

V. Herbes i plantes remeieres

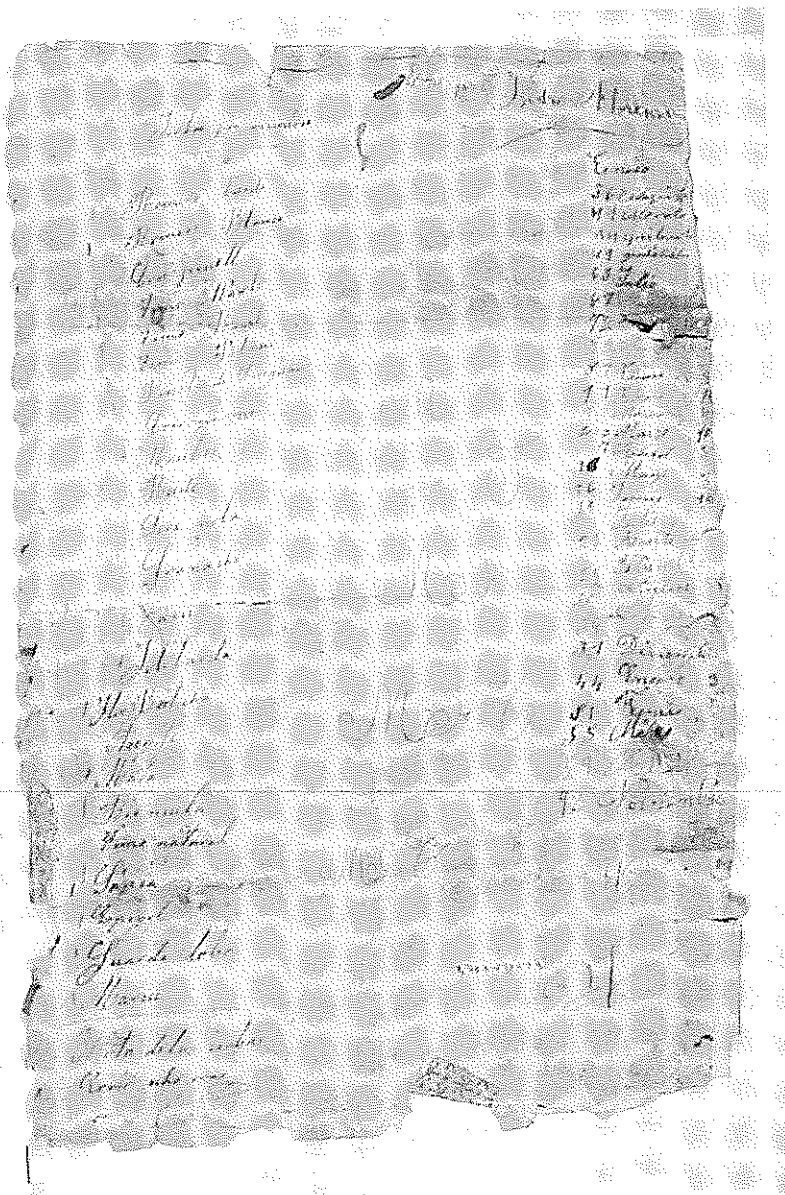
És cert que existeix un llista llarga de llibres i prou complets sobre la descripció de diferents tipus d'herbes i de plantes, els seus usos culinaris i els medicinals. Però també hem de dir que en tots els pobles existeixen persones, anomenades normalment curanderos, que han transmès, a través de les seues explicacions o de les seues pràctiques, els seus coneixements o creences curatives a la resta del poble. Sovint la gent ha tingut fe en aquests curanderos, especialment en allò que es refereix a les malalties comunes. Els curanderos han estat generalment pastors i han aplicat a les persones allò que han après ells mateixos guarint els animals. Han fet ús de massatges o de fregues, d'emplastres, d'embenats; han recomanat banys i la beguda en infusió d'un gran nombre de plantes.

En el cas de Maials, molta gent recorda encara, entre altres, *Antonio Jové* o *Tonet de Moià*, antics pastors que amb els seus guariments havien restituit la confiança a molts malalts. A continuació donarem algunes de les herbes o plantes amb propietats curatives que hem pogut recollir gràcies a la memòria dels grans. Primer donem el nom comú (tal com es diu a Maials) i, en alguns casos, d'altres noms utilitzats en altres indrets; després, ve el nom científic (en llatí, l'espècie i en català, la família a la qual pertany); a continuació teniu el seu ús remeier i finalment la manera com s'utilitza o es pren. Segurament no tot el que s'hi diu és completament objectiu, mèdicament provat o eficaç, sobretot perquè el pas del temps, la desaparició d'aquests curanderos, els petits secrets que es guardaven per a ells, etc., fan impossible una anàlisi detallada de remeis i aplicacions. Per exemple, si consulteu un manual de medicina popular, us trobareu amb moltes més aplicacions de cada herba o planta d'aquelles que consten aquí. Pot passar-vos també que una de les aplicacions que s'assenyalen en la relació següent no consti enlloc del manual: per exemple, no trobareu que la flor de saüc vagi bé per als nervis, i en canvi hi figurarà: estats febrils, faringitis, angines, estomatitis, dolor de costat i de ronyons.

Volem advertir, doncs, que hem transcrit tot el que segueix tal i com ens ha estat explicat. Si més no, ens ofereix un testimoni més de l'antiga saviesa popular.

També cal fer esment aquí d'un unguent miraculós per curar cremades i ferides, conegut popularment amb el nom d'«unguent de la tia Nofre». Conten que un pelegrí o un passavolant arribà a Maials i fou acollit a casa Nofre. A canvi de la hospitalitat amb què el dispensaren, deixà a la família la fórmula del dit unguent, fet amb herbes diverses del terme de Maials, terme d'Adar i la Serra Grossa. Els efectes reparadors d'aquella substància foren tals que, al cap d'un temps (devers els anys vint), el metge Alimbau va voler comprar per dos-cents duros la fórmula a la família, la qual es negà a facilitar-la-hi. Encara avui la família Giral, dipositària, generació rere generació, del paper amb la fórmula original, guarda gelosament el secret i no és estrany veure com molta gent del poble hi va a buscar, quan n'ha menester, una tasseta d'aquest unguent.

1. **Aufadieta borda.** *Aufàbia*, alfàbrega borda; *Satureja acinos*, labiades. Laxant. Es bull i es beu el suc.
2. **Bracera.** *Centaurea aspera*, compostes. Diabetis. Es bull i es beu el suc.
3. **Cacauera borda.** ? *Hyoscyamus sp.*, solanàcies. Mal de queixals. Es fan vapors.
4. **Camamilla.** *Matricaria sp.*, compostes. Mal d'estómac. Es bull i es beu el suc.



Relació de plantes remeieres, en un manuscrit, possiblement del segle XVIII, trobat a Casa Nofre de Maials.

5. **Embudets.** Herba de les set sagnies; *Lithospermum fruticosum*, boraginàcies. Refredats, fa baixar la pressió, lavativa. Es bull i es beu el suc, menys en el cas de la lavativa que s'injecta per l'anus en l'intestí gros.
6. **Espernallac.** *Santolina chamaecyparissus*, compostes. Cascadures. Es bull i es fan xops.
7. **Espígol.** *Lavandula angustifolia* i *L. latifolia*, labiades. Purificador d'ambient. Se'n posen ramets a les estances.
8. **Figues de moro.** *Opuntia ficus-indica*, cactàcies. Pell inflamada. Es freguen sobre la pell.
9. **Flor de pi.** *Pinus* sp., pinàcies. Refredats. Es bull i es beu el suc.
10. **Flor de saüc.** *Sambucus nigra*, caprifoliàcies. Nervis. Es fan vapors.

11. **Fulles de mata.** Matissa, matot; *Pistacia lentiscus*, anacardàcies. Fa baixar la pressió. Es bull i es beu el suc.
12. **Fulles de noguera.** *Juglans regia*, juglandàcies. Penellons. Es fan banys.
13. **Fulles d'oliver.** *Olea europaea var. europaea*, oliàcies. Fa baixar la pressió. Es bull i es beu el suc.
14. **Herba amarga.** ? Amargot; *Urospermum dalechampii*, compostes. Diarrea, fa baixar la pressió. Es bull i es beu el suc.
15. **Herba de Portugal.** ? Fa orinar. Es bull i es beu el suc.
16. **Herba de la pulmonia.** ? *Sideritis ilicifolia*, labiades. Refredats, pulmonia. Es bull i es beu el suc.
17. **Marialluïsa.** *Aloysia triphylla*. (*Lippia citriodora*, *Verbena nodiflora*), verbenàcies. Mal d'estómac i mal de cap. Es bull i es beu el suc.
18. **Pinyetes de sant Joan.** *Centaurea conifera*, compostes. Refredat i fa baixar la pressió. Es bull i es beu el suc.
19. **Poniol.** *Satureja fruticosa*, labiades. Fa pair. Es bull i es beu el suc.
20. **Punxa maleïda.** Herba maleïda. *Linum tenuifolium subsp. suffruticosum*, linàcies. Fa baixar la pressió. Es bull i es beu el suc.
21. **Romer, romaní.** *Rosmarinus officinalis*, labiades. Neteja la sang. Es bull i es beu el suc.
22. **Romer blanc, romaní blanc.** *Helianthemum syriacum*, (*H. lavandulifolium*), cistàcies. Ferides i cascades. Es pica i s'aplica sobre la ferida.
23. **Te de roca.** *Jasonia gluticosa*, compostes. Refredats. Es bull i es beu el suc.
24. **Timó.** Farigola. *Thymus vulgaris*, labiades. Refredats i avortaments. Es barreja amb brou o sopes.
25. **Timó mascle.** Farigola mascle, herba capsotera, polioli. *Teucrium polium subsp. pseudohyssopus*, labiades. Refredats i mal de pedra. Es bull i es beu el suc.
26. **Timó reial o Gitam.** *Dictamnus hispanicus*, rutàcies. Fa baixar la pressió. Es bull i es beu el suc.
27. Barreja de **romer, fulles de mata, cuellada, herba de la pulmonia, timó i embudets.** Refredats. Es bull i es beu el suc.

VI. Gastronomia

El fet de menjar, a part de ser una necessitat primordial per a la persona humana, és també un dels actes socials més complexos, perquè hi intervenen molts elements i només si se'ls té en compte, s'aconsegueix col·locar l'àpat en el lloc que li pertoca. Si s'agafa un calendari de l'any, es veu com gairebé cada mes, i millor dit encara, cada estació, té les seues menges particulars: a l'hivern, els plats típics de Nadal: escudella, olla barrejada, carndolla, gall, torrons, neules, les sopes i els diferents tipus d'olives; en el pas de l'hivern a la primavera: la matança del porc, una gran varietat de coques, els panadons, la crema cremada per sant Josep, la mona,...; a l'estiu, les coques de pinyons i de fruita per sant Joan i sant Pere, l'elaboració de les conserves de fruita...; a la tardor: les ametlles, els bolets, les arengades, les rostres, les magranes amb vi i sucre, les castanyes i els panellets per Tots Sants,...

La cuina catalana és una cuina rica i variada i les múltiples festes que se celebren al llarg de l'any donen pas a l'elaboració i degustació de les exquisideses gastronòmiques. Tothom sap que per festes es cuina d'una manera especial: es fan arts i mànigues perquè el menjar sigui excel·lent i abundant.

A continuació teniu justament un repertori variat de menges que cobreixen els entrants i aperitius, els primers plats, els plats de carn i de peix i les postres. De carn i de peix, en trobareu relativament pocs, però de postres, n'hi ha per parar un carro.

No es tractava aquí de donar un receptari a l'estil dels que surten a la televisió o a les revistes del cor, amb tota mena de detalls sobre els grams o quilos, nombre de persones, temperatura del forn i temps, sinó de donar una mínima informació i una mostra de la varietat de plats. La resta depèn molt de l'habilitat i de la imaginació del cuiner o de la cuinera. Així que a salivejar i que vagi de gust!

VI.A . Ametlles salades

Ingredients: Ametlles, sal i oli.

Preparació: Es posen les ametlles dins la paella amb oli rullent. Quan ja s'han daurat, es trauen i es tira la sal pel damunt.

VI.B . Olives amb sosa

Ingredients: 5 litres d'olives, 33 grams de sosa per litre d'olives, sal, sadorija i aigua.

Preparació: Es posen les olives i l'aigua amb sosa dins d'un pot de vidre i es deixa reposar vint-i-quatre hores. Llavors, durant nou dies seguits, es canvia l'aigua cada dotze hores. Passat aquest temps, s'hi posa sal, sadorija i es deixen fins divendres de Tots Sants, moment en què es torna a canviar l'aigua, s'hi posa de nou sal i sadorija i que reposin fins a l'estiu, temps idoni per menjar-se-les.

VI.C . Olives mortes al fred

Ingredients: Olives, vinagre, oli, taronja, all i julivert.

Preparació: Les olives es deixen a sol i serena fins que són mortes. Llavors es posen amb vinagre, oli, taronja, all i julivert. Se les fa reposar uns quants dies i ja es poden menjar.

VI.D . Olives virolades

Ingredients: Olives i sal.

Preparació: Es fiquen dins d'un pot de vidre amb sal, fent set parts d'aigua i una de sal. Es deixen reposar i es van tastant fins que són bones per menjar.

VI.E . Olives trencades

Ingredients: Olives, sal i sadorija.

Preparació: Es trenquen les olives i se'n canvia durant nou o deu dies l'aigua. Quan l'aigua ja surt clara, s'hi posa sal i sadorija i ja es poden menjar.

VI.F . Coca de samfaina

Ingredients: Sal, llevat, aigua, farina, albergina, pebrot, ceba i tomata.

Preparació: Sal, llevat, aigua, farina. Es pasta la farina, l'aigua, la sal i el llevat i es fa una coca. Damunt es posa la samfaina (albergina, pebrot, ceba i tomata) i es deixa coure al forn.

VI.G . Coca farinosa

Ingredients: Sal, llevat, aigua, farina, albergina, pebrot, ceba i tomata.

Preparació: es prepara igual que la coca de samfaina, només que a sobre de la samfaina, s'hi tira farina, es doblega tot i es deixa coure al forn.

VI.H. Farinetes

Ingredients: aigua, oli, sal, farina de panís, pa.

Preparació: En un topí amb aigua i sal col.locat al foc, s'afegeix, quan l'aigua arrenca el bull, farina de panís i es deixa coure a foc lent fins que la farina s'espesseeix. A part, en una paella, es fregeixen quadradets de pa (xixarrons). El pa, un cop fregit, i l'oli de la paella s'aboquen dins el tupí. Es remena tot, es deixa que faci un bullet, es torna a remenar i se serveix.

VI.I . Olla de mas

Ingredients: Mongetes, patates, col, bledes, fenolls i panicort.

Preparació: Es couen les mongetes i s'hi tira un raig d'oli. Després s'hi tira la patata i la resta d'ingredients i es cou a foc lent. Si es vol i es té a mà, s'hi pot afegir un tros de carn salada.

VI.J . Sopes de brou

Ingredients: Pa i brou.

Preparació: Es talla el pa a trossos petits i es posa en un plat. Després es fa bullir el brou i s'aboca sobre el pa perquè l'escaldi.

VI.K . Olla barrejada

Ingredients: Gallina, cansalada, coll de porc, un os de vedella, carn de vedella, pit de corder, botifarra negra, ou, all, julivert, pebre, sal, pa ratllat, pastanaga, ceba, col, patata, cigrons i fideus.

Preparació: S'agafa una olla i es fa bullir amb aigua la gallina, la cansalada, el coll de porc, la vedella, el pit de corder, l'os de vedella i al cap d'una estona, perquè no es desfaci, la botifarra negra.

Mentrestant es prepara la pilota, que ha de ser petita i feta amb carn de vedella, porc trinxat, ou, all, julivert, posant-hi pebre, sal i pa ratllat.

Es posa al foc i quan bull, es cola el suc, amb el qual es cou tota la verdura: la pastanaga, la ceba, la col, la patata i els fideus. Quan està a punt, s'hi tiren els cigrons, que han bullit a part, s'esmicolen els talls de carn, s'hi afegeixen les pilotes i se serveix tot barrejat en una cassola de fang. (1)

VI.L . Mongetes amb fetge de porc

Ingredients: Mongetes, fetge de porc, ceba, tomata, all i llorer.

Preparació: S'agafa el fetge de porc, la ceba, la tomata, l'all, el llorer i es fa un sofregit a la cassola. Quan ja està llest, s'hi afegeixen les mongetes i es deixa coure.

VI.M . Escudella

Ingredients: Cigrons, carn, col, patates, xirivia, botifarra negra, os de porc, pilotes i cansalada.

Preparació: Es couen els cigrons i, a mig coure, s'hi posa la carn. Llavors s'hi posa la col, la xirivia, les patates, la botifarra negra, l'os de porc, les pilotes i la cansalada i es deixa coure tot.

VI.N . Aringada amb suc

Ingredients: Aringada, ceba, tomata, una cabeça d'alls, oli, pa i aigua.

Preparació: Es cou l'aringada, la ceba, la cabeça d'alls i la tomata a les brases. Un cop cuit, es trau la pela de la ceba, de la cabeça d'alls i de la tomata i es posa al plat amb l'aringada. Es deixa anar un bon raig d'oli d'oliva per sobre i s'hi afegeix aigua bullint d'un tupí. El plat ja està llest i es menja acompanyat de trossos de pa.

VI.O . Coca d'aringada

Ingredients: Sal, llevat, aigua, farina i aringada.

Preparació: Es barreja la farina, l'aigua, la sal i el llevat i es pasta tot. Se li dóna forma de coca i es col·loca una aringada al damunt. Després s'introdueix al forn i es deixa coure.

VI.P . Rostes

Ingredients: Pa amb llet i oli.

Preparació: En una paella amb oli rullent, es posen les llesques de pa amb llet i es deixen rossar o torrar. Llavors es trauen i es tira sucre pel damunt.

VI.Q . Capsetes

Ingredients: Ametlles, sucre i clares d'ou.

Preparació: Es treuen les ametlles, s'escalden i es pelen. A continuació es fan a trossos i es deixen torrar. Es posen les clares d'ou a punt de neu, s'hi afegeix el sucre, es fa una bona barreja i ja es pot coure.

VI.R . Ametlles grapinyades

Ingredients: Ametlles, sucre i aigua.

Preparació: Es posa tot a la cassola i es va regirant fins que es veu que s'han grapinyat o agrumollat.

VI.S . Ametlles torrades

Ingredients: Ametlles.

Preparació: Es posen les ametlles en una paella i es van regirant fins que petin. Quan són daurades, es treuen del foc i s'envolten amb un drap de rus fins que no cremin.

VI.T . Crocant

Ingredients: Ametlles i sucre.

Preparació: Es posa el sucre i les ametlles a la paella i es deixa que el sucre es faci caramel. Llavors es trai i es posa damunt d'una taula humida.

VI.U . Coques de damunt de la caldera

Ingredients: Segí, aigua, sal, sucre, matafalua, saliandra, llimó i llevat.

Preparació: S'agafa sucre i el segí (que queda a la superfície de la caldera on es couen les parts del porc) i s'escalda amb aigua bullent. Llavors es pasta i s'hi afegeix la resta dels ingredients. Quan la pasta ja està feta, se'n fan coques i es deixen coure.

VI.V . Coques d'ou

Ingredients: Oli, moscatell, sucre, pell d'un llimó, llevat, aigua de matafalua i de salianbra, farina, ous, esperit de llimó i cremadina.

Preparació: S'agafa el sucre, el moscatell, la pell d'un llimó, el llevat, l'aigua de matafalua i salianbra, ous, esperit de llimó i cremadina i s'hi posa l'oli. Després s'hi va afegint la farina i es va regirant fins que la pasta està al punt. Es deixa que la pasta reposi una estona i ja es pot posar al forn.

VI.X . Orelletes

Ingredients: Aigua, oli, sucre, matafalua, ous, moscatell i farina.

Preparació: Es fa bullir l'aigua amb la matafalua. Es cola el bullit. A l'aigua bullida, s'hi afegeix l'oli, el moscatell, el sucre i la farina per fer la pasta com si fossin coques. Quan la pasta ja està feta, s'hi barregen els ous.

VI.Y . Bunyols de vent

Ingredients: Aigua, mantega, sucre, farina i ous.

Preparació: Es fa bullir l'aigua, s'hi tira la mantega i el sucre i, a poc a poc, s'hi va llençant la farina. Aleshores es trau del foc i s'hi barregen els ous. La pasta que en resulta es fregeix amb molt oli.

VI.Z . Cóc ràpid

Ingredients: Ous, farina, sucre, ametlles, xocolata en pols.

Preparació: Es baten les clares a punt de neu i s'hi barreja el sucre, les ametlles, els ous i el xocolata en pols. Un cop fet això, s'hi va afegint farina a poc a poc i, quan la pasta ja està feta, es deixa reposar una estona i es cou al forn.

VI.AA. Carquinyolis

Ingredients: Ametlles, sucre, farina, ous.

Preparació: S'escalden i es pelen les ametlles. Després es baten els ous, s'hi barreja la farina i el sucre i es pasta.

VI.AB. Rosquilles

Ingredients: Sucre, ous, gasoses, anís, aigua amb matafalua i salianbra, oli, essència de llimó i farina.

Preparació: Es baten els ous i s'hi afegeix el sucre, l'anís, la gasosa, l'aigua de matafalua i de salianbra, l'oli, l'essència de llimó. Després s'hi desfà la farina a poc a poc i quan la pasta està feta, s'aboca dins una forma. Es deixa que reposi durant una hora i es posa a la cassola amb molt oli. Quan ja estan cuites, es col.loquen sobre una plata i s'hi escampa sucre.

VI.AC. Pedacets

Ingredients: Clares d'ou, llet, cremadina, sucre de llustre, vainilla i farina.

Preparació: Es baten les clares d'ou a punt de neu i s'hi barreja la llet, la cremadina, el sucre de llustre, i la vainilla. Llavors s'hi va afegint la farina a poc a poc i quan la pasta està feta, es deixa reposar una estona. Després es posa al forn i es cou.

VII. Jocs de canalla

Podem aplicar la paraula i el significat de «joc» a moltes coses: el joc és entreteniment, diversió, una manifestació d'afecte, un conjunt de peces o objectes necessaris per jugar, un exercici d'habilitat, un esport, una manera de descobrir el propi cos i el món que ens envolta. Amb el joc, som feliços i aprenem moltíssim: a estimar, a valorar-nos, a relacionar-nos amb els altres, a descobrir i experimentar, a ordenar el pensament, a eixemplar l'experiència. Els pedagogs expliquen (DiccAbrEd) que de 0 a 2 anys, el joc (sensomotriu) facilita la repetició i l'aprenentatge de moviments; de 2 a 6 anys, (joc simbòlic), constitueix una de les bases primordials d'aprenentatge i contribueix a l'inici de la sociabilització; a partir dels 6 anys, els jocs (reglats) produeixen una combinació de l'espontaneïtat amb una certa normativització. El xiquet i la xiqueta, gràcies al joc, doncs, gategen, corren, s'amaguen, salten, giren, tiren, piquen, manipulen objectes, observen, se situen en l'espai i en el temps, toquen, imaginem, segueixen unes normes, descobreixen la justícia, etc. Tots els jocs tenen elements màgics i rituals i, a la vegada, «cada joc és un microcosmos que es regeix per una concepció de la vida; l'afany de competició, l'assoliment del triomf, els tabús i els talismans, en solen ser els trets més contants» (Fàbregas 1982a:113). Finalment, volem aportar els mots del pintor Antoni Tàpies, escrites al núm.82 de la revista *Cavall Fort*, perquè són bonics i encertats: «jugar no vol dir fer les coses «perquè sí». Jugant...jugant, de petits, aprenem a fer-nos grans. Jugant...jugant, fem créixer el nostre esperit, ampliem el camp de la nostra visió, del nostre coneixement. Jugant...jugant, diem coses i n'escoltem, despertem aquell qui s'ha adormit, ajudem a veure aquell que no en sap o aquell a qui han tapat la vista» (cit.Serrat 1977:5).

Aquí apleguem tan sols uns quants jocs, cosa que no vol dir, és clar, que la canalla de Maials no hagi jugat o jugui a molts d'altres. Per dir-ne només uns pocs que tothom coneixerà, citem el joc d'**arrencar cebes**, **estirar la corda** i **trencar l'olla** (típics, aquests dos darrers, de les festes majors), l'**eixarranca** o **xarranca**, la **gallineta cega**, el **pare carabasser**, la **pluca**, que en altres llocs es coneix amb el nom de «la cluca» o de «cuit a amagar», l'**oca**, o els **parells i escarsers**, el qual no és pròpiament un joc, però és necessari per iniciar-ne molts d'altres d'equip.

Dels que hem recollit, el **pot** és una variant de «cuit a amagar». El de la **pareteta** ens recorda els cromos que solien sortir a les xocolatines. Pel que fa als dels **callossos**, hem de dir que hi ha una gran varietat de jocs que utilitzen aquest element, com per exemple el de l'«osset» (referència clara a la marraquinca) i que consisteix a llançar l'osset a l'aire i es guanya o es perd segons la posició en què quedi en caure al terra. Tal com es jugava a Maials, sembla que equival al que en altres llocs anomenen el joc de «les dues o tres pedretes», al qual, amb una variant més complexa, ja hi jugaven els romans, tal i com demostren uns ludogrames gravats sobre les pedres de la Barcelona romana excavada al subsòl del Barri Gòtic actual (Fàbregas 1982a:112). El de la **joca** presenta també variants: en altres llocs, en comptes d'una pedra plana, era un bastonet curt o una fusta, al costat dels quals els jugadors posaven diners. Aquests van tirant-hi amb un palet des de certa distància i guanya aquell que fa anar el seu palet més