

# VEGETALES Y HONGOS SILVESTRES COMESTIBLES EN LA CARA NORTE DE LA SIERRA DE ÁVILA (ÁVILA).

Díaz-Fernández, P.M. & del Monte Maíz. M.

Facultad de Ciencias y Artes, UCAV, C/ Canteros s/n, 05005 Ávila.

## INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS.

Se presentan los primeros resultados del estudio etnobotánico sobre plantas y hongos silvestres usados en alimentación humana en la cultura popular de la Sierra de Ávila. El saber popular se encuentra en un estado de regresión por los cambios sociales acaecidos en el medio rural. Es necesario el estudio de este conocimiento antes de su pérdida y es asimismo necesario analizar que conocimiento se encuentra más amenazado. Los resultados de esta investigación pretenden aportar información útil en lingüística, etnografía, arqueología e historia. También el catálogo de plantas y las técnicas de su recolección y preparación pueden aportar nuevas ideas para la agricultura, el procesado de alimentos y la gastronomía.



FIGURA 1. Juan Aller, "el Zurda" de San Juan del Olmo (antes Grajos). Experto conocedor de la flora comestible y elaborador artesano de licores.

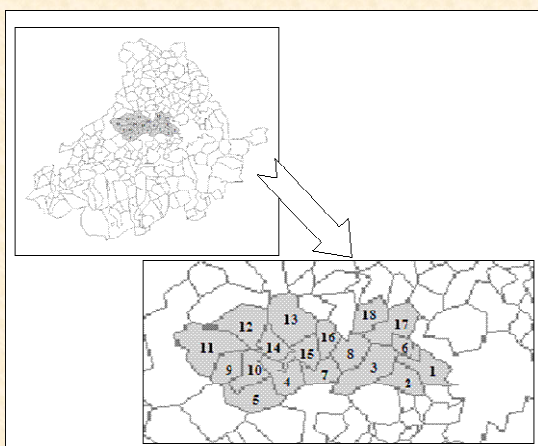


FIGURA 2. Municipios de la cara norte de la Sierra de Ávila incluidos en el estudio: 1 Martiherrero, 2 Casasola, 3 Sanchorreja, 4 Valdecasa, 5 San Juan del Olmo, 6 Marlin, 7 Narrillos del Rebollar, 8 Gallegos de Altamirós, 9 Hurtumpascual, 10 Manjabálogo, 11 Gallegos de Sobrinos, 12 Mirueña de los Infanzones, 13 Solana de Río Almar, 14 Muñico, 15 Cillán, 16 Chamartín, 17 Bularros, 18 Villaflores

## METODOLOGÍA.

Se ha elaborado el conocimiento sobre plantas y hongos recolectados para el consumo humano mediante encuestas a población originaria de la cara norte de la sierra de Ávila (Figuras 1 y 2). Solo se han registrado plantas recolectadas por el informante en la zona de estudio.

## RESULTADOS.

Se ha registrado la recolección y consumo de 24 especies, 22 corresponden a plantas vasculares y 2 a hongos. La información procede de las encuestas realizadas a población procedente de 9 pueblos de la sierra de Ávila: Cabezas del Villar, Casasola, Chamartín, Cillán, Duruelo, Gamonal, San Juan del Olmo, Gallegos de Sobrinos y Mirueña.



FIGURA 3. Los potajes de cuaresma con cardillos han sido muy populares en la gastronomía rural. El cardillo (*Scolymus hispanicus*) aún se recolecta en la Sierra de Ávila y se consume tradicionalmente en tortilla, revuelto, cocidos y potajes.

Nombre científico	Nombre vernáculo	Localidad
<i>Asparagus acutifolius</i>	Espárrago, Espárrago triguero	5 y 6
<i>Crataegus monogyna</i>	Majuelas (los frutos)	4, 6 y 7
<i>Foeniculum vulgare</i>	Anís de campo, Anisete	6 y 8
<i>Matricaria aurea</i>	Manzanilla, Camomila	4, 5, 6 y 8
<i>Mentha pulegium</i>	Poleo	2, 6 y 7
<i>Mentha suaveolens</i>	Menta de burro	6
<i>Montia fontana</i>	Boruja, maruja, marusa	todos
<i>Ornithogalum divergens</i>	Pan y queso	3 y 8
<i>Pinus pinea</i>	Piñones (las semillas)	3 y 5
<i>Prunus cerasus</i>	Guindas (los frutos)	6
<i>Prunus spinosa</i>	Andrina, endrina (los frutos)	4, 5, 6, 7 y 8
<i>Quercus ilex</i>	bellotas	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8
<i>Rorippa nasturtium-aquaticum</i>	berro	6, 7 y 8
<i>Rosa ssp</i>	Escaramujo (al fruto)	2, 4 y 7
	Pitones de espino	6
<i>Rosmarinus officinalis</i>	Romero	2
<i>Rubus ulmifolius</i>	Mora, zarzamora (al fruto)	todos
	Talos tiernos	7
<i>Rumex acetosa</i>	Acicera	4
<i>Scolymus hispanicus</i>	cardillo	4, 7 y 8
<i>Thymus mastichina</i>	Tomillo salsero, tomillo de bolas	6
<i>Thymus vulgaris</i>	Tomillo, tomillo salsero	1, 2, 3, 4 y 7
<i>Trifolium pratense</i>	flores	4
<i>Stipa gigantea</i>	Berceas	5
<b>HONGOS</b>		
<i>Pleurotus eryngii</i>	Seta de cardo	4, 5, 6, 7 y 9
<i>Terfezia arenaria</i>	Criadilla	8

TABLA 1. Plantas vasculares recolectadas para consumo humano. Nombres vernáculos y localidades. 1 Cabezas del Villar, 2 Casasola, 3 Chamartín, 4 Cillán, 5 Duruelo, 6 Gamonal, 7 San Juan del Olmo, 8 Gallegos de Sobrinos y 9 Mirueña.