



14

PLANTATGE / LLANTÉN

PLANTEGI LANCEOLATA



MIGUEL BIARNÉS

DESCRIPCIÓ:

Existeixen dues plantes: el Plantatge Major i el Menor, com es veu a les fotos, el Plantatge Major de fulles més amples i el Plantatge Menor de fulles estretes i llargues. El Plantatge Major fa una flor plena de llavors petites semblants al mill o a la quinoa i és molt apreciada pels ocells, tant els lliures com els engabiats. El Plantatge Menor fa la flor més tipus capell semblant al vellut. Floreix amb l'arribada de la primavera i prossegueix fins ben entrada la tardor.

ÚS I PROPIETATS:

Us: fulles i flors, encara que es pot utilitzar la planta sencera..

Propietats: calma la tos, tos seca, antitussigen, antibacterià elimina els microorganismes, desinflamatori, coadjuvant de la mucosa intestinal, refredats bronquials, antipruriginós, emol·lient, astringent. Està especialment indicat en refredats, faringitis, bronquitis, asma, úlceres gastroduodenals, diarrees i reumatisme i en forma externa en èczemes, herpes i com col·lutori en gingivitis o banys oculars en conjuntivitis.

MÈTODE DE PREPARACIÓ:

- 1).- Decocció: una cullerada sopera per tassa, fent-la bullir menys de 5 minuts, prenent-ne de 2 a 4 tasses al dia per a remeiar refredats bronquials i calmar inflamacions bucals i de gola.
- 2).- Macerat: 40 grams de la planta per litre d'aigua, es deixen passar uns minuts, es retira del foc i en maceració de 8 a 10 hores. Es va bevent durant el dia.
- 3).- Ungüent: es matxuquen al morter les fulles fresques afegint al suc extret de les fulles afegint-hi mantega de vaca fosa o sagí de porc fos, aquest unguent és ideal per les morenes
- 4).- Fulles fresques: Es netegen bé amb aigua abundant i s'escalden amb l'aigua bullent i s'apliquen a sobre de llagues difícils i úlceres de llarga evolució.

CONTRAINDICACIONS I PRECAUCIONS:

No se li coneixen, però cal precaució en nens i dones lactants.

CULTIU I ON LA PUC TROBAR

Creix als horts, ribassos i en general en terres humides de tot el país en forma silvestre.

OBSERVACIONS I CURIOSITATS

Agafant una fulla, es mastega i s'aplica com a cataplasma damunt de la picada d'algun insecte (abella, vespa, mosquits), mentre se cerca una cura més contundent.