



25

ESBARZER / ZARZAL / ZARZAMORA

RUBUS FRUCTICOSUS



MIGUEL BIARNÉS

DESCRIPCIÓ:

Arbust sarmentós, de tiges llargues i primes, molt punxegudes i de secció prismàtica, amb forts aculis amb forma de falç, resten moltes fulles a la planta durant l'hivern, les fulles són molt variables normalment amb de 3 a 5 folíols dentats de color verd fosc i glabres, a la part de dalt, i amb pèls blancs a la part de sota.

ÚS I PROPIETATS:

Us: fulles, brots tendres, fruit.

Propietats: hipoglucemiant (diabetis), astringent, antidiarreic, colitis, disenteria, hemorràgies internes, flux menstrual exagerat, morenes, gingivitis, mal de queixals i boca, el suc de les fulles és antiverí per picades de serp.

Les móres (el fruit) tenen un alt contingut en àcids orgànics i vitamina C, és d'un color negre en madurar, ho fa a finals d'estiu i està format per la unió de més de 20 petites drupes. També se'n pot fer melmelades i licor.

MÈTODE DE PREPARACIÓ:

Brots tendres 100 g es posen a bullir en 1 litre d'aigua uns 20 minuts, es deixa reposar i es cola amb un drap. El líquid que queda serveix per a netejar o aplicar compreses a la zona afectada (morenes, furúncols) o bé en gargarismes per afectacions de la gola o boca.

CONTRAINDICACIONS I PRECAUCIONS:

No recomanable ingerir en embarassades

CULTIU I ON LA PUC TROBAR

És la planta dominant de la majoria de bardisses, es considera com vegetació invasora que ocupa grans extensions i no es destrueix ni tallant-la ni cremant-la. Tampoc no és fàcil d'eliminar-la amb herbicides, però és una planta molt heliòfila no tolera l'ombra dels arbres, per això sempre es fa als marges dels boscos i camins.

OBSERVACIONS I CURIOSITATS

Les 3 primeres fulletes o brots tendres mastegats i ben ensalivats eviten la gingivitis.

