es fa anar tota la planta.

En infusió serveix pels dolors de menstruació i també pel refredat. També té propietats digestives, antiespasmòdiques, antitussígena i sedant.

La infusió únicament de les flors alleuja l'asma. També se'n poden fer bafs. Va bé fer-ne gàrgares per a la laringitis i la faringitis.

També s'utilitza a la cuina com a condiment: pizzas, amanida de tomàquets, pasta, carn.

Diuen que l'oli essencial va molt bé per a la torticolis.

Curiositats

A la Grècia antiga es considerava que l'aparició d'una flor d'orenga al costat d'un sepulcre augurava felicitat i pau eterna per la persona que estava allà enterrada.

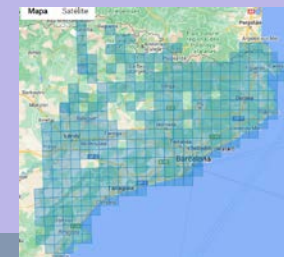
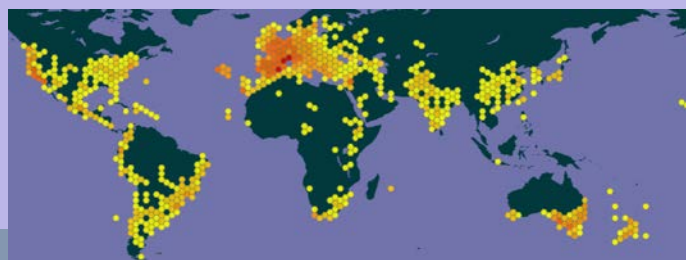
Romans i grecs tenien el costum d'adornar amb poms d'orenga els caps dels morts.

Els romans també l'empraven en decoració de les llars.

FONOLL

Foeniculum vulgare

Altres noms: fenoll



Època de floració:

Gen Feb Mar Abr Mai **Jun** Jul **Ago** Set Oct Nov Dec



**“El fonoll és per fer vents”
“fonoll i ruda fan la vista aguda”
“si et fa mal el païdor, el fonoll és el millor”**

A l'antic Egipte ja s'emprava per les males digestions

Usos

Es fa anar tota la planta. Les llavors es cullen al setembre.

Les llavors s'usen en pastisseria, licors i perfums.

les fulles i branques en amanides, salses, brous.

En infusió té propietats estimulants, ajuda a la digestió i a eliminar gasos (principalment el fruit). Amb camamilla calma els còlics dels nadons.

Afavoreix la producció de llet durant la lactància.

En ús extern, s'empra per a la inflamació d'ulls aplicant una infusió dels fruits amb compreses o cotó fluix.



ROMANÍ

Rosmarinus officinalis

Altres noms: romer



Època de floració:

Gen Feb **Mar** **Abr** **Mai** **Jun** Jul Ago Set Oct Nov Dec



Diuen que desperta l'agilitat mental, l'enginy i la creativitat i al llarg de la història els estudiants l'han fet anar en època d'exàmens.

Si s'empra en excés, és tòxic. "l'aigua de romaní, si no tens mal te'n fa venir"

**"creix tan abundant, que els navegants, abans d'albirar terra, reben la seva olor"
(Linne, botànic s. XVIII)**

Usos

S'utilitzen les branques amb les flors i fulles.

Efecte oposat a la majoria de plantes, en comptes de sedant, és un tònic cardíac.

Fregues al cap amb essència de romaní per evitar la caiguda del cabell, fregues a cames i braços per activar la circulació, i banys per quan estem cansats i sense energia.

Inhalar el fum que fa quan es posa damunt una planxa (no directament al foc) va bé per l'asma.

En infusió calma la tos.

També és un bon cicatritzant de ferides

També s'utilitza a la cuina, amb carn, arròs.

Curiositats

A l'Alt Empordà es cremen branques d'olivera i romaní creient que el fum desfà a les bruixes, acusades de provocar tempestes.

A l'edat mitja es creia que donava la felicitat, funcionava com atrapa-somnis i conservava l'eterna joventut.

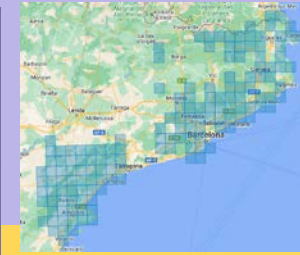
Els pastors menjaven cada dia un parell de flors per recordar millor el seu ramat.

En calaixos i armaris per evitar els àcars i a les habitacions dels malalts com a desinfectant.

LLOSER

Laurus nobilis

Altres noms: llor



Època de floració:

Gen Feb Mar Abr Mai **Jun** Jul **Ago** Set Oct Nov Dec



Arbre sagrat i protector de la casa

Símbol del triomf (la nimfa Dafne es va convertir en llorer fugint d'Apol·lo). Els romans coronaven els generals victoriosos. A l'edat Mitjana es coronaven poetes, artistes i estudiants que superaven retòrica (baccalaureatus, batxiller)

Usos

Pel seu principi amarg, es pot fer servir com a tònic estomacal, aperitiu i carminatiu.

En aplicació externa és antireumàtic.

L'oli de llorer és molt apreciat pels massatges i a la cuina (30g de fulles en un litre d'oli d'oliva i macerar-ho deu dies a sol i serena).

Molt emprat en la preparació de guisats, peix, brous, llegums, etc.

En veterinària, tradicionalment es feien servir els fruits fent una mantega per combatre els paràsits.

Curiositats

A la Cerdanya es llençava una branca de llorer beneïda al foc per evitar o aturar les tempestes provocades per les bruixes.

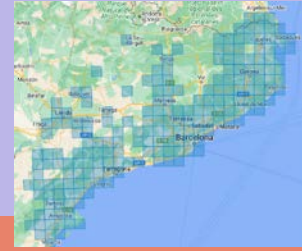
A la Costa Brava es cremen fulles de llorer beneïdes el Diumenge de Rams per protegir dels llamps i les tempestes i de tots els mals encanteris.

A l'antiga Roma Plinni ja va dir que el llorer estava dedicat a Janus i protegia el llindar de les cases. A l'entrada es penjava una branca de llorer i d'olivera que es cremaven passat l'any, quan eren substituïdes pel nou ram.

GINESTA

Spartium junceum

Altres noms: ginesta vera, herba de ballester, argelagó



Època de floració:

Gen Feb Mar Abr **Mai** **Jun** Jul Ago Set Oct Nov Dec



La ginesta altre vegada,
la ginesta amb tanta olor,
és la meva enamorada
que ve al temps de la
calor.

Per a fer-li una abraçada
he pujat dalt del serrat:
de la primera besada
m'ha deixat tot perfumat.

Usos

S'utilitza per fer escombres rústegues, cistells i cordes, per lligar les vinyes i també per tenyir teixits de color groc.

No es consumeix ja que totes les parts, branques, flor i llavors, són tòxiques, i poden provocar vòmits, deliris, i fins i tot aturades cardíaques.

Tothom coneix el poema la ginesta de Joan Maragall.

Es considera la flor símbol de Catalunya

Feia un vent que enarborava,
feia un sol molt resplendent:
la ginesta es regirava
furiosa al sol rient.

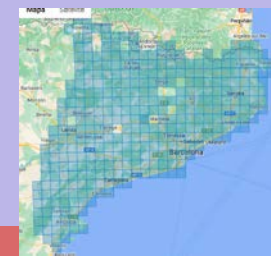
Jo la prenc per la cintura:
la tisora va en renou
desflorant tanta hermosura
fins que el cor me n'ha dit
prou

Amb un vimet que creixia
innocent a vora seu
he lligat la dolça aimia
ben estreta en un pom breu.
Quan l'he tinguda lligada
m'he girat de cara al mar...
M'he girat al mar de cara,
que brillava com cristall;
he aixecat el pom enlaire
i he arrencat a córrer avall.

CRESPINELL

Sedum sediforme

Altres noms: unglà de gat, raïm de pastor o raïm de bruixa



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|



“Que coses més bones que cria el Senyor, per dalt les teulades raïm de pastor”

Gaudi s’hi va inspirar per als pinacles dels campanars dedicats als apòstols de la Sagrada Família

Usos

Diu en Joan Pellicer: “matollars eixuts que creixen en sòls àrids i assolellats, en roquetars, terrers pedregallosos i ressequits on troba ben poca companyia, o bé aprofitant replanells, fenedures i badalls de cingle i de penyaral pelats i rosegats pel temps”

Antiinflamatori bucal i per llagues de la boca, xafant les fulletes i posant-ne el suc damunt la llaga. Damunt ferides, picades i inflamacions de la pell, reblanir ulls de poll.

Rossegat una fulla i menjar-la per la cremor i per úlceres d’estomac.

Condiment collint-lo abans que s’espigui. En pot un cop salat amb fulles de fonoll o farigola i gotes de llimona o vinagre.

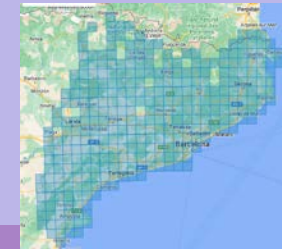
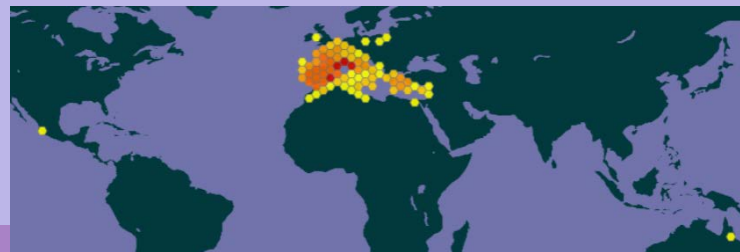
Curiositats

Al Vallespir, les dones recollien crespínell i clavaven una branqueta a la porta de l’home a qui cobejaven.

SEMPREVIVA

Helichrysum stoechas

Altres noms: maçanella,
ramell de Sant Ponç,
flors de tot l'any.



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|



“Qui no ha tingut mai un ram de sempreviva a casa?”

També s’anomena flor de morts perquè s’ha emprat tradicionalment en rituals funeraris.

Fa una olor peculiar.

Usos

S'utilitza únicament la flor.

Emprada per fer bafs, té propietats antial·lèrgiques (pol·len, pols, fum) i millora el sistema respiratori. També és diürètica i per tant ajuda davant infeccions de l'aparell urinari.

La infusió va bé pels refredats, sinusitis, bronquitis, asma i tos, també és un bon sudorífic. Tonifica el pàncreas i ajuda a millorar la digestió. També és diürètica i per tant ajuda davant infeccions de l'aparell urinari.

L'ús extern va bé pels fongs (inclosa la Candidiasis), èczemes i berrugues, així com per la inflamació dels ulls, conjuntivitis i infeccions bucals.



MALVA

Malva sylvestris

Altres noms: malva major, malva comuna, malva de cementiri



Època de floració:

| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|



“Amb farigola, malves, i grans de rosari, es planta un ric herbolari.”

Des de fa segles flors i fulles s’usen per amanides i per fer sopes, encara que és molt insípida. Al segle VII aC els àrabs ja la menjaven. Els romans l’usaven com a laxant. Al s.XVII s’anomenava “omnimorbia”, és a dir tothocura.



Usos

Es fan anar les fulles i flors, collint-les de juny a setembre. És un gran calmant de la tos i un bon antitussigen. S'utilitza per tractaments del refredat, grip, faringitis, emfisema pulmonar i asma. Regulador del transit intestinal, alleujant els espasmes. Actua com un laxant suau. Cataplasmes per picades d'ortiga i d'insectes, acne, hemorroides i dermatitis així com a col·liris per conjuntivitis. Bon remei per curar les aftes, llagues bucals i dolor de dents. Creix millor en terres riques en nitrògen, d'aquí que creixi bé en cementiris i l'expressió “criar malves”

Curiositats

Es diu que si a les 12 de la nit de Sant Joan s'agafa una malva florida i es penja en un lloc sec al capçal del llit, la flor es torna a obrir la nit de Nadal, si s'ha tingut prou cura de la planta i no s'ha burlat d'ella.

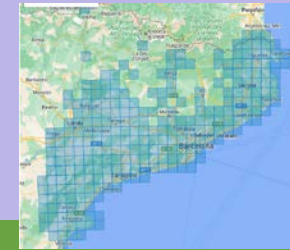
També que si es crema al foc de la cuina, espanta als mals esperits.

A Hongria deien que si una dona pixava sobre la malva i al cap de tres dies la planta es pansia, és que la dona era infèrtil.

ESCABIOSA

Scabiosa atropurpurea

Altres noms:
llengua de vaca,
viuda silvestre



Època de floració:

| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|



Hi ha documentació que demostra que ja s'emprava al segle I

S'anomena llengua de vaca perquè és aspra

Usos

Les flors són de color blau lavanda, lila o crema i és l'únic que s'utilitza.

Conté tanins i es fa anar com a depuratiu, per curar malalties de la pell i èczemes, alleujar picors i fins i tot per la varicel·la i el xarampió, aplicada sobre la pell.

També és bona com a infusió per la bronquitis ja que té propietats expectorants i sudorífiques.

Curiositats

Es diu que ajudava a curar la sarna (per que el nom ve de scabies que en llatí vol dir sarna).

AUFALS

Medicago sativa

Altres noms: alfals,
userda, melga, mèliga



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|------------|-----|-----|------------|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|------------|-----|-----|------------|-----|-----|-----|-----|



Es creu que ve de l'antiga Persia i es va estendre el seu conreu per alimentar als cavalls perses. A la Xina és té constància que s'emprava ja al segle VI pels trastorns digestius i renals.

Usos

S'empren les flors i també les fulles, procurant que siguin fresques i sense coure-les, ja que sinó perd vitamines.

Duu molta vitamina K, E, D i A, sals minerals com ferro, calci, zinc i fòsfor.

Com a reconstituent natural quan hi ha anèmia i cansament físic. Afavoreix la recuperació de malalties i ajuda a recuperar la gana, si es mengen les fulles fresques en amanides.

Per corregir menstruacions abundants i hemorràgies superficials, nasals i dentals i hemorroides sagnants (per la vitamina K), menjant-la fresca.

Les llavors ajuden a regular el colesterol.

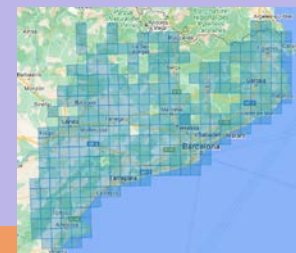
Reforça els ossos i prevé la osteoporosis (isoflavones i calci.)



CENTÀUREA

Centaurea aspera

Altres noms: bracerera, caps de burro, carxofa borda, flor de sucre, travalera, passacamins, tiravaques



Època de floració:

| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|



“la centaurea fa venir gana”

Diuen que fumada o mastegada és una planta al·lucinògena

Usos

Molt rústega que pot florir tot l'any.

Es fan anar les flors, les fulles i les tiges. És molt amarga. S'utilitza principalment per combatre la diabetis ja que redueix el sucre a la sang i l'orina (bullir 3 minuts i deixar reposar 10, beure el líquid); si es troba massa amarga es pot fer una infusió, deixant-la sols 3-4 minuts).

Despertar la gana, ja que al ser tan amarga força al cos a segregar suc gàstrics i bilis (deixar les fulles en maceració amb aigua i beure el líquid en dejú).

Antiinflamatòria i antisèptica, tractament natural per la cistitis.

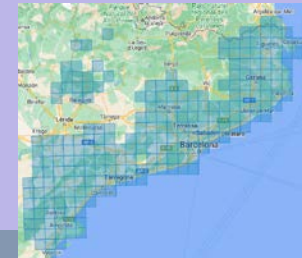
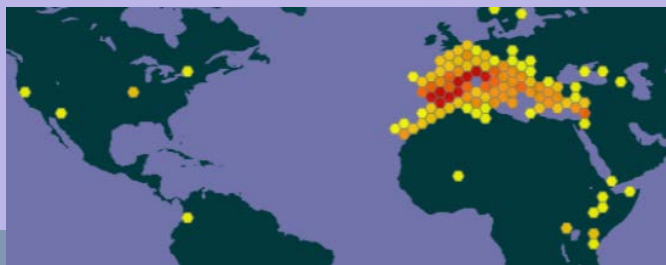
Ajuda a fer la digestió i a eliminar gasos.



MATA

Pistacia lentiscus

Altres noms: llentiscle,
mata de cabrit, mata
de pou



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|



Mastegar la fulla diuen que blanqueja les dents. Abans de la fusta se'n feien escuradents.



Usos

S'utilitzen les fulles i els fruits vermells, així com el líquid que suen les branques si es fa una petita incisió al tronc (el màstic)

És molt útil per reforçar les genives i evitar que sagnin, fent una decocció (bullir les fulles durant un minut i deixar reposar). Preparada de la mateixa manera serveix per cicatritzar ferides.

També serveix per combatre la congestió pulmonar i els atacs de tos.

Al tenir tants tanins serveix per aturar la diarrea.

Curiositats

La saba o màstic produeix una goma o làtex molt aromàtica. Abans s'emprava com a goma de mastegar i ara es fa anar per fer vernissos en ortodòncia. El màstic es cull a l'agost i setembre.

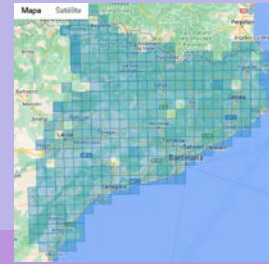
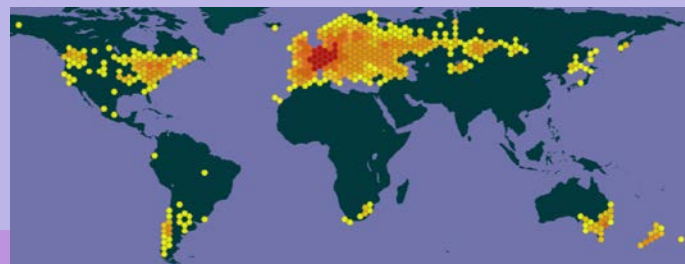
A Grècia es fa el licor Mastika típic de Chios.

Crema molt bé i va bé per encendre foc per coure calçots.

VIBORERA

Echium vulgare

Altres noms:
llengua de bou



Època de floració:

Gen Feb Mar Abr **Mai** Jun Jul Ago Set Oct Nov Dec



És una planta tòxica i no es pot abusar d'ella, consumida en grans quantitats és verinosa pel bestiar, però no gaire pels humans.

S'anomena viborera perquè les llavors recorden el cap d'un escurçó.

Usos

S'utilitzen les fulles i les tiges.

Va bé com a diürètic i depuratiu, expectorant i sudorífic. Es fa anar pels dolors reumàtics i gota, per tractar la pell irritada, dermatitis i furúncols, mossegades de serp. També pel mal de cap, febre i refredat.

Les fulles s'assemblen a la borratja i es pot prendre com a verdura, combinada amb altres ja que és una mica amarga.

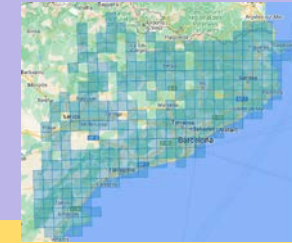
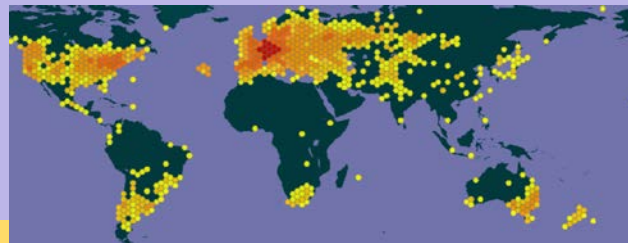
Curiositats

Diu que calma i guareix les picades d'escurçó.

XICOIRA

Cichorium intybus

Altres noms: cama-roja,
xicòria, xicoia, escarola borda,
masteguera



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|------------|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|------------|-----|-----|-----|



És el cafè que es bevia en tems de guerra

Usos

S'utilitzen únicament les fulles i l'arrel.

La fulla es pren en amanides únicament si és fresca i es petita, ja que les fulles madures no són aptes pel consum. Va molt bé pel fetge.

No la poden prendre les persones que tenen pressió arterial baixa, anèmia, ni les que tenen tendència a fer pedres al ronyó.

Curiositats

Des del segle XVII l'arrel assecada i torrada i feta en infusió s'utilitza com a sucedani del cafè, sense que contingui cafeïna.

TRÈVOL PUDENT

Psoralea bituminosa

Altres noms: bituminària



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|



Les seves fulles fan olor de betum.

Usos

Els pastors diuen que va molt bé per cicatritzar ferides i que en pocs minuts atura la sang.

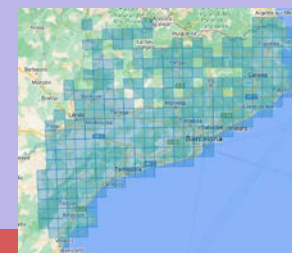
També com a calmant després d'una picadura d'abella o d'una reacció al·lèrgica a la pell.



GRAVIT

Pallenis spinosa

Altres noms: ull de bou, corona de rei, arnica
borda, barret de frare, espinosa



Època de floració:

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Gen | Feb | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Oct | Nov | Dec |
|-----|-----|-----|-----|------------|------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|



Es considera una plaga pels conreus

Usos

Ès font de carbohidrats i te moltes propietats medicinals i aromàtiques.

Les flors serveixen per fer cataplasmes per tractar el reuma, cops, febre, mal de cap.

El tubèrcul és amarg però és comestible. Torrat i mòlt serveix per curar ferides.

El suc dels tubèrculs també es fa anar com arrelant natural en la reproducció de les plantes per esqueix.

Curiositats

Una investigació de la UAB ha trobat evidències que els nostres avantpassats de la prehistòria, fa 9000 anys, ja la consumien i que això contribueix a que tinguessin poques caries.

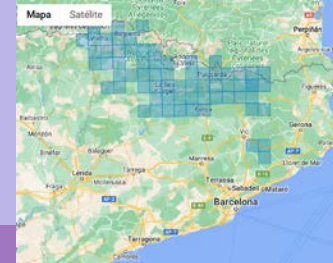
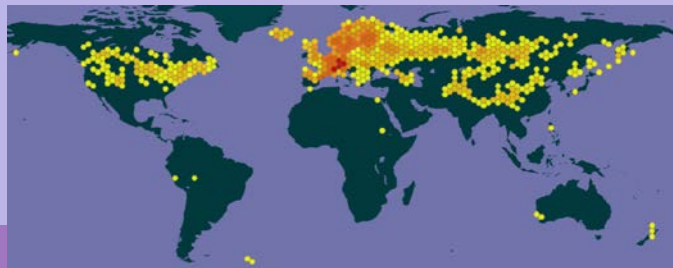
Els egipcis també la empraven com a perfum i com a medicina.

En la medicina tradicional xinesa és l'herba principal utilitzada per la regulació del qi (la força invisible, energia catalitzadora del moviment i la transformació).

ALCARAVIA

Carum carvi

Altres noms: comí de prat,
comineta, fenoll de prat,
matafaluga borda



Època de floració:

Gen Feb Mar Abr Mai **Jun** **Jul** **Ago** Set Oct Nov Dec



Usos

És originaria d'Europa i l'oest d'Àsia. Sembla una pastanaga amb les fulles dividides.

Els fruits tenen gust d'anís. Es posa en el pa de sègol, en licors, en la col fermentada, en el formatge havarti i en l'harissa de Tunísia. L'arrel també es pot cuinar.

La tisana va bé contra els còlics i problemes digestius. També s'empra en sabons, locions i perfums.

Curiositats

Els fruits s'empraven des de temps antics, també en la cuina medieval, com a espècia