



Cossetània  
EDICIONS

Pòrtic

# Miniguies natura

*Guia pràctica del boletaire,  
Arbres de Catalunya,  
Flors dels Pirineus*

De Ramon Pascual

*Plantes medicinals*

*Fruits i plantes silvestres comestibles*

De Núria Duran

*Orquídiessilvestres de Catalunya*

D'Hilari Sanz



## **Alpina, Cossetània i Pòrtic recuperen una col·lecció de guies de petit format per conèixer de manera pràctica la natura del país**

**Guia pràctica del boletaire:** aquesta guia introdueix el lector, d'una manera senzilla però rigorosa, en l'apassionant món de la micologia. Es donen els coneixements bàsics sobre els caràcters dels bolets: què són, com són, on viuen i quin paper juguen en la dinàmica dels processos naturals. Ajuda a identificar els bolets més corrents i més apreciats.

**Plantes medicinals:** aquest llibre serà útil per identificar les principals espècies de plantes medicinals, i conèixer com recol·lectar-les i preparar-les per treure'n el màxim profit. La guia té dues finalitats: ajudar a identificar les plantes medicinals que es vulguin recol·lectar i donar informació sobre les parts de la planta que tenen interès, les seves propietats i la forma d'utilitzar-les.

**Arbres de Catalunya:** aquesta guia és una eina senzilla per ajudar a reconèixer la majoria dels arbres autòctons dels Països Catalans. La labor d'identificació de les espècies vegetals contribueix a un bon coneixement dels arbres i, en general, de les plantes del nostre patrimoni natural, condició indispensable per saber valorar-lo, estimar-lo i protegir-lo.

**Flors dels Pirineus:** una guia que ajuda a identificar les plantes que podem trobar quan ens endinsem a l'alta muntanya i a entendre la seva significació dins de la comunitat de la qual formen part. Per això caldrà fixar-se en la forma, la mida i les adaptacions del seu aparell vegetatiu, és a dir, de l'arrel, la tija i les fulles, però sobretot en les flors, a partir de les quals podem obtenir la informació necessària i més fiable per identificar cada espècie.

**Orquídies silvestres de Catalunya:** gràcies a aquesta guia sabrem que d'orquídies en tenim als boscos, als prats, a les mollereres i als camps del nostre país i, sense arribar a l'espectacularitat de les flors de les espècies tropicals, descobrirem les seves principals característiques, la complexitat evolutiva que representen i la seva incomparable bellesa.

**Fruits i plantes silvestres comestibles:** en aquesta guia hi trobarem unes cinquanta plantes comestibles, la majoria de les quals són plantes molt comunes i que creixen en abundància. Entrar en contacte amb el medi natural, valorar-ne la diversitat, buscar, trobar i reconèixer algunes de les plantes mengívoles, collir-les, preparar-les amb gust i enginy i participar amb els altres de totes les descobertes, és el repte que us proposa aquesta guia.

# Què trobarem a les guies?

## Indicacions importants abans de començar

### Els bolets metzinosos



Farinera borda (*Amanita phalloides*), el bolet més perillós. Metzinos mortal

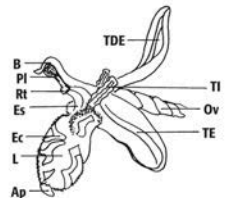
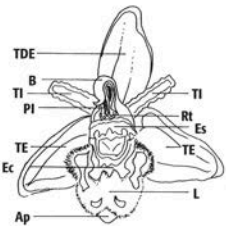
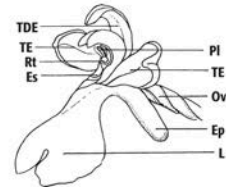
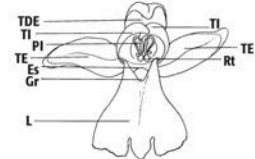
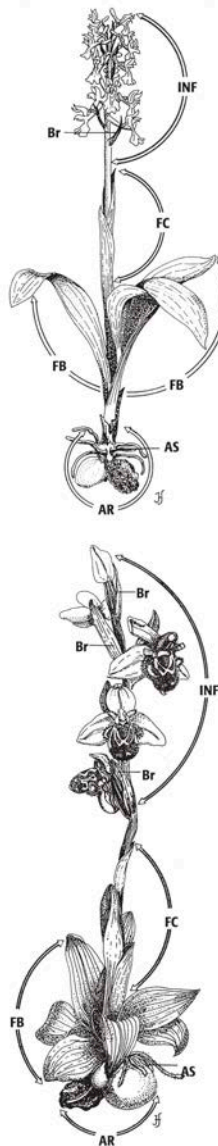
Pel que fa als **bolets metzinosos**, la proporció entre la totalitat dels bolets que es poden trobar i el nombre de bolets tòxics és encara més petita que en el cas dels bolets comestibles. Els que poden arribar a ocasionar la mort de les persones són ben pocs. El més perillós és la farinera borda (*Amanita phalloides*), molt corrent a la tardor, que es pot confondre amb alguna espècie comestible.

Altres bolets tòxics provoquen indigestions i malestar i s'aconseïlla el tractament de les persones afectades en un centre sanitari.

Per a evitar el risc d'una intoxicació convé no fiar-se de les tradicions i dites populars, com ara que el bolets metzinosos ennegreixen els alls en un guisat o bé que escaldats i ben cuïts perden les metzines. Només hi ha una sola llei vàlida: **No posar mai al plat un bolet que no es conegui.**

Cal recordar la famosa frase: "Tots els bolets són comestibles, però alguns, una sola vegada."

A continuació es descriuen les cinc espècies metzinoses més comunes que cal conèixer amb tota certesa. Convé consultar guies més extenses per a identificar-ne d'altres, alguns d'aquests molt tòxics però menys perillosos pel fet de ser poc atractius i poc freqüents, com ara les lepiotes de mida petita, els clitocibes blancs, la galerina, la majoria dels inocibes, el cortinari de muntanya i les amanites d'aparició primaveral.



#### MORFOLOGIA DE LES ORQUÍDIES DELS GÈNERES ORCHIS I OPHRYS

**AR:** Aparell radical (tubercles); **AS:** Arrels secundàries;  
**Br:** Bràctees; **Ep:** Esperó;  
**Es:** Estigma (superfície estigmàtica); **FB:** Fulles basals;  
**FC:** Fulles caulinars; **Gr:** Gorja de l'esperó;  
**INF:** Inflorescència; **L:** Label o llavi; **Ov:** Ovari;  
**TI:** Tèpals interns; **PI:** Pol·linis; **Rt:** Retinacul;  
**TDE:** Tèpal dorsal extern; **TE:** Tèpals externs;  
**Ap:** Apèndix apical; **B:** Bec del ginostem;  
**Ec:** Escut, màcula o mirall.



## Descripcions completes dels exemplars amb fotografies



### Llentiscle, mata

*Pistacia lentiscus* (fam. anacardàcies)

**Descripció:** Arbret perennifoli que al nostre país no passa d'una forma arbustiva, de fins a 8 m d'alçària, d'olor resinosa, amb l'escorça de les branques joves vermellova, i grisa la de les més velles. Si es fan talls a les tiges surt un làtex blanc, molt enganxós i aromàtic, el màstic. La **capçada** és densa. Les **fulles**, compostes, tenen 8-12 folíols lanceolats (sempre en nombre parell), d'uns 3 cm, durs i llunts. El nervi principal i el pecíol porten unes ales estretes. Al contrallum es veu el nervi dels folíols translúcid, així com una estreta banda que recorre tot el marge. Si es rebreguen entre els dits desprenen una forta olor de resina. Les **flors** masculines i femenines apareixen en arbres diferents, petites i poc vistoses, sense corol·la, verdoses o vermelloves, reunides en inflorescències. El **fruit** és com una oliva, d'uns 4 mm, primer vermell i negre quan és madur. **Floració:** Març-maig. **Localització:** Alzinars i bosquets del litoral.

## Altres detalls per saber-ne més

### Equivalències dels noms populars en castellà i francès

Català	Castellà	Francès
alfàbrega	albahaca	<i>basilic</i>
àrnica	árnica	<i>arnica des montagnes</i>
belladona	belladona	<i>belladone</i>
bistorta	bistorta	<i>bistorte</i>
borraïna	borraja	<i>bourrache</i>
bracera	centaurea aspera	<i>centaurée</i>
brionia	nueza	<i>navet du diable</i>
camamilla	manzanilla	<i>camomille</i>
card marià	cardo mariano	<i>chardon marie</i>
carxofera	alcachofera	<i>artichaut</i>
cua de cavall	cola de caballo	<i>queue de cheval</i>
didalera	dedalera	<i>digitale pourprée</i>
donzell	ajenjo	<i>abınthe</i>
espernallac	abrótano hembra	<i>santoline cyprès</i>
espígol	alhucema	<i>lavande</i>
eucaliptus	eucalipto	<i>gommier bleu</i>
farigola	tomillo	<i>frigoule</i>
fonoll	hinojo	<i>jenouil</i>
genciana vera	genciana	<i>grande gentiane</i>
ginebre	enebro	<i>genévrier</i>
gódua	retama negra	<i>genét à balais</i>
herba de les orenetes	celidonia	<i>chélidoine</i>
julivert	perejil	<i>persil</i>
llúpol	lúpulo	<i>houblon</i>
malva	malva	<i>grande mauve</i>
malví	malvavisco	<i>guimauve</i>