

## RUTA DE LES PLANTES COMESTIBLES La Sala de Comalats

La nostra desconexió de la natura és tal que hem oblidat el nom de les plantes que trepitgem cada dia, les que creixen als voltants dels pobles, a les vores de camins, dins els camps de conreu i fins i tot entre les esquerdes de les grans ciutats. Existeix una autèntica dèria pels bolets i els espàrrecs, però desconeixem que al nostre voltant creixen més d'un centenar d'espècies de plantes comestibles: herbes per amanida i per coure, plantes aromàtiques i per fer infusions, espàrrecs i brots tendres, fruits de tardor, arrels i flors comestibles, delícies silvestres que els nostres avantpassats coneixien molt bé i que, ara, algun restaurant d'avantguarda inclou a la seva carta.

El nostre paisatge vegetal és molt més que un simple decorat i els padrins i padrines ho saben molt bé. Que la Ruta de les Comestibles serveixi per recuperar aquesta memòria i canviar la mirada que tenim sobre el nostre entorn més proper.

### Algunes de les plantes que trobarem i els seus usos

**Alzina** *Quercus ilex*



**Arç blanc** *Crataegus monogyna*



**Colitxos** *Silene vulgaris*



**Dent de lleó** *Taraxacum officinale*



**Figuera** *Ficus carica*



**Gavernera** *Rosa canina*



**Jonça** *Aphyllantes monspeliensis*



**Llicsons** *Sonchus tenerrimus, S.oleraceus, S.asper*



**Pimpinella** *Sanguisorba minor*



**Rosella** *Papaver rhoeas*



**Saüc** *Sambucus nigra*



**Servera** *Sorbus domestica*



Paisatges Cooperatius és un projecte impulsat per diverses cooperatives de les Garrigues baixes i la Vall del Corb per posar en valor la vegetació silvestre del nostre entorn i fomentar-ne un aprofitament sostenible. Canviem la mirada sobre el paisatge i cooperem amb ell per fer viure els nostres pobles!

### Llegenda d'usos



Alimentació



Medicina



Veterinària i alimentació animal



Artesania, oficis i indústria



Tèxtil i tints



Begudes



Jocs i joguines



Simbologia i valor cultural



Altres usos

Impulsen:



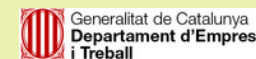
Corre Marge Pontalana



TRES CADIRES  
Cooperativa



Promouen i financen:



## RECORREGUT



**La natura és generosa si la cuidem.**

Quan recol·lectem, forçosament estem pertorbant el medi i, per tant, hem de procurar minimitzar el nostre impacte vetllant per la reproducció dels recursos naturals que ens envolten.

Per això, només collim si sabem identificar bé la planta, no n'agafem més del que necessitem i no ens n'enduem si veiem que n'hi ha pocs exemplars.

## RUTA DE LES PLANTES COMESTIBLES La Sala de Comalats

Aquesta és una ruta circular de gairebé 5 km que comença i acaba al poble de la Sala de Comalats. Els Comalats és una zona d'altiplans travessats per comes successives, entre 700 i 800m d'altitud. Aquesta és una terra de frontera, que en temps de la conquesta cristiana es va fortificar amb petits nuclis emmurallats i coronats per torres de guaita. Darrerament s'hi han implantat un bon paquet d'aerogeneradors, gegants quixotescs que ens fan sentir com a formiguetes.

El recorregut que proposem enllaça diversos antics camins, que ens demostren que els nostres avantpassats caminaven molt més que no pas nosaltres: camí vell al Fonoll, camí Ral i camí vell a Forès. Així ens endinsarem en aquest paisatge de transició entre el clima mediterrani i el continental, amb una gran diversitat d'ambients segons el relleu i l'orientació.

Al llarg de la ruta, anirem fent parades per descobrir les plantes i els seus secrets: plantes comestibles, medicinals, per l'artesania, per jugar, plantes màgiques, plantes odiades...

Un viatge d'interpretació per la vegetació del nostre entorn, insistint especialment en les plantes comestibles.

Distància 4,72 km

Durada aproximada 2 h caminant sense presses i observant bé les plantes

Dificultat Fàcil

Desnivell acumulat 74 m