



XICOIRA / CAMA-ROJA / ACHICORIA

CHICORIUM INTYBUS



26

DESCRIPCIÓ:

És una planta herbàcia de tija erecta i ramificada i arrels profundes i napiformes i flors de color blau característic i semblant a les margarides.

ÚS I PROPIETATS:

Us: fulles, flors, arrels i rizomes.

Propietats: digestiva, fetge, renal, cutània, febre i cucs intestinals, prevenció de l'osteoporosi.

MÈTODE DE PREPARACIÓ:

Hi ha dos principals varietats:

- 1) Xicoira silvestre o salvatge per a fer ús de la rel, infusió o decocció de 4 g en 250 cc. i prendre un cop al dia.
- 2) Xicoira d'amanida conreada per cultiu convencional, unes quantes fulles juntament amb l'amanida.

CONTRAINDICACIONS I PRECAUCIONS:

Remei no aconsellable per a persones amb problemes renals i tensió baixa..

CULTIU I ON LA PUC TROBAR

Viu en terrenys secs, als camps i marges dels camins, voreres de camps i camps en guaret, i a vegades creix entre la gespa.

OBSERVACIONS I CURIOSITATS

Fa 4.000 anys que ja es feia servir. Les fulles tendres i el seu suc o saba estimula la secreció biliar, equilibra la diabetis i afeccions de la pell. El seu rizoma torrat és un substitut del cafè.

