

José Antonio López Sáez & Mariano Martín Sánchez

Notas etnobotánicas del Valle del Tiétar, Ávila (I)



Introducción

Los bosques preceden a los pueblos, los desiertos les siguen.

Donde quiera que han desaparecido los árboles, ha sido castigado el hombre por su improvisación.

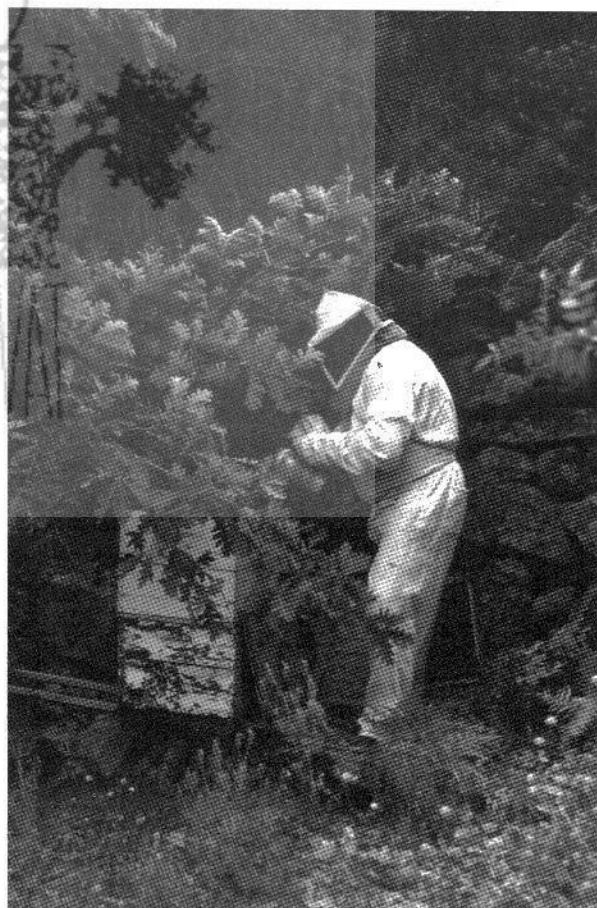
(Chateaubriand)

Es ya sabido que los animales, cuando están enfermos, van de manera instintiva en busca de plantas que combatan su enfermedad. Tal consideración fue muy tenida en cuenta por el hombre prehistórico y, hoy en día, el uso de las plantas, sobre todo de las medicinales, está altamente desarrollado. Surge entonces una ciencia, la Etnobotánica, que se encarga de aunar los conocimientos que se poseen de una determinada zona geográfica acerca del uso que se da en ella a las plantas.

Desafortunadamente, aún a pesar de que el Valle del Tiétar posee una riqueza enorme en el uso tradicional de su flora, no conocemos ningún estudio etnobotánico profundo de ella. Pocos son los trabajos que se han centrado con exclusividad en el uso de las plantas por el hombre en la comarca: De la Fuente (1987) lista 51 plantas medicinales incluyendo sus propiedades terapéuticas generales, mientras que López Sáez (1989) ofrece una relación de otras 59 además de su ecología. Así mismo, López Sáez (1991, 1992, 1993, 1995a, 1995b, 1995c) y López Sáez & López García (1994) refieren los valores naturales de las gargantas meridionales de Gredos, profundizando tanto en la super-

vivencia de taxones relictos como en la introducción de especies exóticas. Alguna otra indicación sobre el uso protohistórico de ciertas especies en el yacimiento de El Raso de Candeleda es comentado en su

Colmenares de Lanzahita situados en el piso del melojar supramediterráneo



análisis palinológico (López Sáez *et al.*, 1991). Una comunicación presentada en un congreso (Esenarro *et al.*, 1995) recoge también ciertas notas etnobotánicas de la flora comarcal.

En resumen, el objetivo de nuestro trabajo es dar a conocer la riqueza etnobotánica del Valle del Tiétar. Y para ello, esta primera entrega de notas no es sino una parte de un trabajo global que llevamos desempeñando desde 1990, y que irá completándose en un futuro próximo.

Metodología

Se conoce con el nombre de Valle del Tiétar la comarca de 1160 km², comprendidos entre los Toros y Cerros de Guisando al este, el curso del propio río Tiétar al sur, fronterizo con la provincia de Toledo, los vértices de la Sierra de Gredos al norte, y la Garganta de Alardos hacia el oeste, donde se establece la frontera con Cáceres. En total, casi 100 km de longitud y unos 15 de anchura, incluidos todos ellos al sur de la provincia de Avila. Una región tan amplia requiere de un estudio etnobotánico igualmente profundo, en el sentido no sólo de recoger todos los datos disponibles, sino también de discernir posibles diferencias intralocales en el uso de los vegetales.

Hemos preparado un primer catálogo etnobotánico en el que figurarán: en primer lugar el nombre científico de la planta, entre paréntesis sus denominaciones vernáculas en el Valle del Tiétar (obviando otras conocidas en territorio español, exceptuando cuando se reseña), así como una breve descripción de su ecología (en los casos en que creemos es necesario) y de sus usos etnobotánicos en la comarca de estudio. Acerca de las plantas y sus usos hemos preferido obviar, de manera general, otra información que no correspondiera a la comarca, para evitar así malas interpretaciones sobre usos o plantas que no se dan en el Valle del Tiétar; aunque hemos creído necesario aportar cierta información auxiliar en algunos casos, con comentarios adicionales concretos, pero que en todo

momento se hará mención a su no ocurrencia en nuestra zona de estudio.

Siempre y cuando no se especifique la localidad de referencia de la cita etnobotánica considerada, se sobreentiende que el nombre vernáculo o popular de una planta, así como sus usos, son conocidos de forma general en toda la comarca o al menos en las localidades cercanas a donde la planta por su ecología pueda crecer. En caso contrario, se menciona la localidad de referencia.

Catálogo etnobotánico

1. *Acacia dealbata* (Acacia, mimosa):

Especie de origen australiano que se ha aclimatado perfectamente al clima templado y húmedo de la comarca. Originalmente cultivada como ornamental, ha llegado a asilvestrarse con facilidad. Es muy frecuente en el Barranco de las Cinco Villas y en los pueblos fronterizos con la provincia de Cáceres, tales como Poyales del Hoyo, aunque no desdeña su presencia en el resto de la comarca (p.e. La Adrada). Por el olor dulzón y agradable de sus racimos florales, suele cortarse como flor fresca ornamental. Su uso más común es el ya reseñado de árbol ornamental en jardines y paseos, ya que se trata de una especie de profusa y densa floración, con glomérulos florales de color amarillo limón muy densos y hojas compuestas paripinnadas de foliolos muy pequeños. Ocasionalmente se utiliza como planta ornamental de flor seca.

2. *Juglans regia* (Nogal):

Arbol cultivado por su singular fruto, la *nuez*. Tiene un origen confuso en la Península Ibérica. Numerosos historiadores y filólogos creen que la llegada del nogal a España se produjo en tiempos de los romanos, sobre todo en su primera fase de invasión. No obstante, los estudios paleopalínológicos han venido a demostrar su presencia en territorio ibérico mucho antes de la llegada de los romanos, lo que confirma su carácter autóctono y espontá-

neo. En la actualidad, muchos de los nogales han sido repoblados, siendo en estos casos cuando resulta particularmente más difícil definir su origen natural. Se trata de una especie de clima templado, que exige suelos frescos y fértiles, preferentemente calcáreos, aunque no le importa vivir en suelos ácidos como ocurre en el Tiétar. Resiste bien las heladas tardías y se comporta en general como un árbol heliófilo, de ahí que sus repoblaciones no sean muy densas. Crece espontáneo en ciertos puntos de la región vasco-cantábrica y la astur-leonesa, así como en ciertas gargantas sombrías del sur de Avila. De sus hojas se extraen taninos, aceites etéreos, curtientes y juglón o nucina. Su fruto, que en realidad es una drupa de 4-5 cm de longitud - verde amarillenta y carnosa al principio y parda y coriácea (*concho*) al final, con endocarpo óseo (cáscara) - recibe el nombre de *nuez*, siendo un apreciado comestible. La madera, de albumen blanquecino y duramen pardo, es fácil de trabajar y pulir, aunque reviste el inconveniente de acarcomarse con suma facilidad. Es apreciada para trabajos finos de ebanistería y en la fabricación de muebles rústicos. En el Valle del Tiétar el nogal ha sido cultivado aunque también cabe la posibilidad de su presencia natural y espontánea (López Sáez *et al.*, 1997). Los usos etnobotánicos conocidos en la comarca se refieren tanto al consumo de sus frutos como al de su madera en la construcción de casas, aunque éste último está prácticamente desaparecido.

3. *Aesculus hippocastanum* (Castaño, castaño de Indias):

Arbol ornamental poco frecuente en el valle. Sus frutos son conocidos como "castañas pilongas" en comparación con los frutos comestibles del verdadero castaño (*Castanea sativa*), de los que se diferencian por ser realmente amargas. Destacan algunos ejemplares majestuosos de Arenas de San Pedro y Lanzahita.

4. *Ailanthus altissima* (Ailanto, árbol del cielo):

Especie a veces cultivada como ornamental y generalmente asilvestrada en cunetas de caminos y carreteras locales. Es un árbol de fácil crecimiento, que en ocasiones puede poner en peligro a la vegetación autóctona, por una mera cuestión de competencia ecológica. Sus denominaciones vernáculas son extrapoladas del resto del territorio español.

5. *Asparagus acutifolius* (Espárrago triguero, triguero):

Fácil de conocer por sus tallos y hojas sumamente punzantes, el espárrago triguero es frecuente en estado natural en el subvuelo de encinares y pinares aclarados. En toda la comarca se recolecta y consume generalmente en forma de tortillas o solo en revueltos, gracias a su sabor más dulce y menos amargo que el de los tarayos.

6. *Asparagus officinalis* (Espárrago):

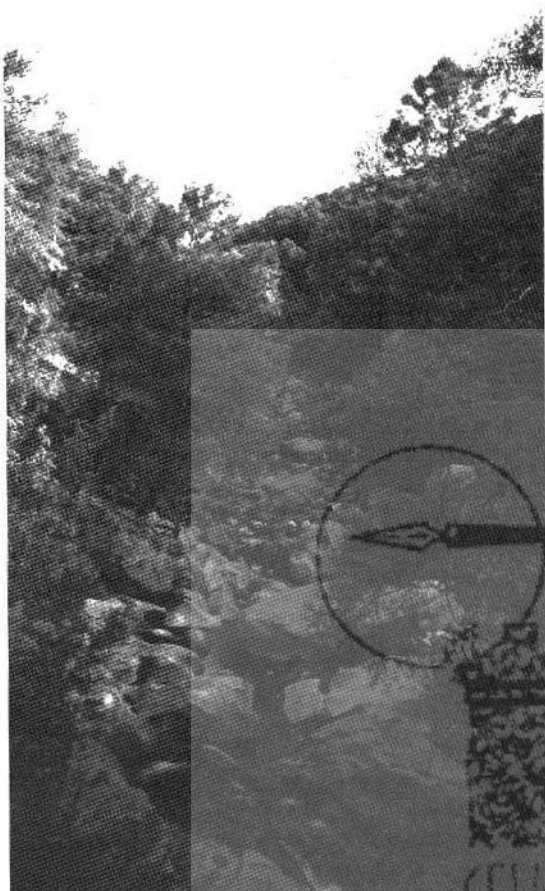
Cultivado abundantemente en las tierras cercanas al río Tiétar, por Lanzahita y Hontanares, hoy está en franco declive aunque se sigue cultivando y comercializando en menor medida que antes. En su tiempo, fue el cultivo que sustituyó a las plantaciones de tabaco, algodón y pimentón, floreciendo una próspera industria del espárrago que inclusive exportaba a otros territorios españoles, principalmente a La Rioja.

7. *Avena sativa* (Avena loca, avena):

Junto a otras muchas flores secas, generalmente gramíneas o compuestas aromáticas, es usada y frecuentemente para la confección de decorativos ramos florales caseros, siempre en estado seco. De uso generalizado aunque ocasional. La subsp. *sativa* es la avena cultivada como cereal.

8. *Bryonia cretica subsp. dioica* (Tarayo de nuez, espárrago de nuez, espárrago del burro):

Conocemos el uso generalizado en todo el valle (predominantemente en la comarca Arenas de S. Pedro-Piedralaves) de sus tallos delgados y enredadizos (partes tiernas) previa eliminación de la raíz y hojas



Las gargantas meridionales del sur de Gredos albergan una rica flora relictica de importante valor etnobotánico.

que son tóxicas - De la Fuente (1987) refiere que es un purgante violento -, como alimento tras su cocción generalmente en tortillas o revueltos. Su sabor es ligeramente menos amargo que el del tarayo (*Tamus communis*). Aún hoy se recolecta y consume en abundancia, por ser planta común en cunetas y bordes de carreteras, sobre todo en zonas ligeramente húmedas.

9. *Capsicum annuum* (Pimiento):

El particular clima del Valle del Tiétar es sumamente favorable al cultivo del pimiento, que de hecho se cultiva aún más extensamente en la comarca cacereña de La Vera, más cálida y oceánica. En general,

el uso del pimiento en la zona es doble: de un lado, su propia utilidad para su consumo directo (pimiento) y de otro, quizás la más notable en el valle, en la elaboración del pimentón, cuya introducción en la comarca se supone hacia el siglo XVI, posiblemente a partir de la comarca vecina de La Vera mediante los monjes del Monasterio de Yuste. Para la fabricación de este último, dos son las subespecies de *C. annuum* que se cultivan en el sur de Gredos: *C. annuum* subsp. *cerasiforme* y *C. annuum* subsp. *longum*. Ambas subespecies dan lugar a tres tipos de pimentón: dulce, agridulce y picante, en consonancia con la propia naturaleza genética del fruto de procedencia (pimiento). En general, la fabricación del pimentón pasa por el cultivo en semilleros del pimiento hacia el mes de marzo, permaneciendo en ellos hasta mayo, y posteriormente siendo replantados ya en su terreno final de asiento. Desde entonces y hasta primeros de octubre el pimiento permanece en el campo, tras lo cual es recolectado a mano llevándose a cabo una selección pormenorizada de los frutos destinados a la obtención de pimentón, principalmente a partir de aquellos que han alcanzado un estado óptimo de maduración. Los pimientos seleccionados son sometidos a un proceso de secado más o menos artesanal, que en la zona sur de Gredos suele ser algo diferente al resto de zonas productoras de pimentón españolas. Para ello, en un horno de leña de roble o encina se somete a los pimientos al proceso consiguiente de deshidratación y secado. Este proceso, lento en sí, dura unos diez a quince días, entre los cuales los frutos en periodo de desecación progresiva son sucesivamente volteados por manos expertas hasta lograr el punto idóneo de secado. Gracias a este proceso tradicional, el pimentón obtenido adquiere sus tres características más fundamentales: el color, el aroma y su sabor. Una vez secos los pimientos, estos son transportados hacia las industrias transformadoras donde se les quita el pedúnculo o rabillo del fruto y las semillas restantes, y se procede a su molienda en molinos de piedra (molturación). El control de la temperatu-

ra del proceso es fundamental para lograr el característico polvo rojo fino y uniforme del pimentón. Los molinos artesanales fueron muy abundantes en tierras de Lanzahita y Candeleda hace 20-30 años, pero hoy su presencia es testimonial.

10. *Castanea sativa* (Castaño):

En el año de 1492, Cristóbal Colón descubre América y comienza la "historia trágica" de un fruto, «la castaña», y un árbol, «el castaño», hasta ese momento santo y seña de la economía de los pueblos ibéricos, ya que formaban parte de la base alimenticia de la población peninsular. La patata, ese "humilde extranjero" proveniente de América, tras inciertos años de conquista y descubrimientos, supuso el primer traspás en el devenir de los castañares españoles. Si bien el castaño no es un árbol muy abundante en la Península Ibérica en estado natural, si es bien cierto que su carácter autóctono ha quedado sobradamente demostrado. Durante mucho tiempo se especuló, al igual que con el nogal, que habían sido los romanos los primeros en traer el castaño a la Península Ibérica. Dicha suposición se mantuvo durante años, hasta que los estudios sobre polen fósil pusieron claramente de manifiesto que el castaño vivía en España mucho antes de la venida del Imperio Romano. En el Valle del Tiétar, dos estudios palinológicos en Candeleda y Casillas atestiguan el carácter autóctono del castaño (López Sáez *et al.*, 1991, 1996). Si es verdad, en cambio, que el tan famoso imperio repobló multitud de hectáreas llevando el castaño a casi la totalidad del territorio ibérico, donde hoy permanece bajo un confuso origen y procedencia, sin saberse claramente si es una especie autóctona o repoblada. En cualquier caso, el castaño y sus bosques, los castañares, son parte importante del paisaje vegetal ibérico, ocupando generalmente el lugar que correspondería al robledal. En Castilla y León es frecuente en el entorno de ríos y gargantas, donde el clima es lo suficientemente benigno (templado-húmedo) para permitir su supervivencia. Abunda en el sur de Gredos (Avila), Peña

de Francia (Salamanca), oeste de León y Zamora, en la frontera con Portugal. En Béjar (Salamanca) se hizo famoso un castaño, ya que en él vivía un tornero que incluso fabricaba vasos a partir de su propia madera. También era notable el castaño de La Alberca (Salamanca), que haciendo honor a la facilidad de éste árbol para vivir cientos de años, presentaba un porte majestuoso de casi 7 m de perímetro, hasta que desafortunadamente fue podado. Un hermano suyo de semejantes dimensiones, en Felechares (León), ha corrido la misma suerte. Se trata de un árbol ampliamente representado en la vertiente meridional de la Sierra de Gredos, no superando en general los 1200 m de altitud, a los cuales es sustituido por el roble melojo. Hasta hace aproximadamente 20 años los castañares eran mucho más abundantes de lo que lo son ahora, pero una plaga terrible, la "tinta", acabó con la mayoría de los ejemplares centenarios (como en Piedralaves), que aparecen con las ramas secas desprovistas de hojas y su sistema radicular inutilizado. Sus frutos, las castañas, se han usado tradicionalmente en alimentación humana, ya sean crudas o asadas en la leña. Su cultivo y consumo ha disminuido en los últimos años. No obstante, en el Casillas y en el Barranco de las Cinco Villas (Cuevas del Valle) se conservan aún excelentes castañares, donde la cosecha anual de castaña supera de largo la tonelada, siendo por ello abundantemente comercializada. Ocasionalmente, en el Valle del Tiétar, entre los años 1920-1940 se utilizó su madera en la construcción (vigas), junto a otros materiales como el melojo (*Quercus pyrenaica*) y el pino resinero (*Pinus pinaster*); así como para cestos y recipientes con su madera en tiras finas, tal y como hoy se sigue haciendo en la vecina Peña de Francia (Salamanca). Durante las excavaciones arqueológicas llevadas a cabo en el yacimiento de El Raso de Candeleda se descubrió madera carbonizada de castaño, lo que venía a reflejar que los primeros pobladores de la zona, el pueblo celta de los vetones, ya usaban el castaño antes de la llegada de los romanos

(López Sáez *et al.*, 1991, 1996), posiblemente en la construcción de viviendas (vigas) o para herramientas. Las legiones romanas adoraron al castaño, pues de él obtenían la "pollenta" o gachas de harina de castaño.

11. *Cicer arietinum* (Garbanzo):

Legumbre de secano que es cultivada escasamente en el valle con fines alimenticios. A nivel medicinal, debe destacarse el uso tradicional de las vainas secas de los frutos (al igual que se hace con la judías), cuya cocción bebida es usada para combatir el reuma.

12. *Cicuta virosa* (Cicuta):

Hasta hace bien poco, cuando el control forestal era menor o se permitían diversas acciones hoy prohibidas, la cicuta se empleaba frecuentemente para la captura por envenenamiento de los peces. Se machacaban sus hojas, que eran posteriormente introducidas en una bolsa permeable que permitía el paso del principio activo o veneno al agua, donde previamente se había realizado una pequeña obra de estancamiento en una charca para evitar la huida de los peces. Al poco tiempo de actuar el veneno, los peces nadaban aletargados o flotaban ensimismados en la superficie del agua, siendo fácil su captura.

13. *Citrullus lanatus* (Sandía):

Famosas son las sandías de Lanzahita, ¡en toda España!, símbolo de calidad y reconocido prestigio del Valle del Tiétar en todo el país. Su excelente sabor y el tamaño "exagerado", a veces, que alcanzan algunos ejemplares es digno de reseña, pues no en vano, no han sido raras las sandías por encima de los 30 kg. Por ello, valga como buen ejemplo una poesía popular que refleja la importancia de este fruto en la cultura de esta villa:

*En el pueblo de Lanzahita, enfrente del
puente romano
está la ermita chiquita de nuestra Virgen
del Prado.*

*La Patrona de mi pueblo, que mira con
alegría
a los campos de la fama, de las "mejores"
sandías.*

En la actualidad, este fruto se cultiva asiduamente en todo el valle. Sin embargo, la sandía tradicional, aquella de color verde oscuro y carne rosada de fuerte tono, ha dado paso a otra rallada, de más alta producción y más rápido crecimiento, que deja mucho que desear en cuanto a sabor y presencia. En una nota futura trataremos de ella.

14. *Cucurbita pepo* (Calabaza):

Con el fruto de esta especie, lo que conocemos por *calabaza*, se lleva a cabo un cocimiento hasta convertirla en arrope, el cual junto a higos pasos y miel fue uno de los postres más apreciados en su tiempo, hoy en franco declive. La calabaza también se utiliza asiduamente como condimento (p.e. matanzas).

15. *Digitalis purpurea* (Flor de la castañuela, flor de la monda):

Especie que vive generalmente en pinares y encinares, entre las grietas de las rocas donde se resguarda cierta humedad. Por ello, no es raro verla entre matorrales abiertos de tipo jaral, tomillar o cantuesal.

La conocida en otras zonas del país como *dedalera*, es una planta de flores extremadamente bellas, de tonos rosados, en forma de campanilla y con una garganta interior tachada de curiosas manchas blancas.

Es precisamente la forma de esta flor, que al parecer asemeja mucho al sexo femenino de los humanos, lo que ha dado lugar a sus curiosos nombres vernáculos. En principio, allá por los años 40 a 50 era una planta común como ornamental en los floreros de cualquier mesa, cortada como flor fresca. Pero precisamente, esa "injusta" coincidencia con el sexo de la mujer, y el pudor consabido de la época hicieron el resto. Sin embargo, tales hechos constituyeron por sí solos un acierto, pues no en vano, esta planta es bastante venenosa (por su contenido en al-



Hiedra (*Hedera helix*).

caloides como la digitalina), lo cual impidió el dejarla vivamente al alcance de las manos de cualquier niño.

16. *Dipsacum fullonum* (Cardo):

Se usa muy ocasionalmente como planta ornamental, siempre junto a otras flores secas, principalmente gramíneas. Su uso es generalizado en la totalidad de los pueblos del valle aunque más abundante en los de fondo de valle, caso de Lanzahíta, Ramacastañas, Piedralaves, Sotillo de la Adrada y Hontanares, donde esta especie de ámbitos nitrófilos es abundante junto a caminos, cunetas o linderos rurales, sobre suelos frescos.

17. *Eucalyptus camaldulensis* (Eucalipto):

Cultivada como ornamental principalmente en el Barranco de las Cinco Villas y en la C-501 a la altura de La Higuera. Sus ho-

jas y frutos cocidos eran utilizados en vahos para curar catarros. El cocimiento o infusión también se bebía en ocasiones para combatir la infección de vientre.

18. *Ficus carica* (Higuera):

La higuera es un pequeño árbol que abunda en el valle de forma natural, sobre todo en las umbrías rocosas y en los cantiles de las numerosas gargantas que afluyen al Tiétar, aunque se ha cultivado con promiscuidad y muchos de sus pies de árbol tienen un carácter subespontáneo. Usada en la actualidad con fines ornamentales en algunos pueblos del valle, son sus frutos, los higos, los que reciben la mayor atención. Estos se consumen en fresco (higos y brevas) o bien secos. El cocimiento de higos secos junto a la planta del romero y del tomillo salsero se ha utilizado para curar resfriados, dolor de tripas y malestar general en ciertas y contadas ocasiones. La leche o látex blanquecino que mana al cortar sus frutos, cuan verdes, ha sido utilizada en toda la comarca para eliminar verrugas y otras afecciones cutáneas mediante aplicación directa, nunca sobre los ojos por su punzante escozor.

19. *Foeniculum vulgare subsp. piperitum* (Hinojo, linojo):

Abundante en bordes de camino y escombreras. Se sigue usando hoy en el aliño de aceitunas, así como un apreciado condimento alimentario. Sus hojas y tallos cocidos, y especialmente sus frutos, dan lugar a una infusión de sabor anisado que combate apreciablemente el dolor de tripa.

20. *Hedera helix* (Hiedra, yedra):

Es una de las plantas más utilizadas en la actualidad como ornamento en el recubrimiento de las fachadas de pisos y chalets. Siendo una planta cuyo hábitat natural son las gargantas, sobre todo en aquellas pedregosas y de fuerte pendiente, siempre a la sombra o parcialmente asoleadas, es en cambio una planta de la que se desconocen muy mucho sus poderes medicinales. Conocemos el uso de sus hojas verdes y lustrosas como emplasto contra granos, irrita-

ciones cutáneas y otras heridas de la piel, a las cuales calma y al parecer desinfecta.

21. *Hydrangea macrophylla* (Hortensia): Arbusto ornamental ampliamente utilizado bajo estos fines en la región. Necesita de suelos ácidos bien drenados y ricos en materia orgánica, por lo que es frecuente su disposición en grandes maceteros. Su floración abundante dispone sus flores y brácteas agrupadas en grandes racimos redondeados, que alcanzan tonos azulados a rosados, apareciendo por regla general durante la época estival. Necesita buenos riegos y que éstos sean abundantes, por lo que prospera bien en aquellas disposiciones orientadas al norte, directamente hacia la Sierra de Gredos. Es muy fácil su multiplicación por esquejes aunque su mantenimiento es delicado, ya que necesita ante todo exposiciones de sombra a media sombra. Como curiosidad, decir que en Japón se hace un té llamado *amatsia*, que se sirve en ceremonias budistas, y que se obtiene a partir de las hojas de una variedad de esta especie.

22. *Rosa canina* (Escaramujo, tapaculos): Planta arbustiva de la familia de las rosáceas, que crece tanto en el seno del encinar como del melojar, así como esporádicamente en los pinares, siendo igualmente frecuente en entornos ribereños. Sus frutos ensanchados y rojizos (escaramujos) son cocidos y la infusión es astringente. Igualmente sus frutos pueden consumirse en fresco provocando el mismo efecto, de ahí su apelativo de "tapaculos".

23. *Solanum tuberosum* (Patata):

La patata es, sin dudas, la hortaliza más apreciada. Curiosamente, no se trata de un fruto sino de tallos subterráneos (tubérculos) que se enriquecen en almidón y se ensanchan groseramente para dar lugar a las conocidas patatas. Cultivada y hortense, esta especie fue introducida en España hacia 1537 a bordo de las naves de Pizarro, no siendo hasta el siglo XX cuando llega su triunfo manifiesto en la economía ibérica, desbancando a la castaña. En la

actualidad es uno de los tres alimentos más consumidos por la economía española, no concebiéndose gran parte de los platos típicos de nuestra cocina sin su presencia. Desde nuestros hermanos los incas, que ya cultivaban la patata en la América precolombina, Pizarro tuvo el acierto de hacerla llegar a España, y desde aquí mediante los presentes reales llegó a Italia. Curiosamente, en un principio la patata fue una especie ornamental debido a sus bellas flores, y el pueblo llano aceptaba de mala manera su utilización como alimento, ya que existía en aquel entonces la creencia de pensar que todo fruto subterráneo era por ende venenoso. De hecho, en 1619 se prohibió incluso su consumo en Burgundia y se la consideraba ya no sólo como una planta venenosa, sino que se suponía también ser el origen de la lepra y la disentería. Hacia el primer cuarto del siglo XVIII se la prohibió en Escocia, mientras que en Alemania era repartida gratis entre los campesinos más desfavorecidos, los cuales, obligados por la fuerza tuvieron que empezar ya a cultivarla hacia mediados del mismo siglo, aunque las creencias contrarias a la patata se mantuvieron casi hasta finales de dicho siglo, cuando se llegó a decir además que la patata era afrodisiaca y lujuriosa, y que era utilizada en ritos brujeriles. Los esfuerzos de Parmentier, agrónomo y farmacéutico de la corte de Luis XVI, vinieron a refrendar las excelentes cualidades de esta especie singular, y ya en el siglo XIX entra triunfal en las recetas culinarias de las principales cortes europeas. Hoy en día, aquella variedad silvestre de los incas, dura y capaz de resistir las heladas, ha dado lugar a múltiples variedades de patatas (palogan, bintje, kennebec, desirce, nagore, baraka, flamenco, draga, red pontiac, jaerla, spunta, fénix, turia, monalisa, etc) con mayor o menor aceptación según cada cultura y costumbre. En el Tiétar se usa tanto en la alimentación humana como en la del ganado porcino.

24. *Laurus nobilis* (Laurel):

Planta cuyas hojas son muy apreciadas en

toda la comarca en la condimentación de distintos guisos así como en el aliño de aceitunas. Ambos usos se mantienen profusamente en la actualidad, e incluso en algunos pueblos se la ha plantado ocasionalmente para embellecer sus calles y jardines, caso de Arenas de San Pedro o Poyales del Hoyo.

25. *Prunus lusitanica* (Loro):

Este pequeño arbolito de hojas lauroides es uno de los pocos representantes que nos quedan en el valle del más que primitivo bosque terciario que pobló la comarca hace millones de años. Sus hojas son semejantes a las del laurel, verdes durante todo el año. Es un árbol que debé-protegerse, por su escasez y peculiaridad. Se encuentra únicamente en algunas gargantas encajadas en lugares de fuerte umbría por Arenas de S. Pedro, Candeleda y Poyales del Hoyo (López Sáez, 1995c). Conocemos el uso de sus ramas por los pastores de las gargantas Lóbrrega y Blanca de Candeleda, para fabricar cabañas y demás refugios en que cobijar al ganado, gracias a la sombra profunda que proporciona

Bibliografía

De la Fuente, J. (1987). Breve estudio de algunas plantas medicinales del Valle del Tiétar. *Diario de Avila*, 25.8.1987: 33.

Esenarro Abarca, G., López Sáez, J.A., Velasco Negueruela, A. & Pérez Alonso, M.J. (1995). Notas etnobotánicas del Valle del Tiétar (Avila, España). *VI Congreso Nacional de Botánica - I Simposium Internacional de Flora Peruana*. Cusco (Perú).

López Sáez, J.A. (1989). Las plantas medicinales del Valle del Tiétar. *Rocherama*, 3: 16-18.

López Sáez, J.A. (1991). El medio natural en las gargantas meridionales de la Sierra de Gredos (Avila). En A.U.S. Horizonte Cultural, A. Duratón & Academia de Historia y Arte de S. Quirce (Eds.): *IV Jornadas sobre el Paisaje: Alternativas de Desarrollo y Conservación del Paisaje*, p. 221-234. Segovia.

López Sáez, J.A. (1992). Sobre la conservación de la Flora leñosa y el Medio Ambiente en el sur de la Sierra de Gredos (Valle del Tiétar, Avila). *Actas de Gredos*, 12: 115-124.

López Sáez, J.A. (1993). Las alisedas (*Scrophulario-Alnetum glutinosae*) del Valle del Tiétar (Sierra de Gredos, Avila): estado de conservación y presencia de especies relicticas del Terciario y Pliocuatnario. En Silva Pando, F.J. & Vega Alonso, G. (Eds.): *Congreso Forestal Español* (vol. IV), p. 41-46. Pontevedra.

López Sáez, J.A. (1995a). La conservación de los bosques ribereños del Valle del Tiétar (Avila) y la introducción de especies exóticas. En ARBA & COMADEN (Eds.): *II Encuentros sobre propagación de especies autóctonas y restauración de la vegetación natural*, p. 74-77. Madrid.

López Sáez, J.A. (1995b). Algunos táxones interesantes de la flora autóctona del sur de Gredos (Valle del Tiétar, Avila). En ARBA & COMADEN (Eds.): *II Encuentros sobre propagación de especies autóctonas y restauración de la vegetación natural*, p. 165-168. Madrid.

López Sáez, J.A. (1995c). Las comunidades de *Prunus lusitanica* L. del Valle del Tiétar (Sierra de Gredos, Avila). *Anales de Biología*, 20 (*Biología Vegetal*, 9): 111-113.

López Sáez, J.A. & López García, P. (1994). Contribution of the palaeoecological knowledge of Quaternary in the Tietar Valley (Sierra de Gredos, Avila, Spain). *Revista Española de Micropaleontología*, 26: 61-66.

López Sáez, J.A., López García, P., Gómez Ferreras, C. & Gil Hernández, P. (1996). Acerca del origen del castaño (*Castanea sativa*) en el Valle del Tiétar (Sierra de Gredos, Avila). En Blanca Zapata, B. & cols. (Eds.): *Estudios Palinológicos*, p. 79-82. Universidad de Alcalá de Henares, Alcalá de Henares (Madrid).

López Sáez, J.A., López García, P. & Macías Rosado, R. (1991). Análisis polínico del yacimiento arqueológico de El Ra-

so de Candeleda (Avila). *Actas de Gredos*, 11: 39-44.

López Sáez, J.A., López García, P. & Macías Rosado, R. (1997). Acción antrópica y

reconstrucción de la vegetación durante el Holoceno reciente en el valle del Tíetar, Sierra de Gredos (Avila). *Cuaternalario y Geomorfología*, 11: 43-54.

