

Els anuncis de la nostra vida: ¿Recordeu "l'home de la tònica Schweppes"?

estiu

11

DIMECRES
08/07/2020



Entre amics

Els artistes Conxita i Fermí Herrero, o quan els germans poden ser grans amics

Redescobreix Catalunya

Si voleu veure Barroc religiós heu d'anar a la Catalunya Central: el Solsonès, la Segarra, l'Anoia i el Bages

Gent

Messi, fora del futbol, ha passat dels restaurants als hotels. Ja en suma quatre



A l'estiu,
capbussa't
en el món
vegetal



El llenguatge de les plantes

L'estiu és un bon moment per endinsar-nos en el món de la botànica, ja que normalment tenim més temps per fer sortides. Tot i que la majoria de plantes floreixen a la primavera, a l'estiu també n'hi ha de florides, com l'esbarzer, el pericó o l'espermallac. I d'altres ja tenen fruit. L'observació pausada és el més important per aprendre a identificar les plantes, segons apunta el botànic i fotògraf Pau Cardellach. "Al principi veus quinze espècies diferents i les trobes totes iguals. Cal acostumar l'ull a les formes de les fulles, als colors, a les arrels... És com aprendre un llenguatge nou". Cardellach opina que el dibuix és una eina molt útil perquè t'obliga a fixar-te en tots els detalls de la planta. "Si es fan sortides a la muntanya, va bé portar una llibreta i fer un dibuix o una fotografia de la planta que volem identificar, juntament amb una nota de camp que inclogui una petita descripció de la planta, el lloc on l'hem trobat, etc. Així les anirem recopilant a la llibreta i aprendrem a identificar-les. Després podem fer recerca sobre les propietats i els seus usos". Per la seva banda, el biòleg Marc Talavera recomana anar a poc a poc. "No podem incorporar vint ingredients nous a la cuina de cop i volta. És millor començar per les plantes més freqüents i anar expandint el coneixement. Es tracta d'adquirir nous hàbits, i això vol temps".



TEXT BERTA VILANOVA

Com es diu aquesta planta? És comestible? Quines propietats té? Es pot cultivar? No és gaire comú fer-se aquestes preguntes, i encara menys dedicar una estona a respondre-les. Però ¿com és que coneixem marques de roba, de cotxes o de mòbil famoses, però en canvi sovint no sabem identificar una flor o una planta? "Hi ha molt poc coneixement botànic, i encara menys etnobotànic", diu Marc Talavera, biòleg i fundador del Col·lectiu Eixarcolant, una entitat sense ànim de lucre que té com a objectiu recuperar els usos tradicionals de la vegetació. Segons una enquesta realitzada per aquest col·lectiu a 600 catalans, menys del 5% de la població és capaç d'identificar plantes tan comunes com l'ortiga o la rosella.

El botànic i fotògraf Pau Cardellach coincideix a opinar que amb els anys hem anat perdent aquest coneixement lligat al territori, i que ara molta gent ja no sap diferenciar un pi d'un xiprer. "Les nostres àvies -o fins i tot mares, depenent d'on hàgim crescut-, sabien

que per passar el mal de coll es podien fer una farigola amb mel. El coneixement de les plantes estava molt arrelat: s'utilitzaven per cuinar, per curar-se i també en forma d'ungüents per motius d'estètica".

Des del segle passat, en part per l'emigració rural cap a les ciutats, el nostre *modus vivendi* s'ha anat desvinculant de l'entorn rural i la societat s'ha tornat cada vegada més urbana. "Això ha provocat la pèrdua d'aquest coneixement vinculat al paisatge", diu Talavera. Per la seva banda, Cardellach recorda que "es tracta d'un coneixement que es va estigmatitzar molt durant la Inquisició i la caça de bruixes, i la gent va agafar por". Aquests factors, entre altres, han anat lligats al canvi d'hàbits de consum marcats per la globalització i als canvis en el model de producció. "Ara consumim un gran nombre d'aliments provinents d'arreu del món i durant totes les èpoques de l'any. Cada cop estem menys informats de l'origen del que mengem i de la diversitat de productes vegetals que podríem consumir", diu Cardellach, que creu que a més hem cedit tota la responsabilitat de la salut a les

Com es diu aquesta planta?

L'estiu és un bon moment per identificar i conèixer la flora que ens envolta, per aprendre a valorar-la i ser conscients de la importància de preservar-la

empreses farmacèutiques. "Té una part bona, perquè són especialistes, però ens n'hem despreocupat completament i hem oblidat que molts productes tenen l'origen en les plantes".

Redescobrir plantes oblidades

El Col·lectiu Eixarcolant organitza des de fa cinc anys la Jornada Gastronòmica de les Plantes Oblidades, una iniciativa pionera en l'àmbit català i estatal, que inclou un ampli ventall d'activitats amb l'objectiu de (re)descobrir les plantes silvestres i varietats agrícoles tradicionals oblidades.

La 5a edició, que tindrà lloc l'octubre vinent, inclourà tallers, xerrades, tastos, una fira de productes silvestres, sortides etnobotàniques, presentacions de llibres i projeccions de documentals, entre d'altres. "Volem donar a conèixer els usos tradicionals de la vegetació i els projectes que avui treballen amb aquestes espècies i usos, recuperar uns coneixements que han deixat de transmetre's de generació en generació i introduir un estil de vida més saludable i sostenible -exposa Talavera-. Només a Catalunya hi ha més de 300 plantes silvestres co-



COL·LECTIU EIXARCOLANT

Propostes d'activitats etnobotàniques

■ El Col·lectiu Eixarcolant organitza la Jornada Gastronòmica de les Plantes Oblidades, que a través de diverses activitats té l'objectiu de (re)descobrir les plantes silvestres i varietats agrícoles tradicionals oblidades. La 5a edició tindrà lloc a l'octubre.

■ Corremarges és una associació que treballa per la recuperació i la divulgació dels usos populars de la vegetació. Fan recerca etnobotànica i difonen aquests coneixements a través de tallers, xerrades i passejades guiades, entre altres. Fan sortides i tallers sota demanda amb grups de mínim deu persones.

■ L'Associació Flora Catalana organitza treball voluntari de persones que estimen la natura, amb la finalitat de recollir informació, tant de caràcter botànic com etnobotànic. Fan sortides, exposicions i formacions a diversos llocs del territori català.

■ L'Associació d'Amics del Jardí Botànic de Barcelona vetlla per la conservació de la riquesa del patrimoni natural, sensibilitzant les persones per afavorir unes actituds d'estima i respecte a les plantes. Gestiona diverses activitats vinculades al Jardí Botànic de Barcelona.

■ El portal Viu la Terra és una iniciativa de la Xarxa de Custòdia del Territori. En aquest portal s'hi pot trobar informació sobre diverses activitats vinculades al respecte, la conservació i la cura del territori, com ara visites guiades a espais naturals, exposicions, concursos fotogràfics, cursos i debats.

mestibles, males herbes que es poden menjar. I més de mil varietats agrícoles que havien format part dels nostres camps i de les nostres taules però que avui no es cultiven ni es troben en els comerços", diu.

Identificar i conèixer les plantes que ens envolten és el primer pas per poder-les valorar i ser conscients de la importància de preservar-les. "Les plantes ens proveeixen de tota mena de serveis ecosistèmics. Per exemple, produeixen l'oxigen que utilitzem per respirar, protegeixen els sòls de l'erosió, i estan a la base de la xarxa tròfica. No només ens alimenten a nosaltres, sinó que tots els animals en depenen. És una xarxa d'interaccions que cal conèixer per evitar-ne la destrucció", diu Talavera, que afegeix que aquest coneixement sobre el món vegetal també ens permet entendre el paisatge i la societat en la qual vivim. "No cal ser-ne experts, però seria interessant saber la temporalitat de les hortalisses més comunes, saber què podríem plantar en un territori concret i entendre l'economia que hi va lligada –exposa el biòleg–. Molta gent quan veu un camp de blat es pensa que és per fer

pa, i la majoria són per fer pinso per als animals". Tot i això, Talavera reconeix que hi ha un interès creixent per acostar-se de nou a l'entorn. "El model de producció i consum actual té moltes mancances ètiques, i cada cop més gent vol saber d'on ve allò que menja –explica–. Fins que no recuperem aquest coneixement, difícilment tindrem criteris per decidir com a consumidors". En aquesta línia, Cardellach afegeix que "conèixer millor el nostre entorn natural ens faria més autosuficients i menys dependents del sistema econòmic".

Una font d'inspiració infinita

La seva bellesa i multiplicitat de formes i colors és un altre dels motius per acostar-nos al món de les plantes i les flors. "La natura és una font d'inspiració infinita", diu la il·lustradora Joana Santamans, autora del llibre *Vida. Herbari il·lustrat*, que recull 150 plantes amb els textos de l'investigador i científic Enric Ballesteros, i que ja va per la segona edició. "L'observació detinguda que necessita el dibuix m'ha ajudat a entendre profundament cada espècie. La disposició de les fulles, l'estructura dels ner-



COL·LECTIU EIXARCOLANT



01. Un lliri silvestre dibuixat per Joana Santamans al seu llibre *Vida. Herbari il·lustrat*.
02. L'artista il·lustra aquí, per a una altra pàgina del llibre, una orquídia silvestre.
03. En aquest cas el dibuix és d'un colitx.
04. Una de les sortides que organitza el Col·lectiu Eixarcolant per conèixer plantes.
05. Una activitat amb fulles que fa el mateix col·lectiu un cop s'han fet les sortides al camp.

vis, els mil colors dels pètals, les formes i distribució dels estams i els pistils i mil coses més. Són tota una aventura que la natura ha esculpit per algun motiu de supervivència", diu Santamans, que comenta que l'ha sorprès positivament l'èxit que ha tingut el llibre. "Crec que hi havia la necessitat d'un llibre així. La gent té ganes de recuperar aquest coneixement. Les plantes són a l'origen de la vida en el nostre planeta. Sense elles no existiríem", destaca. La il·lustradora considera que són un imprescindible que s'hauria d'estudiar a les escoles, per aprendre a valorar-les i estimar-les. "És una llàstima que desaparegui tot aquest coneixement lligat a les flors i les plantes que s'ha mantingut durant generacions i generacions –opina Santamans–. Fent aquest llibre he descobert flors precioses com el lliri silvestre, el marfull o la rosa silvestre, i plantes sorprenents com l'orquídia silvestre, que amb colors i formes imita insectes com els borinots o les abelles. I també n'hi ha d'una antiguitat inimaginable, com la cua de cavall, que viu al nostre planeta des de fa 400 milions d'anys, molt abans que els dinosaures!" ♦

5 espècies silvestres comestibles

Per Marc Talavera

Blet Blanc (*Chenopodium album*): una espècie molt típica dels horts i camps de conreu durant l'estiu. Se n'aprofiten les fulles, que cal menjar cuites i recorden els espinacs. Les llavors també són comestibles i tenen unes característiques organolèptiques i nutricionals tant o més bones que la quinoa.

Colitx (*Silene vulgaris*): fins no fa gaires dècades era una de les espècies més abundants als camps de cereals, gràcies al seu creixement mitjançant rizomes i a una elevada capacitat de rebrot. Si la plantem en un racó de l'hort, rebrotarà any rere any, i podrem gaudir de les seves fulles i brots tendres, que podem consumir, per exemple, en forma de truita o amanida.

Malva (*Malva sylvestris*): els seus fruits immadurs s'han anomenat popularment panets o formatgets, per la semblança morfològica amb aquests aliments; mentre que les flors, també comestibles, s'han fet servir principalment com a medicinals gràcies a la seva concentració de mucil·lags. Al seu torn, les fulles són consumides com a verdura en diferents indrets del món, per exemple al Magrib, on es coneixen amb el nom de *bakkoula*. El secret és coure-les al vapor per eliminar-ne el mucil·lag.

Ravenissa blanca (*Diplotaxis eruroides*): de la mateixa família que les cols o la ruca. Aquesta espècie tenyeix de blanc molts camps de conreu del país durant la tardor, l'hivern i la primavera. Tothom qui en tasta les flors podrà apreciar el seu gust picant amb clares reminiscències al wasabi, però una mica més suau i poc persistent en boca. Això sí, per gaudir d'aquest gust tan peculiar hem de consumir la planta crua, ja que amb la cocció desapareix per complet.

Verdolaga (*Portulaca oleracea*): espècie omnipresent a tots els horts durant l'estiu, on creix plana a terra amb les seves fulles i tiges carneses, que a vegades prenen coloracions vermelloses. És una delícia tant si la consumim crua com cuita i, de fet, es menja pràcticament arreu del món. Se'n consumeixen tant les fulles com les tiges tendres, totes dues de gust suau i riques en minerals com magnesi, ferro i manganesi i també en vitamina C.