

Plantes utiles de les Pedreres

Carme Bosch

10 Novembre 2019

Lledoner

Celtis australis L



- Floreix de març abril i els fruits es recol.lecten a la tardor.
- Molt usat en jardins i carrers per la bona ombra que fa, pel baix manteniment i com a recurs contra l'erosió.
- Els fruits son comestibles i atrauen a moltes aus.

Lledoner



- De fusta molt flexible, va ser molt utilitzat per fer eines del camp com les forques per ventar el blat, els mànecs de les aixades, destrals, pics...
- El seu tipus de ramificació facilita la diversitat de pues de la forca.

Saüc, saüquer, bonarbre

Sambucus nigra



- Floració d'abril a juny
- Recol·lecció de la flor a la primavera i els fruits ben madurs a l'estiu.
- Assecatge ràpid de les flors. Cal que conservin el color blanc

Virtuts i aplicacions:

El saüc és un dels arbusts més usats en la medicina casolana del nostre país.

S'utilitzen les flors, els fruits, l'escorça i l'essència.

La infusió de les flors és un excel·lent sudorífic i calmant de la tos. Molt emprada per els refredats i la grip. Es prepara una cullerada de flor de saüc per cada tassa d'aigua. Es pot barrejar amb flors de til·ler.

Amb les umbel·les florals i els fruits es preparen diferents plats.

Llentiscle

Pistacia lentiscus



- Floració de març a maig
- Recol·lecció dels brots tendres durant la primavera i dels fruits per decoració a la tardor.
- Es recol·lecten les branques per floristeria.

Virtuts i aplicacions:

S'usen els brots tendres per combatre la piorrea i la inflamació de les genives.

Es glopeja 3 cops al dia, després dels àpats, la decocció dels brots tendres o el vi de llentiscle, que es prepara amb 1 litre d'aigua, 1 litre de vi, 4 o 5 brots tendres de llentiscle, 4-5 brots de romaní, 4-5 brots d'olivera i 2 nous de xiprer triturades, es fa bullir tot fins que quedi la meitat del líquid, es cola i es guarda a la nevera.

A països de l'Orient s'usa la seva resina, el *màstic*, pel mal alè i per enfortir les genives.

Arç blanc, espí blanc, pometes de pastor

Crataegus monogyna



Floració de març a juny

Recol·lecció de les flors i de les fulles de març a juny. Els fruits a la tardor.

Virtuts i aplicacions:

Les flors són un excel·lent tònic del cor i de l'aparell circulatori.

Per dormir infusió de 4 cullerades de flors per L

Els fruits son comestibles.

De la fusta també se'n fan bastons.

Farigola

Thymus vulgaris



Floració de principis de març a juny.

Tradicionalment, per la seva activitat antibacteriana, s'ha fet servir per guarir qualsevol tipus d'infecció i per adobar aliments.

Molt emprada per condimentar carns, peixos, xarcuteria, verdures, sopes, salses, guisats, formatges.

Virtuts i aplicacions:

Processos catarrals de les vies respiratòries, bronquitis, tos irritativa.

Infeccions digestives.

En gargarismes per combatre inflamacions de la faringe, aftes bucals, càries.

Desinfecció de ferides.

Infusió d'1-2 g de planta seca per tassa, 3- 4 vegades al dia.

Prendre una infusió suau en dejú, amb una cullerada de mel, durant els mesos d'hivern, pot servir per prevenir la grip i els refredats.

Fonoll

Foeniculum vulgare



- Floració de juny a novembre
- Recol·lecció dels brots tendres a la primavera i de les llavors a la tardor.

Virtuts i aplicacions:

Infusió de les llavors per la indigestió i cremors d'estómac dels adults, pels còlics infantils i com a estimulant de la llet materna.

Els brots tendres s'afegeixen a les amanides, als guisats de verdures, de carn i de peix. Un plat típic andalús són les patates amb brots tendres de fonoll.

Els fruits, d'aroma anisat, s'usen per condimentar plats dolços, salats i licors; es destil·len per utilitzar-los en aromateràpia i licoreria.

Calamenta, rementerola, fals poliol

Clinopodium nepeta



- Floració, recol·lecció i conservació de la part aèria de setembre a novembre
- Medicinalment és digestiva, antidiarreica i es pren en infusió.

esbarzer, romequera

Rubus ulmifolius



- Floració de juny a agost
- Recol·lecció del fruits madurs al setembre i dels brots i de les fulles tendres a la primavera
- Conservació: dels fruits en melmelades, geles, licors...

Els brots i fulles tendres són astringents i medicinalment s'han usat com a antidiarreics, per desinflamar les hemorroides, per mals de coll i per enfortir les genives.

Les puntes dels brots tendres es mengen com si fossin espàrrecs.

Les móres es mengen fresques i es conserven en confitures.

Heura

Hedera helix



- L'heura és una planta enfiladissa que s'enganxa a les pedres o als arbres a través d'unes arrels que broten de la part de la tija que està en contacte amb el suport. Creix amb tant de vigor que pot destruir l'arbre que l'aguanta, pot viure cap a 1000 anys.

Tradicionalment s'han usat les fulles fresques per via externa com a cicatritzants, per curar ferides, llagues o la pell clivellada dels talons. S'apliquen a través de banys de la decocció o d'ungüents fets amb les fulles, oli d'oliva i cera d'abella.

S'utilitza en la indústria cosmètica per a fer gels i cremes que actuen sobre els nòduls de cel·lulitis.

En floristeria s'empra per a fer rams, amb les tiges llargues es fan corones i amb les fulles premsades o preservades composicions artístiques.

Els fruits són molt tòxics. La ingestió de 5-12 fruits pot causar la mort per col·lapse respiratori.

Garric, coscoll

Quercus coccifera L. subsp. *coccifera*



- Floreix a la primavera i fructifica a la tardor del següent any.
- Els fruits es van utilitzar com aliment en l'antigüetat.
- L'escorça té propietats antisèptiques i astringents i s'ha utilitzat per adobar la pell i tenyir els cabells de negre.

Fotografies de l'associació flora catalana

www.floracatalana.net

www.floracatalana.cat