



Núm. 185

Març 2006

SOCIETAT CATALANA DE BIOLOGIA  
FILIAL DE L'INSTITUT D'ESTUDIS CATALANS

Carrer del Carme, 47  
08001 Barcelona

## QUÈ CAL SABER?

### LES VERDURES SILVESTRES

Ara que arriba la primavera fa goig d'anar al camp a recollir una mica de **verd** per a les **amanides**. La major part de vegetals silvestres són massa amargs, però hi ha algunes **verdures** que sí que es poden consumir, sobretot si les recol·lectem abans de la floració. Amb un gust lleugerament amargant, poden posar un punt d'alegria a les nostres amanides, sovint dominades pels enciams insípidos de conreu industrialitzat, i també a les sopes. A continuació donem una llista amb algunes d'aquestes verdures, amb el nom científic i els noms vulgars en català, anglès, castellà i francès.

Web de QUÈ CAL SABER?  
<http://www.iecat.net/scb/saber.htm>

Nom científic	Català	Anglès	Castellà	Francès
<i>Nasturtium officinale</i>	<b>creixen</b>	watercress	berro	cresson
<i>Urtica</i> sp.	<b>ortiga</b>	nettle	ortiga	ortie
<i>Rumex acetosa</i>	<b>agrella</b>	sorrel	acedera	oseille
<i>Portulaca oleracea</i>	<b>verdolaga</b>	purslane	verdolaga	pourpier
<i>Taraxacum</i> sp.	<b>dent de lleó</b>	dandelion	diente de león	pissenlit
<i>Foeniculum vulgare</i>	<b>fonoll</b>	fennel	hinojo	fenouil
<i>Achillea millefolium</i>	<b>milfulles</b>	yarrow	milenrama	mille-feuille
<i>Plantago</i> sp.	<b>plantatge</b>	plantain	llantén	plantain
<i>Sonchus</i> sp.	<b>lletsó</b>	sow-thistle	cerraja	laiteron des champs
<i>Trifolium</i> sp.	<b>trèvol</b>	clover	trébol	trèfle
<i>Valerianella locusta</i>	<b>canonge</b>	corn salad	canónigo	mâche