

JOAN PELLICER\*

*En aquest article s'intenta donar una panoràmica resumida dels usos etnobotànics dels vegetals autòctons de les comarques centrals valencianes, altrament dites territori diànic, de la utilització tradicional del bosc natural per part dels seus nadius, principalment com a rebost i apotecaria, de la qual es donen diverses mostres com a exemples representatius. Així mateix s'hi afegien algunes reflexions, unes poques bones intencions i alguns objectius que cal aconseguir amb vista a l'incert futur.*

*En el presente artículo se intenta dar una visión resumida de los usos etnobotánicos de los vegetales autóctonos de las comarcas centrales valencianas, también denominadas territorio diánico, de la utilización tradicional del bosque natural por parte de los nativos, principalmente como despensa y farmacia, de la que se dan diversas muestras como ejemplos representativos. También se añaden algunas reflexiones, unas pocas buenas intenciones y algunos objetivos que se deben conseguir con vista al futuro incierto.*

**Herboristery.** *In this article we try to give an overview of the ethnobotanical uses of domestic plants and vegetables in the Valencian Central Districts, also known as Dianic Territory, as well as the traditional utilization of the natural forest made by the natives of this area, mainly as pantry and apothecary elements, providing several samples as representative examples. Furthermore, we add some reflections, a few good intentions and various aims to reach in the prospect of an uncertain future.*

*I és molt convenient també que, a més, parleu amb els vells, que ho saben tot, o quasi tot, del costumari poblejà. Hi ha costums que han desaparegut per complet, però que romanen vius a la memòria d'aquells que un temps, més o menys llunyà, els van conèixer. Els vells són els arxius vivents i, com que no tenen res més a fer, llevat de prendre el sol, quan algú els pregunta per qualsevol cosa, aprofiten l'avinentesa i trauen el millor del seu record per oferir-lo al curiós que mostra sana curiositat per tot allò que envolta les seues vides aparentment anodines, però realment carregades de molt de sentiment, gràcia i, sobretot, originalitat i agudesia.*

Bernat Capó. Costumari valencià I. "El rosari del genollet".

Alguns dels usos i explotacions tradicionals de la nostra muntanya són els derivats de l'aprofitament dels vegetals silvestres, els quals abracen un ampli ventall de possibilitats que es poden classificar en:

1. Medicinals i veterinaris 2. Alimentaris 3. Forestals: utilització de pastures, carbó i llenya 4. Artesanals: fusteria i mobiliari, cistelleria o construcció d'instruments musicals 5. Arquitectònics: cases i habitatges populars 6. Agrícoles: bar-

nisses, barraques, almàsseres o vivers 7. Tèxtils, tints i adoberia 8. Ornamentals 9. Festius, lúdics, màgics, mitològics i simbòlics: ús i significació en el decurs de determinades celebracions de caràcter religiós o profà.

Tots aquests usos i aprofitaments evidencien un antic i vast saber, que comporta la identificació fidedigna de l'herba o arbre, la seua localització, l'època de recol·lecció, la manipulació o la forma d'elaboració o preparació.

*Plantes en l'etnobotànica diànica:*

Nombre aproximat de plantes superiors de la flora valenciana: 2.500

Nombre aproximat de plantes de la flora diànica: 2.000

S'ha aconseguit reunir informació etnobotànica de més de quatre-centes espècies vegetals, que s'ha introduït en fitxes individuals que s'han agrupat en un "fitxer florístic" o "llista d'espècies". Cadascuna consta de diferents apartats que fan referència a: denominació científica i noms populars al territori; dades ecològiques: corologia, descripció i localització; dades etnobotàniques: virtuts o propietats, usos agrícoles o domèstics; la part utilitzada, les aplicacions i la fórmula sempre que hagen estat subministrades; dades antropològiques: les referents a les festivitats populars, la simbologia, la

\* Universitat Popular de Gandia

mitologia, la rondallística, la poesia o l'art.

En cada cas hem procurat sempre esbrinar l'origen de cada informació obtinguda, si era personal, de la família, del poble, de la rogalia o per influència d'una àrea forana. A més, es conserva el nom del comunicants, que ultrapassa el mig miler.

De tots els usos els medicinals i els alimentaris o culinaris són els que més ens han interessat en les nostres recerques de camp i dels quals hem recollit més informació, però mai no hem descartat cap altra possibilitat; de fet no hem rebutjat mai cap informació o ús popular per estrany o sorprenent que semblara.

## EL BOSC COM APOTECARIA I REBOST DEL MÓN RURAL TRADICIONAL

Remeis populars al territori diànic:

Origen vegetal: plantes medicinals.

Origen no vegetal: animal, mineral i altres productes.

Formes de preparació i administració. Ús intern. Ús extern.

La decocció és el procediment predominant, molt més usat que la infusió.

Altres: pegats, micapans, cataplasmes, pismes i emplastes. Olis medicinals. Untures. Macerats alcohòlics. Vins i licors medicinals.

### I. PLANTES MEDICINALS

En total, de moment, s'ha recollit informació de més de tres-centes plantes que tenen alguna aplicació popular com a medicinals. Aquests remeis comprenen pràcticament la totalitat de les patologies humanes.

Com a mostra s'ofereix aquesta breu llista d'exemples.

#### 1. Patologia de l'aparell digestiu

Plantes aperitives

**Centaurium quadrifolium** (L.) G. López & Jarvis *subsp. linariifolium* (Lam.) G. López (*Gencianàcies*): centaureta, flor de santaura, santaura, santaula, santa-taula, sanpaula; flor de sant Joan; pericó roig, perico roig, perico, Santa Àgueda, pinet, caba-cases, per les ganes de menjar tan grans que dóna.

*Centaura para taula* (Benigànim, Parcent), per donar a entendre la seua virtut aperitiva.

*Un o dos brots en aigua a la rosada i prendre en dejú per a fer ganes de menjar* (la Font d'En Carròs).

Per a fer gana de menjar. Per a les criatures que han perdut la gana. Bullit. Tasseta per dia (Biar).

Perico per a fer ganes de menjar (Alcalà de la Jovada).

La santaula per a fer gana de menjar (Pedreguer).

Fer ganes de menjar, pres en dejú (Benissili).

Fer ganes de menjar: 'És més amarg que l'asseve'. Per als xiquets que no tenien gana de menjar. Es posa l'herba en un got d'aigua a la serena, i l'endemà es beu en dejú (Ràfol d'Almúnia).

Posada a remulla en vi de quina per a fer ganes de menjar i enfortir (Vilallonga).

Per a fer gana de menjar, és més amarg que una fel (l'Orxa).

Perico cap per avall dins l'aigua per a fer ganes de menjar als xiquets (Benifallim).

Bullir per a fer ganes de menjar (Forna).

La santaula per a fer gana de menjar. 'Més amarga que l'asseve' (Benissa).

Per a fer ganes de menjar. Quan no tenien ganes i es trobaven empatsats, es feien tasses de pinet (Penàguila).

Antisèptics bucofaringis

*Mixtura per a les inflamacions i infeccions de la boca* (*Banyeres*):

Mesclar a parts iguals: Agrimònia, timó, sàlvia, malva. Decocció.

Gargarismes tres voltes al dia.

Digestives

**Sideritis angustifolia** Lag. (labiades o lamiàcies): rabet de gat, rabet de gat bord.

*Tisana digestiva i sana*:

Tres espiguetes de rabet de gat. Poliol (*Satureja fruticosa*). Sàlvia.

I unes gotetes de llima que afalaga molt (Castells de la Serrella)

Protectors hepàtics

**Ceterach officinarum** Willd. (Polipodiàcies): Herbeta doraeta, herba o herbeta dorà; dorà, doraeta; sardineteta; corbelleta; herba o herbeta de la sang; minva-sang

L'herbete dorà bullida es pren contra l'aliacrà, acompanyada de banys al baix ventre amb un manoll de manrúbio (Benialf, Benissivà).

**Sedum sediforme** (Jacq.) Pau [=Sedum altissima Poir.] (*Crassulàcies*): Raïm o raïmet de pastor, raïm o raïmet de bruixa, raïm de gat, caspinell, gaspinell, gapinell.

Per al mal de fetge i "l'aliacrà": Picar l'herba i posar-la en un got d'aigua a la serena. Prendre en dejú durant nou dies (Gandia).

Bo per a desinflamar, sobretot el fetge. Novena. Picat i deixat a remulla a la serena, tapat amb un coladoret; l'endemà es beu en dejú (Barx).

Antiinflamatoris i antisèptics intestinals i antidiarreic

**Lythrum salicaria** L. (Litràcies): Herba de la diarrera; flor de braçal, trencadalla, estronca-sang, salicària.

La propietat principal és la de ser un boníssim antidiarreic, especialment en nadons i xiquets menuts, desinflama, calma els malestars i retorçons de ventre ja que té un efecte sedant i antiespasmòdic intestinal.

Antidiarreica (Gandia)

Talla la diarrera. Bullit. Suquet coladet. Bullir cinc o sis minuts com a mínim; que solte. prendre dos o tres tasses per dia. Serveix igual en flor com sense flor (Pego).

És el millor remei que hi ha per a la diarrera. Te la talla de

seguida. Per a les criatures, els lactants i per a tots. La pots mastegar com està, tendra; i quan està seca, bullida. Bullir-la un quart o mitja hora fins que amolle el suc (Pego).

**Rubia peregrina** L. subsp. **longifolia** (Poiret) O. Bolòs (Rubiàcies): Rapa-llengua, llapassa, llengüetes, tintorera, greixolera, greixonera, llengua de bou, rúbia tintòrea, roja; rubiatet, l'arrel.

Per a tallar les diarrees estivals (la Xara, Benissa).

Molt bo per a la diarrea (Castelló de les Gerres).

**Ceratonía siliqua** L. (Lleguminoses o fabàcies): Garrofer, garrofera; garrofa.

La garrofa madura feta farina té propietats astringents i era un remei apropiat per als xiquets quan anaven lleugers de panxeta. Les garrofes verdes per contra fan que el ventre córriga.

Menjar garrofes en cas de diarrea (Gandia)

Antiodontològiques

**Clematis flammula** L. (Ranunculàcies): Vidriella; vedriella; vedriera; vedriquera; santjoanera, sant Joanet; sant Joanets; corona o coroneta de sant Joan; coroneta del Nostre Senyor; engarlandera; esguirlanda; asguirlandera.

Per a tombar els queixals posant una fulleta en el corcat o forat (la Font d'En Carròs).

Una fulleta de vedriera xafada i feta una boleta es posa dins el forat corcat del queixal i l'ascla (Castells de la Serrella).

Bullir set ulls de vedriera i glopejar en cas de mal de queixal. "Lleva el dolor i en acabant va caent tot lo roïn" (Castells de la Serrella).

Per a glopejar en cas de mal de queixal (Parcent).

Glopejar per al mal de queixal, com les pinyes de xíprer, però si n'abuses molt et tomba les dents tant l'una com l'altra. Si la mossega algú li cauen les dents (Pego).

Per a tombar queixals corcats. Picar i posar dins el forat. Lleva el dolor i trau la dent o queixal (Benimaurell).

Abans a qui li feia mal el queixal, en rosegava un poc i queia (Benimaurell).

Tomba les dents (Tàrbena).

## 2. Patologia de les vies respiratòries

Afeccions broncopulmonars. Anticatarrals

**Agrimonia eupatoria** L. (Rosàcies): Agrimònia; mònica; gramònica; malastrany o herba del malastrany; serverola, herba de sant Guillem.

Remei molt preat per a guarir la pulmonia i les bronquitis cròniques (Bolulla).

**Arundo donax** L. subsp. **donax**. (Gramínies o poàcies): Canya.

Una altra utilització curativa tradicional molt interessant de la canya era contra la tos ferina dels infants. Per a usar-la se seguia un procediment senzill i curiós: es triava una canya jove, es tallava per la seva part superior i a l'interior del canó obert s'abocava sucre i es deixava així durant tota la nit. Al matí, el suc ensucrat resultant s'administrava al xiquet malalt a cullerades.

Canya verda tallada per a la tos ferina. Un rebrotí de canya, dels que ixen després de segar un canyar. Es talla la canya en el canyar a poqueta nit i el canut s'ompli de sucre; l'endemà s'arplega en un gotet i es pren o es porta a casa per a que se'l prenga el xiquet malalt (Alcoleja).

**Cistus albidus** L. (Cistàcies): Estepa o estepera blanca; estepera, estepa, estepa o estepera vera.

Per als constipats i les gripes. Es bullen unes rametes amb dues figures seques i dues fulles d'eucaliptus, s'hi afeg mel i es pren ben calentet (Ebo).

Fulles d'estepa amb espigó de dacsà trossejat per al constipat (Benissili).

Bullir ullets d'estepa, trossets d'espigó de dacsà, figures seques, trossets de llima i afegir mel per als constipats (Beniaia).

**Ceratonía siliqua** L. (Lleguminoses o fabàcies): Garrofer, garrofera.

Xarop de garrofes per a la tos (Gandia):

Garrofa picà, suc de llima, sucre o mel.

## 3. Patologia cardiovascular

Tònics cardíacs i circulatoris

**Rosmarinus officinalis** L. (Labiades o lamiàcies): Romer.

Per al cor (Benissili). Molt bo per al cor i moltes coses més. Bullir un o dos minuts fins que prenga color. Es pot afegir a voltes rabet de gat, camamilla i timonet (Tàrbena).

Per a la circulació, una o dues tassetes per dia (Cocentaina).

Tassetes de romer, dos o tres per dia, per a la circulació (embòlies); per a enfortir les cames i llevar el dolor del reuma (Margarida).

Hipotensors i depuratiu de la sang

**Rhamnus alaternus** L. (Ramnàcies): Mesto, nesto, nyesto, niesto, nyéstol, nyestolera, nyestro, nestro, nyisto, nyistro, soflaina, mampúdol, mompúdol, mombrú, dineret, punxeta.

Una tassetta en dejú per setmana per al colesterol. Infusió. O bullir dos o tres bastonets durant cinc o deu minuts o més si és menester (Beniarrés).

Bullit per a minvar la sang (Beniaia). Minva la sang (Parcent). Per a rebaixar la sang (Barx, Ibi). El nyistro per a baixar la sang (l'Orxa). El mombrú per a la tensió (l'Atzúvia).

Igual que les fulles de l'olivera, per a la pujada de la sang i per a la sang grossa. "Ma mare es prenia tasses de nyesto quan es trobava marejada" (Catamarruc).

Mampúdol mesclat amb fulles d'olivera per a minvar o rebaixar la sang: dos rametes de mampúdol i dos d'olivera (Benirrama).

El meu sogre ho gastava per a minvar la sang i per al colesterol. Quan es notava el cap pesat o que es marejava, bullia punxeta, tallada ben talladeta, en bullia un bon perol i se'n prenia un tassó al matí durant dos o tres dies o nou (Forna).

El nyestro per a la pujada de tensió: a trossets, a trossets, i ho bull. Si se'n pren molt, afluixa. Bullir una estoneta, cinc o set minuts. Un casset ple d'aigua, que va minvant, i va quedant la "grassa" d'allò que porta allí dins (Alcalà de la Jovada).

Per a minvar la sang (Forna, Benimeli). Per a baixar la sang (Tibi, Pedreguer).

Per a rebaixar la sang en les "pujades" que porten "constipats". Amb una tassa, fora, i si cal una o dos més, que quasi mai fan falta (la Torre de les Maçanes).

Tasses per al constipat, la tossera (la Torre de les Maçanes).

Per als constipats i les pujades de sang (Benialfaquí).

El nyestro per a fer tasses per a minvar la sang, els constipats de sang (Alcalà de la Jovada).

Per a rebaixar la sang i per al colesterol (Biar).

Molt bo per a la tensió; tassetes bullides (Castalla).

Dos o tres tasses de nyestolera per al constipat i baixar la sang (Margarida).

Niesto per a rebaixar la sang; però has d'anar alerta (Benidoleig).

La soflaina per als grans, neteja i fa més fina la sang. Prendre-la tres matins en dejú (Pedreguer).

És el remei més ràpid per a rebaixar la sang (Castelló de Rugat).

**Ceterach officinarum** Willd. (Polipodiàcies): Herbeta doraeta, herba o herbeta dorà; dorà, doraeta; sardineta; corbelleta; herba o herbeta de la sang; minva-sang

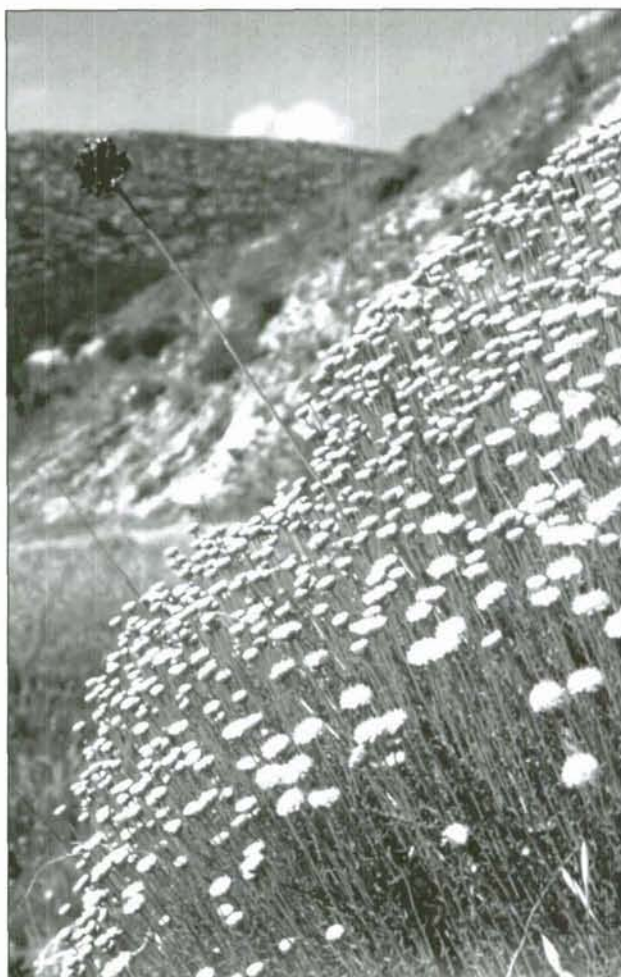
Depura la sang i baixa la tensió (Banyeres).

Bullida per a rebaixar la sang (Castells de la Serrella).

En tisana per a netejar la sang (Benirrama, Beniaia).

Per a la sang (Forna).

Herbeta dorà per a minvar la sang (Alcalà de la Jovada).



Làmina 1. Camamirla (*Santolina chamaecyparissus* L. subsp. *squarrosa* (DC.) Nyman) i all de muntanya del barranc de Malafí de Fageca.

#### 4. Patologia oftàlmica

**Salvia verbenaca** L. [= *S. clandestina* L.]. (*Labiatae* vel *lamiaceae*): Tàrec, tèrec, tèrric, terri.

Les llavors, dos o tres, per a traure una busqueta de l'ull (Beniaia).

Posar cinc o sis llavorettes als ulls abans de dormir per a netejar-los (l'Orxa).

Llavorettes per a netejar els ulls (Castells de la Serrella).

La llavoreta del tàrec, si t'encegues l'ull, t'arplega tota la brutícia i la trau; la llavoreta quan ja està formada encara que estiga blanca (Castelló de Rugat).

**Santolina chamaecyparissus** L. subsp. **squarrosa** (DC.) Nyman (*Compositae* vel *asteraceae*): Camamirla, camamirla amarga.

Per a desinfectar. Per a netejar els ulls. Per a beure-la de matí per a rebaixar la sang; i quan vols (Pego).

Set o vuit cabotetes de camamirla per a llavar els ulls amb una gaseta o drapet net (Vilallonga de la Safor).

Per a la inflamació dels ulls mesclada a parts iguals amb el rabet de gat i els pètals de rosa. Tot bullit. Unes quantes llavades dos o tres voltes al dia. Aquesta mescla també és bona per als "mals" inflamats (Almiserà).

#### 5. Dermatològiques

**Asphodelus ramosus** L. [= *A. ceraciferus* Gay] (Liliàcies): Gamó, gamonera; porrassa.

Suc dels moniatets per a refregar damunt dels bèrbols o pelats de les cabres; tots els dies (l'Atzúvia).

Els moniatets per als bèrbols –redolí en la cara com si fóra una escata. Es talla el moniatet a trossets i es refrega el bèrbol; quan s'asseque, una altra volta (Ibi).

Arrel de gamó per a llevar els bèrbols, arrel trencada o tallada i untar amb el suquet els bèrbols (Alcoleja).

Suc de l'arrel de la gamonera per a untar els èczemes, com el de la garrofa verda (Benimaurell).

El moniatet de la gamonera lleva els herpes que piquen, el bèrbols, com les garrofes tendres (Cocentaina).

Aigua d'arrel de gamonera per a netejar el braguer de les cabres en la "represa" de la llet, quan no ix i s'estanca (Benimaurell).

**Ceratonía siliqua** L. (Lleguminoses o fabàcies): Garrofer, garrofera; garrofa.

Suc de garrofa verda partida per a untar i refregar els bèr-

bols (Benissivà, Benissili, Gandia, Cocentaina, Benimaurell). O fregar-los amb fulles verdes de garrofera (Gandia).

Emol·lients

**Allium cepa** L. (Liliàcies): Ceba.

Per a rebentar i netejar furóncols i grans; s'aplica la polpa calenta sobre la part afectada com un emplastre, que se subjecta amb una bena, després d'haver deixat que la ceba sencera es torri al caliu de la llar.

Per al dit "aüllat": una fulla de ceba calenta amb uns gotes d'oli d'oliva i es posa rodant el dit (Gandia) o fulla de ceba torrada amb oli d'oliva, arròs bullit amb safrà. Es volta el dit amb la fulla de ceba (Ador).

Ceba calenta per a rebentar els floroncos (Callosa d'En Sarrià).

Ceba fregida en oli, i encara molt calenta, es posa damunt de l'ull de poll i es tapa amb una bena.

Es torra una ceba al caliu i es posa sobre les bombolles, i desapareixeran. Dues voltes cada dia, al matí i a la nit (Oliva).

Vulneràries

**Ceterach officinarum** Willd. (Polipodiàcies)

Herbata doraeta, herba o herbata dorà; dorà, doraeta; sardinet; corbelleta; herba o herbata de la sang; minva-sang.

Polseta rogeta de les fulles per a estancar la sang dels talls i de les ferides. "Les asseca de seguida" (Castells de la Serrella, Benirrama, Ebo, Parcent, Beniaia, Forna).

Polseta per als colps, els talls i les ferides lleus i greus; es posa damunt i es tapa i es subjectant amb un drap net (Benimaurell).

Suc o herba picada per a tancar les ferides i els talls i tallar l'hemorràgia (Pego).

**Ajuga iva** (L.) Schreber (Labiades o lamiàcies): Sempre viva, sempre viva vera.

Cura "mals". La millor herba per a curar ferides, fresca o bullida, millor encara que l'olivarda. Em va curar un tall de dos dits de fondo (Benimaurell).

Manollet de sempre viva picat per a damunt dels "mals" (Benimaurell).

Antiberrugoses

**Retama sphaerocarpa** (L.) Boissier (*Leguminosae vel fabaceae*): ginestera, retama, retrama, fiquera, herba dels fics.

Per a llevar les berrugues. Es fa un nuc en cada ull per berruga. Cal nugar fort però evitant que es trenque, perquè si es trenca o es desfà, no va. Tampoc ha de saber l'amo de les berrugues on para la ginestera. Cal que el nombre de berrugues donat siga exacte, si s'enganya en una per dalt o per baix, tampoc va. "Mai m'ha fallat" ens diu Benjamí, el vell comunicant. "No sé quantes berrugues he tombat en esta vida, i remata la nora, "Inclús de València han vingut..." (Catamarruc).

Per a tombar les berrugues i fics es fa un nuc amb les puntes de les seues fines i flexibles rames (l'Orxa).

Si es fa un nuc en una de les seues rames amb la mà on han aparegut els fics, aquests desapareixen al cap d'uns dies (Quatretonda).

Amb el mateix ús i tècnica (tants nucs com berrugues), o colgant davall terra dues fulles d'olivarda en forma de creu per berruga (Benirrams).

**Inula viscosa** (L.) Aiton [=Dittrichia viscosa (L.) W. Greuter] (*Compositae vel asteraceae*): Olivarda, jolivarda, joliverda, julivarda.

És tracta d'una herba molt coneguda a tot el territori i molt apreciada com a vulnerària:

Herba picada i posada en pegat amb un poc de vinagre sobre colps i blaüres, mai en ferides o colps amb sang. Fa córrer la sang i desinflama (Benialí, Benissivà). Acció eficaç i ràpida, capaç d'absorbir en un sol dia una blaüra gran (Benirrama).

Per als talls perquè no xorre la sang (Benirrama).

"Pegat de fulles picades, encara que siga entre dos pedres, per a les ferides recents. Estanca la sang de seguida" (Catamarruc).

Picadet per a les ferides (Ràfol d'Almúnia).

La picaven per a posar-la damunt dels talls i dels "mals" (Almiserà).

Quan està tendra la destrosses un poquet, ho *apretes* i cura els talls i les ferides (Llutxent).

Olivarda per als "mals endenyats" (Pedreguer).

Ben bo per a quan tens un "mal". Ho xafes ben xafat i el suc verd que trau ho cura (Oliva).

L'olivarda per a rebentar furóncols. Piques l'herba i li deixes caure una miqueta de llet; es posa damunt dels furóncols i de seguida rebenta (Forna).

Picat de fulles, sagí o cansalada rànica, vinagre i farina de civada per a pastar-ho tot i fer un emplastre per a posar-lo, amb una gaseta damunt, sobre colps sense ferida, bacs amb bony gros i negre i blaüres. Xupla la sang, primer es fa grogós i després desapareix (Agres).

Micapans per a colps, bacs; xupla la sang negra (Beniaia).

Picada i posada damunt la ferida la fa "blanca i neta" (Benirrama).

Bany per a ferides lletges: bullit de jolivarda, xipell i romer (Benirrama).

El millor per a curar ferides, fins i tot ferides de ferro rovellat. Herba picada i esguitat de vinagre, i posar-ho sobre la ferida. També s'aplica sobre les fractures dels animals, cabres i ovelles, normalment per haver posat la peüngla dins d'un carcall de penya: primer es posa el pegat de jolivarda, al damunt un drap, damunt d'aquest una canya partida, i finalment per a subjectar-ho tot, un drap enrotllat com una bena. En 8 o 15 dies, la cabra, bona (Benirrama).

La jolivarda picada és bona per als "mals" (Benirrama).

Olivarda. Xacada, es fa un emplastre amb llet per als "mals" (Forna).

En pegats per a les ferides com es fa amb la verbena (Benissili).

Picada en ferides (Parcent).

Si es fa un tall o un pelat, es pica la joliverda i es posa damunt i s'embenca; i no n'hi ha cas (Quatretondeta).

Emplastre de joliverda i arròs bullit per als bacs i les ferides (Cocentaina).

Pegats de joliverda i segó de blat, oli i vinagre, és bo per als animals de faena quan coixegen per un colp o una punxada (Alcalà de la Jovada).

Quan estàvem segant blat i et feies un tall, agarraves joliverda (Planes).

Per als talls i els "malets" que no curen. Es posa damunt un pegat de fulletes picades amb una pedra (Planes).

Micapà de joliverda picada, mesclada amb cansalada rànica per a un desbaratat –colp, contusió, fractura– (Benialfà).

Es piquen quatre ulls amb romer per a estancar la sang de les ferides (Alcalà de la Jovada).

Per a fer banys de peus i per a les ferides (Castelló de les Gerres).

Banys de fulles d'olivarda, ulls de pi i de romer, tot bullit, per a les mans ferides, tallades, i per a endurir les mans (Xeraco).

Quan et feies un tall o et pegaves un colp, ho picàvem i ho posàvem damunt del mal (Benialfà).

Això es fa a puntellons, a garberes, per on vulgues, a roll (en abundància). Una "meravella" per a les ferides de sang, com una mà o un dit rebenat per una solida o fent un marge. Fulla picada i posada damunt la ferida i amb una veta s'entrotlla (Castello de Rugat).

Bullir l'olivarda per a netejar ferides i tocats de cavalleries; desinflama i desinfecta (Aïn).

"Ella va ser una gran i escaient ajuda un jorn que el meu pare, sol a la muntanya, es va fer un tall a la cama prou greu i fondo", ens diu Josep Mascarell i Gosp de l'olivarda en el seu inoblidable *Amics de Muntanya*. Confirma així les excel·lents virtuts vulneràries d'aquesta planta: "Es trobava aclarint un garrofer i en pegar massa fort es va ferir la cama. Va caure a terra, precisament sobre un gran matoll d'olivarda. Va picar les fulles sobre una pedra llisa amb la mateixa destrat que l'havia ferit. Després es féu una cataplasma i s'ho *apretà* ben fort. Gràcies a això –digué el metge– no s'ha des-sagnat vosté i no s'ha empostemat la ferida. També cal dir que el meu pare no pogué vindre a la vila fins tres dies després."

Joliverda picada per a les ferides (Agres).

Fulla de joliverda posada damunt de la picada de l'alacrà (Castelló de Rugat).

Pegat d'herba tendra (o d'herba alfals) sobre la inflor que eixia als matxos entre les dos potes per portar l'albarda massa *apretada* (Ebo).

Es fregava amb joliverda la "pell roja" dels animals per a llevar-la (Setla).

Bullida per a curar els pegats dels animals (Penàguila).

La joliverda la gastaven per als animals quan es feien tocats. La bullien i els llavaven el mal (Agres).

Si li pica un mosquit, es frega amb una mata de joliverda i li passa (Alcalà de la Jovada).

La joliverda perquè no s'acosten els tavans (Agres).

Callicides

**Clematis flammula** L. (Ranunculàcies): Vidriella.

Per als ulls de poll. Picadeta i que només toque l'ull de poll (Benissili); un pegadet, sense que se n'isca, sinó trau bambolla (Planes)

## 6. Metabolisme

Hipoglucemiants

**Centaurea aspera** L. subsp. **stenophylla** (Compostes o asteràcies)

Bracera; clavellets; enganyaladre.

Per al sucre. Prendre en dejú (Gandía, Oliva, Beniarrés, Tormos, Castells de la Serrella). Un gotet de vi (un gotet menut). I no cal pastilles (Tormos).

Ma mare en prenia per al sucre (Pedreguer).

Mixtura per al sucre (Cocentaina; RFC):

Bracera (*C. aspera* i *c. mariolensis*). Santaula. Fulles d'eucaliptus de finals de primavera que acaben de soltar la flor. Fulles de nouer. Fulla de penquera. Cor de roca.

Quatre-sis pessics/l litre d'aigua per dia.

## 7. Renyó i vies urinàries

Diürètics

**Asperula aristata** L. fil. subsp. **scabra** (J. & K. Presl) Nyman [ = *A. cynanchica* L. subsp. *aristata* (L. f.) Béguinot in *Fiori et Paol.* (Rubiàcies): Herba prima, canyeta d'or, canya o canyita de oro, vara o vareta de oro.

Per a fer orinar (Gandia).

L'herba més potent per a fer funcionar el renyó; s'ha d'utilitzar amb precaució (Benimaurell).

Per a mesclar-la amb l'orella de llebra (*Phlomis lichnitis*), brinets d'açò i d'allò, per al renyó (Pedreguer).

Per al renyó i les arenes, com la clavellinera (*Phlomis lichnitis*) i la santangrano (*Paronychia argentea*) (Pedreguer).

En dejú per a curar l'aliacrà (Castells de la Serrella).

És el millor remei per a la inflamació de l'orina i del renyó. Dificultats de micció, fins i tot, anúries. Se'ns conta el cas d'una malalta amb una anúria de nou dies que bevent aigua de "varita de oro" als dos dies va començar a orinar i es va guarir de seguida. Bullir en sis litres d'aigua un manollot d'herba (Alcoleja).

Boníssima, l'herba prima, per a la inflamació d'orina (Ares del Bosc).

## 8. Antimicrobianes

**Plantago major** L. (Plantaginàcies): Plantatge.

*Xarop depuratiu*

Cinc fulles de plantatge, cinc ulls d'esbarzer, cinc fulles de malvera, cinc cabotetes de camamilla.

Bullir en mig litre de vinagre, en una cassola de test que no estiga estrenada, fins a rebaixar a la meitat, a foc lent, i després s'han d'afegir quatre cullerades soperes o un quart de quilo de sucre. D'aigua no se n'ha de posar gens, només

vinagre, sucre i les herbes. Després colar-ho tot. Se n'han de prendre dues cullerades per dia, al matí i a la nit. Desinfecta tota la persona. Té un gust molt bo (Remei transmés fa 50 anys per la tia Mariana d'Oliva a la tia Duviçquis de Pego, herbolària).

## 9. Patologia ginecològica

Emmenagogues

**Adiantum capillus-veneris** L. (Polipodiàcies): Falzia de pou, falzia, franzilla, frenzilla, frengilla, trenzilla; herba de pou; herba tremolosa; buscallibres.

Per a la regla (Benissili). Per a ajudar a parir els animals (Benissili).

Per a fer parir les ovelles (Callosa d'En Sarrià).

Per a netejar les cabres després de traure el xotet, o un pessiguet de safrà (Alcoleja).

Abans quan una xica deia "sí o no?", "estic o no prenyada?", prenien dues o tres tasses d'això (Benimassot).

Molt bo per a les ovelles quan tenen el part malament; i antigament també per a les dones. Tasses. N'hi ha prou amb dues fulles. Bullir fins que comence a fer-se l'aigua verda, durant prou més de dos minuts (Benilloba).

Quan les ovelles o cabres s'afollaven i no feien el llit, bulliem la frengilla o la ruda i li li la donàvem a la cabra en una botella (Penàguila).

Bulliem herba de pou per a traure el llit de les cabres, com l'esparreguera (Benimeli).

Quan es quedava "la mare" dins de la burra (o de la vaca, l'ovella o la cabra) després de parir i no la podia traure, li donaven herba tremolosa bullida en una botella (Sagra).

**Salvia blancoana** Webb & Heldr. *subsp. mariolensis* Figuerola (*Labiatae* vel *lamiaceae*): Sàlvia.

Per a quan les dones tenen la regla (la Torre de les Maçanes).

Per a les acalorades de la menopausa (Gandia).

**Saxifraga longifolia** Lapeyr. *var. aitanica* (Saxifragàcies): Corona de rei, corona de reina.

Per a regular i fer baixar la regla (Bolulla).

Per a fer avortar les dones (Castells de la Serrella).

Per a avortar (Alcoleja).

Per a fer que isca el llit de les cabres i ovelles quan parixen (Castells de la Serrella).

"Més de cent sacs dec haver fet jo d'eixa herba que pareix una carxofa esclafada". Això era pels anys quaranta i cinquanta per a portar-la a Alacant a un particular per a avortar. Anàvem una volta a l'any a Aitana i omplíem els sacs (Benifallim).

## 10. Patologia andrològica

**Cistus albidus** L. (Cistàcies): Estepa o estepera blanca; estepera, estepa, estepa o estepera vera. Gra d'estepa, les llavorettes.

Per a la inflamació dels testicles o orquitis (Biar).

## 11. Antinervioses

**Centranthus ruber** (L.) D.C. [= *Valeriana rubra* L.] (Valerianàcia): Favar bord, favera borda, fava borda, favera; herba de bou; valeriana.

De les millors que hi ha per a les persones nervioses. Una cullerada sopra de fulles i flors per got d'aigua, s'ha de bullir minut i mig, com totes les tisanes, deixar reposar i beure (l'Orxa).

## 12. Plantes màgiques

**Adiantum capillus-veneris** L. (Polipodiàcies): Falzia de pou, falzia, franzilla, frenzilla, frengilla, trenzilla; herba de pou; herba tremolosa; busca-llibres.

Abans, quan alguna xica perdia el "nóvio", se li aconsellava que portara fulles de falzia dins les esparnyes per a llevar-se la tristor (Benialí, Benissivà).

**Aesculus hippocastanum** L. (Hipocastanàcies): Castanyer bord; castanya borda.

Com l'arrel del panical i les carxotetes de sant Joan, les castanyes bordes es fan servir a tall d'amulet màgic, portant-ne una o tres o qualsevol nombre imparell dins de la butxaca o en una bosseta de tela penjada del coll, o simplement tenint-les a prop sobre la tauleta de nit per a casos d'hemorroides, migranyes i reumatismes.

"Ma mare quan era xiquet posava castanyes bordes en un tabaquet dins la còmoda per a les hemorroides i, també, unes pinyetes (*Leuzea conifera*) en una bosseta." (Beneixama)

**Agave americana** L. (Agavàcies): Pitera; fil-i-agulla; atzavara.

Remei màgic contra la gelosia, per a llevar els "zels" dels xiquets, com també es fa amb la palera. Es penjava una pitera del sostre de casa o, si més no, s'amenaçava el xiquet amb la vergonya de declarar públicament la seua feblesa.

**Ajuga iva** (L.) Schreber (Labiades o lamiàcies): Sempre viva, sempre viva vera.

Per a les hemorroides: es cullen nou ullets i es posen dins una bosseta o gaseta, i es penja del coll tocant la pell (Beniarrés).

**Allium cepa** L. (Liliàcies): Ceba.

Una ceba crua partida en quatre trossos i posada damunt la tauleta de nit per a llevar la tos dels xiquets. També hi ha qui posa la ceba tallada a rodanxes en aigua (Pedreguer).

**Aristolochia paucinervis** Pomel (Aristolochiàcies)

Carabasseta de pobre (Alcalà de la Jovada, Beniaia, Catamarruc, Benissili, la Font d'En Carròs), herba pudenta, corretjola borda, brossa de sapo.

La soqueta. Se li passa un fil i es penja del coll per a fer passar el mal de queixal (Beniaia).

**Arundo donax** L. *subsp. donax*. (Gramínies o poàcies): Canya.

*El ritual de "Passar les canyes"*:

Per a curar o adobar el "cluixit", cruixit, vencillada, estiró o esllomadura a causa d'una mala posició o d'una forçada desmesurada de la columna vertebral.

La canya o les canyes es tallen, d'una llargària concreta i

secreta, el Dijous Sant o el Divendres Sant –els únics dies en què es pot revelar el prec secret que acompanya el ritu i la llargada de la canya. La canya és millor que estiga feta, “grogueta”, perquè dura més. Si és grossa es parteix longitudinalment en quatre trossos o en creu. Si és primeta pel mig, en dos. S'utilitzaran dos tires de canya en el ritu curatiu. El pacient i una altra persona, l'acompanyant o qui vulga, l'un de cara a l'altre, se separen i subjecten els extrems de les canyes amb les mans, sobre la cintura, de manera que aquestes queden en alt i paral·leles. Si alguna de les persones porta corretja cal que se la lleve perquè bloqueja les canyes. La roba, encara que siga molt gruixuda, no li fa res.

La persona que oficia el ritu passa tres voltes per davall de les canyes després de signar-se pronunciant el prec secret. Primer per un costat, no importa quin, i després pel contrari. Si les canyes es queden quietes, és perquè no es tracta de cruixit, sinó d'una altra patologia com l'hèrnia discal. Si les canyes vibren, s'acosten i es corben fins a tocar-se i encreuar-se, açò assenyala el cruixit. Com més mal hi ha, més vibren les canyes. Es pot donar el cas, no freqüent, que les canyes es corben cap a fora, que s'òbriguin. L'oficiant consultada ens diu que això li ha passat en cinc o sis ocasions i que es tractava d'embarassades, encara abans de saber-ho ella. Si és psicossomàtic el dolor passa de seguida. Si és una simulació les canyes no es mouen. Les canyes es passen tres dies seguits. Hi ha qui millora el primer dia i hi ha qui el segon o el tercer. “Desapareix sempre, cert”. “En 45 anys que fa, han passat moltíssimes persones, d'ací, de fora i de molts llocs. Mai he cobrat res a ningú. Els diners són per a mi una ofensa. M'agrada ajudar. Ho faig perquè sóc aixina” (Beniarjó).

**Circium arvense** (L.) Scop. (Compostes o asteràcies): Calciga; calcida.

Per a les hemorroides, s'han de portar seguit damunt, en una bosseta o en una cartereta, nou cabotetes de calcida (carxofetes), fins i tot dormint (Benimaurell).

**Cistus albidus** L. (Cistàcies): Estepa o estepera blanca; estepera, estepa, estepa o estepera vera. Gra d'estepa, les llavorettes.

Posada davall del matalàs per a les hemorroides, com l'herba blanca o femetera (Beniarrés).

**Cuscuta epithimum** L. (Convolvulàcies): Cabell de la Mare de Déu, cabelllets del Nostre Senyor, cabelllets; confitets.

Per a llevar les hemorroides, passar-li la mà per damunt de bon matí i dir-li bon dia (Alcoleja).

**Ficus carica** L. (Moràcies): Figuera, l'arbre; figa, el fruit.

La nit de Sant Joan als xiquets trencats o herniats els passaven per una branca de figuera partida en dos.

Figuera borda per als “trencats”. La rama ha d'estar trencada però no del tot i s'ha de rodar amb la bena que portava el xiquet “trencat” o herniat per a després passar-lo per damunt tres voltes. A un dels hòmens li han de dir Joan i a l'altre Pere.

O com portar un manollet de ruda damunt, a la butxaca, per als bèrbols.

**Eryngium campestre** L. (*Umbelliferae vel apiaceae*)

Card panical, panical, card aspanical, espanical o aspani-

cal, panical blanc, card panical, card pernical, card perical, cardo perical, perical, panicard, card quirical, card, cardo burriquero.

Per a evitar, prevenir o tractar les irritacions o cremors cutànies produïdes per la suor o l'escaldat de les aixelles, l'engonal o dels peus, que apareixen normalment durant les faenes dures del camp o les llargues caminades.

Aquest ús es pot qualificar de màgic, a manera d'amulet preventiu, però potser el panical exhala alguna essència que dissipa o anul·la els components de la suor que irriten o inflamen la pell.

Mon pare se'l posava en la corretja quan anava a llaurar (Beneixama).

Portar un trosset d'arrel, un tronxet, dins la butxaca o damunt contra l'escaldat (Ebo). Tronxet d'arrel de card pernical per a l'escaldat; s'ha de canviar cada any (Parcent).

Tronxet de card perical per a l'escaldat (Ràfol d'Almúnia, Benimeli, Fleix, Benimaurell).

Collar de tronxo o canut de pernical per a l'escaldat. Han de ser imparells (Gorga).

Tronxo sec de card perical, que toque la carn, i no t'escalades (Forna).

Contra l'escaldat de la pell de gent suadora, s'ha de portar un canutet d'arrel penjat al coll com un collar (Benialf).

Es posa en el coll un canutet de card panical per a l'escaldat (Almudaina).

Per a l'escaldat de la suor, s'han de penjar del coll amb un fil un o dos canutets del tronxo. S'han de canviar cada any (Beniarrés).

Collaret de tronquet de panical per a l'escaldat (Alcoi, Benimarfull).

Panical per a si s'escaldaven. Es posaven un tros dins de la butxaca, una polsereta o un collar quan anaven a segar per a no escaldar-se. Ma mare sempre en portava tres trossets (Agres).

Canut de tronxo de panical per a l'escaldat. S'ha de tallar quan encara està verd i s'ha d'assecar dins de la persona (Albaida).

Per a l'escaldat, s'ha de fer un nugueta a la panxa, davall la faixa o la corretja (Forna).

Per a l'escaldat, et penges una soqueta al coll (Castells de la Serrella).

El canudet del card perical per a les persones que s'escalden, s'ha de portar damunt i que toque la persona (Tormos).

S'ha de portar en la butxaca un tros d'arrel per als escaldats (Biar).

Si estàs escaldat piques el card pernical o el poses un peçó de fulla en la boca (Tàrbena).

Collaret de trossets de canyeta o canutets de panical, en un nombre imparell (3,5,7...), per a no escaldar-se (Castelló de les Gerres).

Per a no escaldar-se. Es talla a trossets el canutet que fa la flor quan la planta està seca. Es passa un fil o cordonet per dins del canut i es penja al coll. “No et preocupes que no t'escaldaràs mai”. Hi ha qui es col·loca el canutet en el peu (Catamarruc).

Per a no escaldar-se. Arranques la fulla com una penca,



lleves tot allò que punxa i ho portes damunt cru. Hi ha qui porta l'arrel (Cocentaina).

Si es porta a les butxaques evita escaldar-se (Quatretonda).

Per a l'escaldat. Val tota la canya, tronc o esperó, encara que són millors els nucs de baix. Es talla a trossets. Amb un nuc n'hi ha prou. Jo li faig un foradet amb un fil d'aram i després li pose la cadeneta (Pego).

Canutet del tronxo pa l'escaldat (Benialfaquí).

Collaret de panical per a no escaldar-se les engonals. Collaret de set trossets i set nuguets (Alcoleja).

Collar de tronxo o canut de panical per a evitar l'escaldat quan estàvem segant blat. Agarràvem un fil de cotó gros i enfilàvem el canut per dins entre nuc i nuc (Penàguila).

Per a la suor s'enganxa un trosset de canutet de panical, del tronxo o de qualsevol part, que toque la carn (Penàguila).

Canut d'arrel de panical per a l'escaldat, per a fer-se un collaret o enganxat a la cadeneta, que toque la carn (Benifallim).

Per a l'escaldat. S'agarrà un tronxo o soqueta i es posa a l'orella, que toque la pell (Benidoleig).

Bastó de card perical (no ha de ser de la soqueta ni peçó ni arrel) que te'l poses a la butxaca i no t'escaldaràs mai (Benimaurell).

Això es bo quan u està escaldat. Un tros de tronxo o peçó de fulla que toque la carn (Alcalà de la Jovada).

La fulleta del card perical enrotlladeta dins de la butxaca i alleuja l'escaldat (Pedreguer).

### 13. Plantes Festives

**Myrtus communis** L. (Mirtàcies)

Murta, murtera, murtolera, l'arbre. Murtó, múrtol, el fruit.

La murta per a adornar una boda o processons. Per a festes t'encarregaven una càrrega de murta, era un luxe, i la pagaven bé. Mon pare i jo anàvem a fer-la a la muntanya de la font de l'Om i sobretot als barrancs de Benicolet (Oliva).

Escampada de fulles de murta davant la casa on vivia un majoral la vespra de la festa (La Font d'En Carròs).

Per als carrers durant les festes, quan feien una processó, en una comunió o pel Corpus (Almiserà).

Quan venien festes tiraven una escampada de murta per tots els carrers i davant de la casa dels festers (Castellonet de la Conquesta).

La murta s'ha gastat sempre per a enflocar els carrers i les portes de les festes. Però hui enramen la mata (Llutxent).

Abans fèiem l'enramada de Corpus de murta, ara de mata (Beniopa).

**Ruscus aculeatus** L. (Liliàcies)

Rusc; gasserà, gassarà; cuetes de tro; gamó tronaor, gamonera, gamó.

Abans es feia un dia de festa a l'any, durant la qual després de calfar al caliu l'arrel blanca de la cueta, es colpejava fort la rama sobre terra i feia un gran tro (Castells de la Serrella).

Per festes pegàvem contra les parets i feia un tro com si

fora un petard. Primer es calfaven els tronquets, per a la qual cosa es clavaven un pam o pam i mig en les fogasses però sense que es cremaren, fins que començaven a traure pelletes, i amb un minut n'hi havia prou. Si es gelaven ja no tronaven, per això amb ells pegàvem al cantó de la paret i tronaven. Quan era menut mon pare i jo anàvem als cingles de Terrateig amb el burro a fer-ne una càrrega per a les festes i ho veníem a dotzenes. Estiraves el tronquet i eixia amb la part blanca. Com més llargs, millor (Llutxent).

**Taxus baccata** L. (Taxàcies)

Teix, teixera; "varita de oro".

Les teixeres per a adornament en una festa molt gran, en les romeries i coses molt especials. Arcades de teixera a l'entrada del poble i a cada tros de carrer, tot el poble adornat amb arcades (Agres).

Les teixeres per a adornament. Fèiem càrregues per a fer arcs i enramar els carrers en les festes de setembre (Agres).

**Ulmus minor** Miller [= *U. campestris* auct.] (Ulmàcies)

Om, orm, olm, orm negre per a diferenciar-lo de l'àlber, anomenat om blanc; mosquiter, perquè fa unes boles plenes de mosquits.

Les enramades de fulles d'orm i hedrera i cabotetes de camamirla del Corpus de la vila de Penàguila.

Les enramades de fulles i arcs de branques d'orm del Corpus de Benifallim.

Les enramades de rames i branques d'orm per a ornar les cases i carrers el dia de Corpus a Almudaina.

Les enramades d'orm i camamirla del Corpus d'Albaida.

L'orm per al Corpus, amb rames plantades per les parets de les cases (Agres).

### II. PLANTES CULINÀRIES SILVESTRES

Entenem que són les herbes o arbres silvestres de les nostres valls i muntanyes que, en la seua totalitat o en alguna de les seues parts, s'han fet servir en la cuina tradicional dels seus pobles, bé com a nodriment preferent o matèria primera alimentària principal, o bé com a additament o complement o com a ocasional llaminadura.

#### Plantes mengívols o comestibles

Òrgans vegetals utilitzats

##### a) PARTS AÈRIES

1. Fulles o verdura. 2. Fruits i llavors o grans. 3. Flors. 4. Espàrrecs i brots tendres.

##### b) PARTS SUBTERRÀNIES

1. Arrels. 2. Tubercles. 3. Bulbs. 4. Rabasses o rizomes.

##### a.1. Fulles o verdura silvestre

Són les plantes que els hòmens i dones collien per a la cuina de casa quan deien que se n'anaven a fer herbes o verdura o simplement fer cama-roges. Açò s'ha fet des de sempre en la nostra clara i aspra ruralia, pels bancals de l'horta i

del secà, els vells màrgens i les vores dels camins o en els pratells i pasturatges dels barranc i de les fonts, al llarg de tot l'any, però preferentment des de les primeres pluges de la primavera d'hivern fins a les darreres cremors de la primavera d'estiu, escollint la planta o l'herba de fullatge més il·lustrós i tendre, que correspon, normalment, a la roseta naixent o basal, la qual s'arrancava, i, més sovint, es tallava, de socarel, d'un sol colp de ganivet, de corbella o de navalla, passant la punta de l'esmolada fulla, amb decisió i precisió, ran de terra.

Les fulles són, sens dubte, més encara que els fruits o les arrels, l'element vegetal que ha tingut una més àmplia acceptació i més variats usos en la cuina popular tradicional de les nostres terres, possiblement per la diversitat i l'abundància de plantes que en proporcionen i pel seu fàcil accés. En un recompte global s'observa que la majoria pertanyen a la prolífica família de les compostes, la més nombrosa del regne vegetal juntament amb la de les orquídiades, seguida de lluny per les crucíferes i algunes poques umbel·líferes, plantaginàcies, campanulàcies, cariofil·làcies, urticàcies, lleguminoses, poligonàcies o boraginàcies.

Les herbes més tendres i dolces amb un alt contingut d'aigua, per exemple els llicsons de perdiu o de paret, els creixens o les bresques conilleres, s'usen crues per a fer amanides o ensalades pel seu gust refrescant, sovint adobades amb oli, vinagre i sal; les més amargues, grosses o durenques, les cama-roges, rampanes o borratges, per a bullir-les o fregir-les com qualsevol verdura de l'horta i aparellar plats de verdura bullida adobada amb uns rajolins d'oli i de vinagre o uns esguits de llima; saborosos fregits d'herbes amb allets i bacallà; coquetes o pastissos d'herbes, minxos, sarandes o coquetes de dacs, guisats, potatges, arrossos, truites i un llarg i exquisit etcètera.

El plat d'herbes bullides, senzillíssim i saludable, complement de la dieta diària dels nostres avantpassats més recents durant els crus i freds mesos d'hivern, a voltes, podia ser d'una sola herba, si a mà ve, la cama-roja, el llicsó o la rosella, però molt sovint era una bella barreja de moltes i diferents herbes.

L'herba més estimada en tot el territori és, sens dubte, els conillets, seguida de la cama-roja, la rosella i els llicsons.

**Silene vulgaris** (Moench) Garcke [*Silene inflata* Sm.] (Cariofil·làcies): Conillets.

Brots i ulls basals tinguts per una de les millors verdures silvestres. Paella de conillets; arròs caldós amb conillets, fesols, penques i naps o amb unes favetes tendres amb les tavelletes i tot; conillets tendres per a l'ensalada o per a l'olla; els potatges de conillets de Quaresma; conillets fregits amb allets; les coquetes i pastissos de conillets...

*Potatge de conillets de Quaresma*

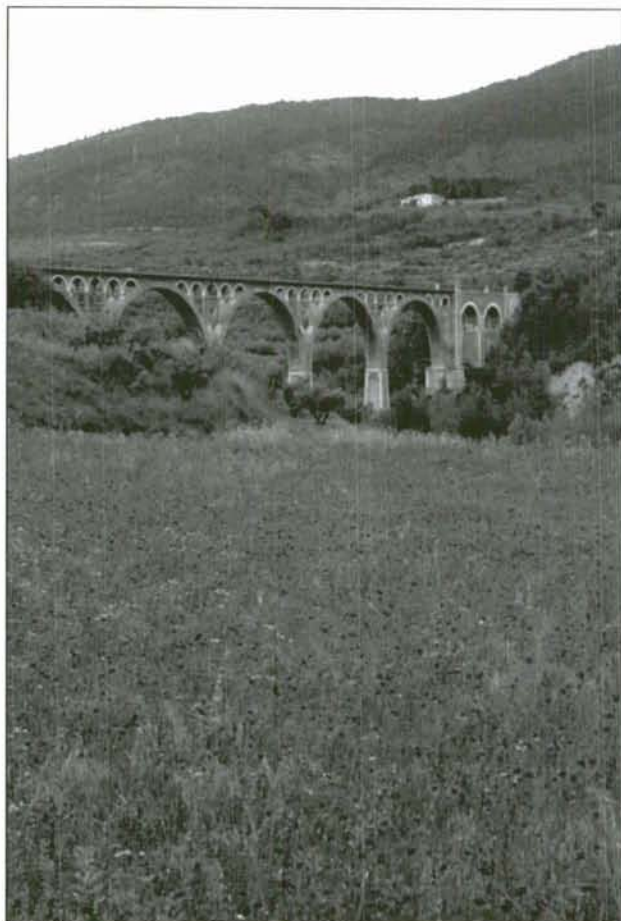
Posar el dia d'abans els cigrons a remulla.

Sofregir un poquet de bacallà i traure'l a banda.

Sofregir els conillets amb tomaqueta i una o dos fulles de bleada.

Posar a bullir els cigrons i els fesols i coure-ho tot junt.

Afegir pasta de pa sec ratllat amb ou, donant-li la forma



Làmina 2. Ubèrrim i acolorit camp de saboroses i sedants roselletes (*Papaver rhoeas* L.). El Salt, entre el pont de les Set Llunes i el racó de Sant Bonaventura, Alcoi.

d'un ou (Castelló de Rugat).

A Tibi es prepara una espècie d'olleta que anomenen *Llegum*, feta amb fesols, penques, nap, creïlla i conillets.

**Cichoryum intybus** L.: Cama-roja

Són les fulles més buscades com a sanes per a fer ensalades, per a bullir i fregir, i aparellar després tota mena de plats i menjars.

**Papaver rhoeas** L.: Rosella, rosella vera, roselleta.

**Papaver dubium** L.: Rosella, rosella borda.

**Sonchus asper** (L.) Hill.: Llicsó de card, llicsó punxonós

**Sonchus oleraceus** L.: Llicsó, llicsió, llicsó d'ase, llicsó de burro, serralla.

**Sonchus tenerrimus** L.: Llicsó de pardalet, llicsó de pic, llicsó de pic de pardalet, llicsó de perdiu o de perdiueta, llicsó de marge, llicsó de paret, llicsó rutlet.

Altres:

**Andryala integrifolia** L.: Herba blanca.

**Borago officinalis** L.: Borraja, borrajta, borraïna, pa-i-peixet.

**Campanula rapunculus** L.: Repunxons, mamelletes, sogres-i-nores

**Carlina gummifera** (L.) Less. [= *Atractylis gummifera*

L.]: Cardsant, cartosanto (Es fa servir el "tronxet", que és grosset i sucós, amb les fulliues primiceres, eliminant les fulles grans punxonoses.)

*Carthamus lanatus* L.: Cardet o cartet de Pinet; Card fuell, fuell; card negre; assotacrist; herba espitllera; calcida gran.

*Centaurea calcitrapa* L.: Obriülls, obreülls.

*Centaurea pullata* L.: Herba clavell; salpa de llop; brace-ra negra.

*Chondrilla juncea* L.: Morrets de bou, xicloines, llonge o llonja.

*Circium arvense* (L.) Scop.: Calcida, calciga.

*Crepis vesicaria* subsp. *haenseleri* (Boiss. Ex DC.) P. D. Sell [= *C. taraxacifolia* Thuill.]: Cap-roig, cama-rojot.

*Crithmum maritimum* L.: Fenoll marí.

*Diplotaxis erucoïdes* (L.) DC.: Ravanell, citró.

*Echium vulgare* L.: Bovina i herba bovina, sardineta, viborera.

*Eruca vesicaria* (L.) Cav. [= *Brassica vesicaria* L.]: Ruca, oruga vera.

*Foeniculum vulgare* Miller subsp. *piperitum* (Ucria) Coutinho: Fenoll, fenoller, fenollera.

*Hedypnois cretica* (L.) Dum.-Cours. [= *H. polimorpha* DC.]: Mamelletes de monja, herba plana, herba redona, herba blanca.

*Hypochoeris radicata* L.: Coleta, coleta fina.

*Lactuca serriola* L. [= *L. scariola* L.]: Lletuga borda, lletugueta, encisam bord, encisamet.

*Leontodon longirostris* Talavera [= *L. taraxacoïdes* subsp. *longirostris* Finch & P.D. Sell]: Corona de reina, herba redona, rampet, cama-roja dolça.

*Malva sylvestris* L.: Malvera, malva.

*Moricandia arvensis* (L.) DC.: Colitjo.

*Nasturtium officinale* R. Br.: Créixens.

*Picris echioides* L.: Llengua de bou, coleta punxonosa.

*Plantago coronopus* L.: Rampana, rampet, muixana, manetes, manetes del Senyor, pequets del Nostre Senyor, dragonets.

*Portulaca oleracea* L.: Verdolaga.

*Reichardia picroides* (L.) Roth / *Reichardia intermedia* (Schultz Bip.) Couthinho / *Reichardia tingitana* (L.) Roth: Mama-conilla, bresca-conilla, peixca-conillera, conillera, herba dolça, cosconella, casconella, cuscanella, llacsonia.

*Rumex crispus* L.: Paradella, paraella, panadella.

*Rumex palustris* Sm.

*Rumex pulcher* L. subsp. *woodsii* (De Not) Arcangeli

*Rumex intermedius* DC. in Lam. et DC.: Agret; Griella i riella; agret-i-dolcet; Salatet.

*Samolus valerandi* L.: Dolçeta

*Scandix pecten-veneris* L.: Agulletes, gulletes.

*Scolymus hispanicus* L.: Cardets, card de moro.

*Scorpiurus muricatus* subsp. *subvillosus* (L.) Thell.: Llengua d'ovella, orelloles.

*Silene alba* (Miller) Krause [= *S. latifolia* Poiret]: Xiulitera.

*Silene rubella* L. subsp. *segetalis* (Dufour) Nyman

Conillets de Rafelguaraf.

*Taraxacum officinale* Weber in Wiggers [= *Taraxacum dens-leonis* auct.; *T. vulgare* (Lam.) Schrank]: Dent de lleó.

*Trachelium caeruleum* L. [= *Campanula trachelium* L.]: Orogal, cireret.

*Urospermum picroides* (L.) Scop. ex F.W.Schmidt : Morro o morret de porc, coleta, col borda.

*Urtica urens* L.

*Urtica dioica* L.

*Urtica membranacea* Pourret.

*Urtica pilulifera* L. : Ortiga, ortiguera, pica-mato, maragato, guardians, serenator.

També s'han fet servir ocasionalment al nostre territori i en d'altres, fins i tot abundantment, els ulls, brots o fullam naixent de les espècies següents:

*Adiantum capillus-veneris* L.: Falzia de pou, herba de pou, capil-lera.

*Cakile maritima* Scop.: Rave de mar.

*Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus: Sarronets.

*Centranthus ruber* (L.) D.C.: Herba de bou, valeriana roja.

*Erodium cicutarium* (L.) L'Hérit.

*Erodium malacoïdes* (L.) L'Hérit.

*Hyoseris radiata* L.

*Lactuca tenerrima* (Pourret) Beauv.: Encisamet.

*Launaea fragilis* (Asso) Pau [= *L. residifolia* auct.]: Llicsó de mar.

*Lythrum salicaria* L.: Salicària, flor de braçal.

*Medicago sativa* L.: Herba alfals, alfals.

*Oxalis pes-caprae* L. [= *O. cernua* Thunb.]: Agret; magret; flor d'avellana.

*Plantago lagopus* L.

*Plantago lanceolata* L. Costelletes o herba de les cinc costelletes, herba de les cinc venes.

*Plantago maior* L.: Plantatge.

*Sanguisorba minor* Scop.: Pimpinela, peritinel-la, pepinella.

*Silybum marianum* (L.) Gaertner [= *Carduus marianum* L.]: Card marià.

*Sisymbrium erysimoides* Desf.: Raveníssia.

*Sisymbrium irio* L.: Matallums.

*Sisymbrium officinale* (L.) Scop.: Citró.

*Sisymbrium sophia* L.: Sofia.

*Veronica anagallis-aquatica* L.: Anagall d'aigua.

#### a.2. Fruits i llavors silvestres

*Arbutus unedo* L.: Arbocer, arborcer, alborcer, albocer, asborcer, auborcer, borser, bossar, l'arbre; arboç, alborç, borç, boç, el fruit.

*Celtis australis* L.: Llidoner, llidoner, llidroner, lledoner; llidó, lledó.

*Chamaerops humilis* L.: Palma margallonera, palma, palmera, margalló, palmissó, l'arbre; pa de rabosa, dàtils de rabosa, els fruits.

*Cistus albidus* L.: Estepa o estepa, estepa o estepa blanca.

Les llavorettes són comestibles i molt abel·lidores, com les pipes, que si les proves no pares.

*Crataegus monogyna* Jacq.: Espinal, cirerer de pastor, bolquerets, bolquerets del Nostre Senyor, bolquerets de la Mare de Déu, robeta, robeta de la Mare de Déu, garguller, cirereta de Laguar, tapaculs i cirereta de pastor.

*Cytinus hypocistis* (L.) L. subsp. *hypocistis* / *Cytinus hypocistis* subsp. *clussi* Nyman [= *Cytinus ruber* subsp. *kermesianus* (Guss) Wettst.]: Margalida d'estepa.

*Fragaria vesca* L.: Fraula silvestre.

*Myrtus communis* L.: Murta, murtera, murtolera, la mata; murtó, múrtol, el fruit.

*Nymphaea alba* L.: Carabassera de sèquia, la mata; lliri d'aigua, la flor; i carabasseta de sèquia, figa o bacora de vall, panet de sèquia, el fruit.

*Opuntia ficus-barbarica* A. Berger: Figuera de pala, palera; figa de pala.

*Pinus pinea* L.: Pi ver, pinyer o donzell; pinyó o pinyonet.

*Pinus pinaster* Aiton [= *Pinus maritima* auct.]: pi marítim, "rodeno" o ver; pinyonet.

*Prunus spinosa* L.: Aranyoner; aranyó.

*Quercus ilex* L. subsp. *rotundifolia* (Lam.) Schwartz ex T. Morais [= *Q. rotundifolia* Lam.; *Q. ilex* subsp. *ballota* (Desf.) Sampaio; *Q. ballota* Desf.]: Carrasca, carrasquera, carrascolla, bellotera; bellota, aglà.

*Rubus ulmifolius* Schott.: Esbarzer, asbarzer, albarzer, ambrazer, albardissa; móra d'esbarzer, móra.

*Sorbus domestica* L.: Servera; serves.

*Sorbus aria* (L.) Crantz: Moixera.

*Sorbus torminalis* (L.) Crantz: Moixera.

*Taxus baccata* L.: Teix, teixera, "varita de oro".

*Ulmus minor* Miller: Olm, orm, om.

Altres fruits silvestres aprofitables:

*Amelanchier ovalis* Medicus: Pomerla borda, pomerola, corner.

*Rosa canina* L.: Roser bord.

### a.3. Flors

Poden inserir-se en el conjunt de fulles i hortalisses d'una ensalada els pètals de les flors de les espècies següents:

*Borago officinalis* L.: Borraja, borrajeta, pa-i-peixet

*Calendula arvensis* L. / *Calendula officinalis* L.: Pet de flare.

*Cichoryum intybus* L.: Cama-roja.

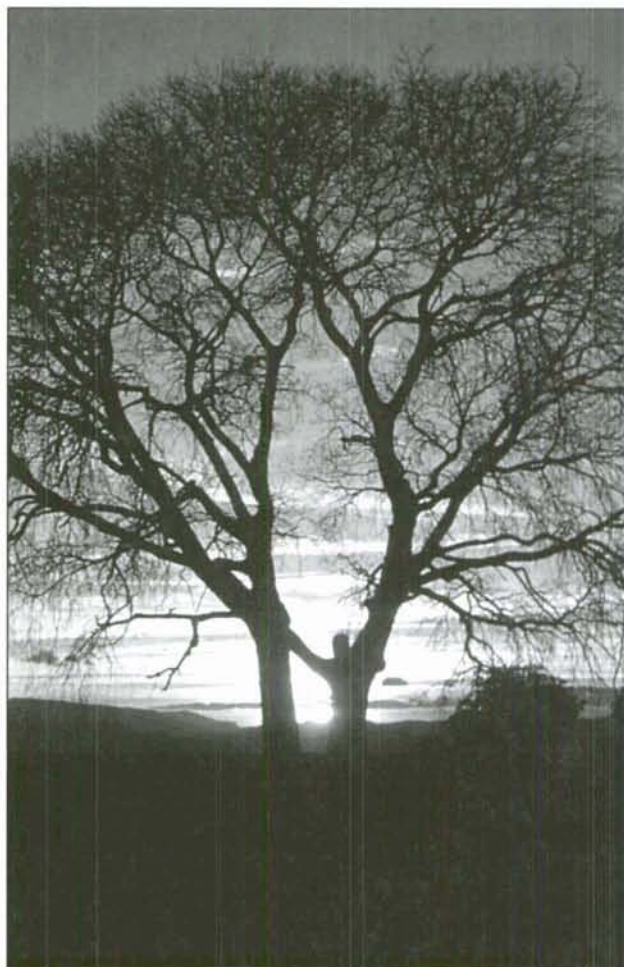
*Primula veris* subsp. *columnae* (Ten.) Lüdi: Primavera.

*Viola odorata* L.: Viola, violeta.

*Salvia blancoana* Webb & Heldr. subsp. *mariolensis* Figuerola: Sàlvia.

### a.4. Espàrrecs i brots tendres

*Asparagus acutifolius* L. / *Asparagus horridus* L. fil. [= *A. stipularis* Forskal]: Asparraguera, asparreguera, aspareguera.



Làmina 3. Llidoners del Pontarró de Biar (*Celtis australis* L.)

Brots o ulls tendres

*Rubus ulmifolius* Schott.: Esbarzer.

*Crataegus monogyna* Jacq.: Espinal.

*Ulmus minor* Miller: Olm, orm, om.

*Vitis vinifera* L.

### b.1. Arrels

*Campanula rapunculus* L.: Repunxons, sogres-i-nores.

*Daucus carota* L.: Pastenaga, carlota borda, safanòria borda.

*Cichoryum intybus* L.: Cama-roja.

*Echinophora spinosa* L.: Carlota marina.

*Eryngium campestre* L.: Panical, card panical, parnical, pernicar, perical, perneclal o quirical, panicalard.

*Eryngium maritimum* L.: Panical marí.

*Scirpus holoschoenus* subsp. *holoschoenus* L. [= *H. vulgaris* Link]: Junc, jonc.

*Scorzonera hispanica* L.: Escurçonera, herba escurçonera; farinetes.

*Typha angustifolia* L. / *Typha latifolia* L.: Bova o bova d'embovar cadires, bova de puros; boga.

*Tragopogon porrifolius* L.: Barba cabruna o de cabra.

## b.2. Tubercles

*Orchis* sp: Orquídiies, abelletes, sabatetes de la Mare de Déu.

*Helianthus tuberosus* L.: Patata.

## b.3. Bulbs

*Allium ampeloprasum* L. / *Allium roseum* L.: All porrit.

*Muscari comosum* (L.) Miller: Flarets, morets.

## b.4. Rabasses o rizomes

*Nymphaea alba* L.: Carabassera de sèquia.

*Arundo donax* L.: Canya.

*Typha angustifolia* L. / *Typha latifolia* L.: Bova, boga.

## III. ALTRES REMEIS D'ORIGEN NO VEGETAL

*Remeis casolans per al llarg viatge: oli de tortuga per a cicatritzar les ferides, oli de fetge de peixos per als ulls, ous de Dijous Sant, embolicats amb un drapet, per a guarir els cercadits, i un llarg etcètera que la mare previnguda posava al cofret del seu fill que tant de temps havia d'estar a la mar.*

Encarnació Giner i Parodi: *A la Vora de la Mar*

## 1. Origen animal

Serp: la pell de la serp, quan la muden, anomenada "camisa" o "despullades". Sargantana. Gripau. Fetge de rabosot sec. Llebra: cor de llebra del mes de maig sec. Fardatxo del mes de maig. Colom. Mondonguet de cabrit. Oli de llambrígols. Oli d'escarabats de celler o bodeguers. Alacrà. Formigues roges xicotetes. Caragols: banyes de caragol. Ratolí: Oli de ratolinet tendret. Granota. Sangoneres. Llet de dona. Sang menstrual. Sagí de porc ranci. Greix de gallina. Closca de tortuga. Ou. Orina humana. Tel de teranyina.

## 2. Origen mineral

Argila. Fang. Sabó fet a casa. Bicarbonat. Sal. Calç. Lleixiu. Pólvora negra. "Mistos" o llumins.

## 3. Aigües

Aigua de neu.

Aigua de mar.

## 4. Origen divers

Sutja o follí.

## REFLEXIÓ FINAL

Pensem que, si bé de moment cal fer estudis i treballs d'etnobotànica, encara que siguem restringits a una sola parcel·la o a unes poques més, no es poden estudiar els remeis populars curatius o les virtuts i els usos de les plantes de forma isolada, ignorant el conjunt de la medicina popular tra-

dicional de la qual són una part, com tampoc de la cosmovisió del grup humà que les utilitza, entenent per cosmovisió o *Weltanschauung*, el conjunt articulat de sistemes ideològics, relacionats entre si de forma relativament congruent, amb el qual l'individu o el grup social, en un moment històric, pretén aprendre l'univers, en aquest cas el cosmos relatiu a la salut, la malaltia, el dolor i la mort de l'organisme humà.

Al cap i a la fi, el que proposen aquestes recerques, juntament amb altres ja fetes en el País Valencià o que estan realitzant-se, és poder oferir al ciutadà un corpus de dades i d'informacions etnobotàniques locals, tan ordenades i exhaustives com siga possible, i un quadre global de la medicina i de la cultura herbolària popular autòctona de les darreries del segle xx sobre com prevenir algunes malalties.

També es vol assumir el compromís del científic i de l'intel·lectual, per xicotet que siga el seu treball, en la divulgació dels valors mediambientals en l'àmbit de la societat de la qual forma part, amb l'aportació de dades, informacions i arguments per a una més alta consciència, sensibilitat i ètica ecològiques, per tal de propiciar la construcció d'un món solidari amb tots els pobles i totes les terres del planeta.



Làmina 4. Pep Sirera, *El Morenet*, pastor de cabres sobre un prat de pericons grocs (*Hypericum perforatum* L.) de la Replana de Beneixama.

Fet i fet, aquest modest treball aspira a contribuir, encara que siga una mica, a mantenir encara ben viva l'ànima pagesa, a afavorir la continuïtat, física i espiritual, de la vida rural tradicional, la cultura de la nostra clara i polida ruralia, la del superjardí ecològic, *avant la lettre*, del nostre ric secà i de la nostra ubèrrima horta tradicionals.

Un món antic i diferent, com tan vivíssimament i maestrívolament ha descrit i esculpit Enric Valor al llarg de tota la seua vasta i impagable obra, continuant, acreixent i polint l'alta tasca tot just encetada per Azorín i Gabriel Miró.

Un món, parafrasejant Valor, de sòlida coherència, digne del més acurat i rigorós estudi i de la màxima consideració, amb unes formes de tècnica i de vida ancestrals, de vella civilització, però de provada eficàcia i encara vigents i útils, tot i trobar-se desbancades i a punt de ser arrasades per còmodes i supèrflues mecanitzacions i engolides per la voraç gola del lucre i del consumisme.

Un món de vida rústega i senzilla, abrasida de faena però lliure de manaments aliens i amb totes les necessitats fonamentals cobertes amb una natural autenticitat. Pa del seu blat i del seu forn, oli de l'almàssera del mas, fruita abundant quan n'és la temporada; vi pàl·lid i escumós natural, de grau baix, de sabor exquisit, propi d'una taula refinada, fet del seu raïm en el celler propi amb fórmules antigues; carn abundant criada i seleccionada.

Un món on la utilitat i la poesia encara podien anar juntes, i l'aventura humana estava encara molt arrelada a la natura i acordada als seus cicles i les seues estacions, i el treball era d'una tranquil·la varietat que no eixugava l'esperit humà amb una monòtona divisió de la faena, i on l'home, arrelat al seu terror, i que arplegava en la seua ànima pagesa una inconscient i profunda admiració i amor pel misteri de les forces infinites que palesava la muntanya, era rei humil del seu tros i de les solituds feréstegues.

### *A tall d'epíleg per si interessa a algú*

Al circ de la serra de la Safor, dia per dia, li estan rosegant els arrimalls; a les nostres muntanyes ja són un costum els aterraments i els incendis; a les nostres platges nues fa anys que s'han violat les dunes i les motes; i, ara, a les nostres marjals estan a punt de desaparèixer els nenúfars. I tot això, pareix que no interessa a ningú, ni als polítics ni als intel·lectuals ni encara —que fort— als artistes i als poetes.

*A qui serveix la poesia?  
A qui canten els poetes?  
A quina sort d'etèria bellesa?*

*On és la dona i la duna en la nostra poesia?  
On els nenúfars i les muntanyes?*

*Si la bellesa no està en les redoneses de les dunes,  
ni en els pètals dels nenúfars,  
ni en el perfil dels cristalls de les serres  
ni en els ulls de les dones que somnien,  
on és, amic, la poesia?*

*Quin país sense dunes ni nenúfars  
ni cims ni ulls que somnien!*

*Si algú pogués donar veu  
als encara intactes arrimalls,  
als darrers dunars i rodals de nenúfars  
i als ulls de les dones que somnien!*

O, si més no, en quina finestra, en quina oficina, en quina orella, aquestes silencioses desaparicions es poden denunciar?

A la fi, potser, sense enyor ni recança, només trobarem recer i nodriment en els boscatges, els estanys i les platges de l'art i de l'ànima, i en el dels ulls de les dones que encara somnien.

## SUGGERIMENT BIBLIOGRÀFIC

- BOLÒS, O., VIGO, J. (1994). *Flora dels Països Catalans*. Barcino. Barcelona.
- BOLÒS, O., VIGO, J., MASALLES, R. M., NINOT, J. M. (1993). *Flora Manual dels Països Catalans*. Editorial Pòrtic. Barcelona.
- CAPÓ, B. (1992). *Costumari valencià. Coses de poble*. 2 vol. Edicions del Bullent. València.
- CAVANILLES, A. J. (1795). *Observaciones sobre la historia natural, geografía, agricultura, población y frutos del Reino de Valencia*. Imprenta Real 1795 i 1797. Madrid. 2a ed. CSIC 1959. Zaragoza. 3a ed. Gráficas Soler 1972 (facsimil de la primera edició, reeditat en anys successius. València).
- CLIMENT I GINER, D. (1985). *Les nostres plantes*. 1a ed. Instituto Juan Gil-Albert. Alacant. 2a ed. 1992. Aguaclara. Alacant.
- CLIMENT I GINER, D. (1993). Els noms populars de les plantes a la comarca de l'Alacantí. *Quaderns de Migjorn*, 1. Revista d'Estudis Comarcals del Sud del País Valencià. Associació Cívica per la Normalització del Valencià, Alacant.
- CLIMENT I GINER, D. (1995). Aproximació a la fitonímia popular del Baix Segura. *Quaderns de Migjorn*, 2. Revista d'Estudis Comarcals del Sud del País Valencià. Associació Cívica per la Normalització del Valencià. Alacant.
- CLIMENT I GINER, D., MARTÍN, C. (1990). *Les formacions vegetals de la Ciutat d'Alacant*. Patronat Municipal del Vè Centenari de la Ciutat d'Alacant. Alacant.
- CONCA FERRÚS, A. (1996). *Plantes medicinals de la Vall d'Albaida*. Caixa d'Estalvis d'Ontinyent. Ontinyent.
- COSTA I TALENS, M. (1999). *La Vegetación y el Paisaje en las Tierras Valencianas*. Rueda. Madrid.
- DIOSCÓRIDES ANAZARBEO, P. (1570). *Acerca de la Materia Medica y de los venenos mortíferos: traducido de lengua griega, en la vulgar castellana y ilustrado con claras y substanciales Anotaciones y con las figuras de innumeras plantas exquisitas y raras por el Doctor Andres de Laguna*. Mathias Gast. Salamanca.
- DOMÍNGUEZ I BARBERÀ, M. (1986). *L'Ullal*. Tres i Quatre. València.
- FOLCH I GUILLEM, R. (1981). *La vegetació dels Països Catalans*. Ketres. Barcelona.
- FONT QUER, P. (1960). *Botànica pintoresca*. Sopena. Barcelona.
- FONT QUER, P. (1973a). *Plantas medicinales*. Labor. Barcelona.
- FONT QUER, P. (1973b). *Diccionario de botánica*. Labor. Barcelona.
- FONT QUER, P., BOLÒS, O. (1979). *Iniciació a la botànica*. Fontalba. Barcelona.
- FRESQUET I FEBRER J. L., TRONCHONI, J. A., FERRER, F., BORDALLO, A. (1994). *Salut, malaltia i terapèutica popular als municipis riberencs de l'Albufera*. Ajuntament de Catarroja. Catarroja.
- FRESQUET I FEBRER J. L., AGUIRRE MARCO, C. P., BÀGUENA CERVELLERA, M.ª J., LÓPEZ TERRADA, M.ª L., TRONCHONI, J. A. (1994). *Guia para la realización de trabajos de Folkmedicina y otros sistemas médicos*. Cuadernos Valencianos de Historia de la Medicina y de la Ciencia, XLV. Instituto de Estudios Documentales e Históricos sobre Ciencia. Universitat de València. València.
- FRESQUET I FEBRER J. L., AGUIRRE MARCO, C. P., BÀGUENA CERVELLERA, M.ª J., LÓPEZ TERRADA, M.ª L., TRONCHONI, J. A. (1995). *Salud, enfermedad y terapèutica popular en la Ribera Alta*. Cuadernos Valencianos de Historia de la Medicina y de la Ciencia, XLVII, Instituto de Estudios Documentales e Históricos sobre Ciencia. Universitat de València. València.
- GINER I PARODI, E. (1990). *A la Vora de la Mar*. Excm. Ajuntament del Campello. Alacant.
- GONZÀLEZ I CATURLA, J. (1985). *Rondalles de l'Alacantí: Contes populars*. Institut Juan Gil-Albert. Alacant.
- GONZÀLEZ I CATURLA, J. (1988). *Rondalles del Baix Vinalopó*. Aguaclara. Alacant.
- GONZÀLEZ I CATURLA, J. (1995). *Un llimoner*, dins el recull *Els Colors de la Solitud*. Bromera. Alzira.
- GREGORI, J. J., CUCÓ, J. (1985). *Bosc i muntanya, indústria tradicional, comerç i serveis*. Temes d'Etnografia Valenciana III. Institució Alfons el Magnànim. València.
- MASCARELL I GOSP, J. (1961). *Amics de muntanya: excursionisme i plantes medicinals*. Sicània. València.

- MASCARELL I GOSP, J. (1977). *La vall de la Safor*. València.
- MASCLANS, F. (1981). *Els noms de les plantes als Països Catalans*. Montblanc-Martin. Granollers.
- MATEO SANZ, G., CRESPO VILLALBA, M. B. (1990). *Claves para la flora valenciana*. Del Sénia al Segura. València.
- MONJO I PASQUAL, E. A. (1994). *Saba Vella*. Institut d'Estudis Comarcals de la Marina Alta. Pedreguer.
- MULET PASCUAL, L. (1991). *Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón*. Diputació de Castelló. Castelló.
- MULET PASCUAL, L. (1997). *Flora tóxica de la Comunidad Valenciana*. Diputació de Castelló. Castelló.
- OLTRA I BENAVENT, J. E., BENAVENT I MOSCARDÓ V. S. (1998). *Fer Herbes a Quatretonda*. Col·lectiu Cultural Dorresment. Quatretonda.
- PALAU I FERRER, P. C. (1981). *Les plantes medicinals baleàriques*. Ciutat de Palma.
- PELLICER I BATALLER, J. (1988). Herbes medicinals al País Valencià. *Canelobre*, 11. Instituto de Estudios Juan Gil-Albert. Alacant.
- PELLICER I BATALLER, J. (1991). *Herbari breu de la Safor*. Universitat Popular de Gandia. Gandia.
- PELLICER I BATALLER, J. (1995). *Meravelles de Diània*. Camins, paratges i paisatges de les comarques centrals valencianes. CEIC Alfons el Vell. Gandia.
- PELLICER I BATALLER, J. (1997). *De la Mariola a la Mar: Viatge pel riu Serpis*. Col·lectiu de Mestres de la Safor. Bellreguard.
- PELLICER I BATALLER, J. (1999a). *Flora pintoresca del País Valencià*. Volum I. Tàndem Edicions. València.
- PELLICER I BATALLER, J. (1999b). *Cuina Rural Silvestre. Recerques etnobotàniques al País Valencià. Contribució a la flora mengívola i culinària del territori diànic*. Quaderns del Palau, 1. Ciència i comunicació: les imatges de la ciència: Carles Cortés Orts Editor. Universitat d'Alacant, Secretariat de les Seus Universitàries i Cursos especials/Ajuntament de Cocentaina.
- PELLICER I BATALLER, J. (2000). *Costumari Botànic de les Comarques Centrals*. Vol. I. Bullent. València.
- RIGUAL MAGALLÓN, A. (1984). *Flora y vegetación de la provincia de Alicante*. Instituto Juan Gil-Albert. Alacant.
- ROSSELLÓ I VERGER, V. M., BOIRA I MAIQUES, J. V. (1995). *Geografia del País Valencià*. Edicions Alfons el Magnànim. València.
- VALLÈS XIRAU, J., BLANCHÉ VERGES, C., BONET M. A., AGELET I SUBIRADA, A., LLOPART M. D., I AL. (1993). *Seminaris d'estudis universitaris 8. Seminari d'Etnobotànica*. Laboratori de Botànica, Facultat de Farmàcia, Universitat de Barcelona. Barcelona.
- VILLAR PÉREZ, L., PALACÍN LATORRE, J. M., CALVO EITO, C., I AL. (1987). *Plantas medicinales del Pirineo Aragonés y demas tierras oscenses*. Excma. Diputación Provincial de Huesca. Instituto Pirineico de Ecología (CSIC). Saragossa.