



5

CARDOT / CARDO MARIANO

*SILYBUM
MARIANUM*



MIQUEL BIARNÉS



DESCRIPCIÓ:

És una planta/herba que té pocs usos, bàsicament les llavors.

ÚS I PROPIETATS:

S'usen les llavors, estigmes i fulles. Les seves propietats són per patologies del fetge en general, migranya, urticàries, antihemorràgic, disfuncions del sistema nerviós del vago-simpàtic, bulb raquidi, faringe, esòfag, laringe, tràquea, bronquis, cor, estómac, per enverinaments.

MÈTODE DE PREPARACIÓ:

La més important és la ingesta de les llavors, ja que contenen "silimarina" que és capaç de regenerar la cirrosi i la neutralització per enverinament de bolets com "l'amanita fal-loide". Les llavors han de ser crues i triturades uns moments abans d'ingerir, són molt dures i costen de trencar, es pot utilitzar un morter o un molinet de cafè o una batedora potent, cal prendre una cullerada sopera rasa de la part triturada escampada damunt d'alguna menjada o empassada i veure aigua per a fer-ho baixar. Els estigmes es fan servir per a quallar la llet com si fos "herbacol". De les fulles normalment assecades, o verdes acabades de collir, se'n pot fer Tisana: (uns 3 g. per tassa d'aigua de 250 ml. podem fer una equivalència d'un "pessic" o allò que es pot agafar amb 3 dits), posant l'herba al cul del got i abocar l'aigua bullint, tancar i deixar reposar uns 3 minuts.

CONTRAINDICACIONS I PRECAUCIONS:

No indicat per a nens i dones lactants.

ON LA PUC TROBAR?:

És molt corrent a les nostres terres, al costat d'on creix el sembrat, camps de secà erms, cunetes i en entorns arenosos al costat de rierols o rius secs.

