

RBVC
ANEXO 13. ETNOBOTÁNICA EN EL VALLE
DEL CABRIEL

CONTENIDO

1. PLANTAS CULTIVADAS PARA EL CONSUMO HUMANO O EL GANADO.
 - 1.1. Especies cultivadas.
 - 1.2. Etnovariedades.
2. PLANTAS Y HONGOS RECOLECTADOS PARA LA ALIMENTACIÓN HUMANA .
 - 2.1. Plantas recolectadas para la alimentación humana.
 - 2.2. Hongos recolectados para la alimentación humana.
3. PLANTAS RECOLECTADAS PARA LA ALIMENTACIÓN DEL GANADO.
4. PLANTAS MEDICINALES Y COSMÉTICAS.
 - 4.1. Plantas medicinales.
 - 4.2. Plantas cosméticas.
5. PLANTAS PARA OTROS USOS.
 - 5.1. Plantas para la obtención de tintes, curtientes, esencias, resinas y jabones.
 - 5.2. Plantas para usos artesanales.
 - 5.3. Plantas para la obtención de combustibles vegetales.
 - 5.4. Plantas como insecticidas naturales.
6. PLANTAS EN LAS TRADICIONES Y CELEBRACIONES.
7. LISTADO ALFABÉTICO DE ESPECIES VEGETALES UTILIZADAS EN EL VALLE DEL CABRIEL.

1. PLANTAS CULTIVADAS PARA EL CONSUMO HUMANO O EL GANADO.

1.1. ESPECIES CULTIVADAS.

Tabla 1. Cereales cultivados en el Valle del Cabriel

Planta	Utilización
Escaña doble (<i>Triticum turgidum</i> subsp. <i>dicoccum</i>) (I)	Pienso
Trigo duro (<i>Triticum turgidum</i> subsp. <i>durum</i>) (I)	Harinas
Escaña melliza (<i>Triticum monococcum</i>) (I)	Pienso
Trigo candeal o jeja (<i>Triticum aestivum</i>) (I)	Pienso, Harinas
Cebada (<i>Hordeum vulgare</i>) (I)	Pienso
Avena (<i>Avena sativa</i>) (I)	Pienso
Centeno (<i>Secale cereale</i>) (I)	Pienso
Sorgo (<i>Sorghum bicolor</i>) (V)	Pienso
Maíz (<i>Zea mays</i>) (V)	S. etnovariedades

(I) Cereales cultivados de Invierno. (V) Cereales cultivados de verano.

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007¹. Elaboración propia.

Tabla 2. Hortalizas cultivadas en el Valle del Cabriel

Planta	Utilización
Armuelles o Almuelles (<i>Atriplex hortensis</i>)	Verdura
Acelgas (<i>Beta vulgaris</i>)	Verdura
Espinacas (<i>Spinacia oleracea</i>)	Verdura
Coles y similares (<i>Brassica oleracea</i>)	Verdura
Pimientos (<i>Capsicum annuum</i> y <i>C. frutescens</i>)	Verdura
Pepinos (<i>Cucumis sativus</i>)	Ensaladas
Sandía o melón de agua (<i>Citrullus lanatus</i>)	Postre
Melones (<i>Cucumis melo</i>)	Postre
Combros (<i>Cucumis melo</i> var. <i>flexuosus</i>)	Postre
Calabazas (<i>Cucurbita moschata</i>)	Guisados
Calabazas (<i>Cucurbita ficifolia</i>)	Guisados y dulces
Calabazas (<i>Cucurbita maxima</i>)	Guisos
Calabazas y calabacines (<i>Cucurbita pepo</i>)	S. etnovariedades
Lechugas (<i>Lactuca sativa</i>)	Ensaladas
Tomates (<i>Lycopersicon esculentum</i>)	Ensaladas, guisos
Zanahorias (<i>Daucus carota</i>)	Ensaladas, guisos
Patatas (<i>Solanum tuberosum</i>)	Guisos
Cebollas (<i>Allium cepa</i>)	Guisos
Guindilla (<i>Capsicum annuum</i>)	Condimento
Ajos (<i>Allium sativum</i>)	Condimento

¹ Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C. (2007). Etnobotánica en la Serranía de Cuenca. Las plantas y el hombre. Diputación de Cuenca.

Tabla 3. Legumbres cultivadas en el Valle del Cabriel

Planta	Utilización
Almortas o guijas (<i>Lathyrus sativus</i>)	Harina
Titarros (<i>Lathyrus cicera</i>)	Pienso, forraje
Garbanzos (<i>Cicer arietinum</i>)	Grano
Habas (<i>Vicia faba</i>)	Grano
Judías (<i>Phaseolus vulgaris</i>)	Grano y verdura
Guisantes o bisantes (<i>Pisum sativum</i>)	Grano
Yeros (<i>Vicia ervilia</i>)	Pienso
Veas (<i>Vicia sativa</i>)	Pienso, forraje

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 4. Frutales viñas y olivos cultivados en el Valle del Cabriel

Planta	Utilización
Parras y vides (<i>Vitis vinifera</i>)	Vino y de mesa
Almendros (<i>Prunus dulcis</i>)	Fruto seco
Nogal (<i>Juglans regia</i>)	Fruto seco
Nogal (<i>Juglans hispánica</i>)	Fruto seco
Avellanos (<i>Corylus hispanica</i>)	Fruto seco
Olivos (<i>Olea europaea</i>)	Aceite y de mesa
Cerezos (<i>Prunus avium</i>)	Postre, licor y portainjertos
Guindos (<i>Prunus cerasus</i>)	Postre, licor y portainjertos
Ciruelos o pumeros (<i>Prunus domestica</i>)	S. etnovariedades
Ciruelos o pumeros (<i>Prunus insititia</i>)	S. etnovariedades
Manzanos (<i>Malus domestica</i>)	Postre
Perales (<i>Pyrus communis</i>)	Postre
Pera cermeñas, cermeños, peros, perejones (<i>Pyrus cordata</i>)	Postre
Membrillo (<i>Cydonia oblonga</i>)	Elaboración de dulces
Higuera (<i>Ficus carica</i>)	Postre

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

1.2. ETNOVARIEDADES.

Tabla 6. Etnovariedades de los cereales cultivados en el Valle del Cabriel.

Cultivo	Etnovariedad	Localidad	Usos
Trigo candeal o jeja (Triticum aestivum)	“Negrete”, “negrete de Priego”	Cañete, Fuentelespino de Moya	Pienso y harinas
	“Jeja colorá”	Fuentelespino de Moya	Pienso
	“Jeja blanca”	Fuentelespino de Moya	Pienso
	“Candeal” (Con raspa)	Talayuelas, Fuentelespino de Moya	Harina y pienso
	“Chamorro” (sin raspa)	Boniches, Cañete, Talayuelas, Zafrilla	Harina
Cebada (Hordeum vulgare)	“Cebá del terreno”	Garaballa, Santa Cruz de Moya	Pienso
	“Cebá de otoño”	Garaballa, Santa Cruz de Moya	Pienso
Maíz (Zea mays)	“Maíz”, “Panizo”	Cañete, Santa Cruz de Moya	Pienso
	“Adaza”	Santa Cruz de Moya, Garaballa	Pienso
	“Panizo rosero”, “Maíz rosera”	Cañete, Santa Cruz de Moya, Garaballa, Villar del Humo	Comestible
	“Maíz de rosela”	Cañete, Santa Cruz de Moya, Villar del Humo	Pienso

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 7. Etnovariedades de judías (Phaseolus vulgaris) cultivadas en el Valle del Cabriel.

Etnovariedad	Localidad	Usos
“Pintas”, “De la uña”, “De uña”	Valdecabras, Campillos-Paravientos	Grano
“Pardilla”, “Pardetas”	Villar del Humo	Grano y verdeo
“De sin hilo”	Santa Cruz de Moya	Verdeo
“Del pine”	Mira	-
“Perros”	Tejadillos	Grano
“Carilla la virgen”, “La Virgen del Pilar”, “De la Pilarica, De la Virgen”, “Del Pilar”, “De la Virgencilla”	Boniches, Tejadillos, Huerta del Marquesado, Talayuelas, Campillos-Paravientos, Zafrilla, Enguíanos	Grano y verdeo
“Garbanceras”	Boniches, Cañete, Talayuelas, Enguíanos	Grano y verdeo
“Rayadas”, Rayás”	Huerta del Marquesado, Enguíanos, Boniches	Grano y verdeo
“Cañeteras”	Enguíanos	Grano y verdeo
“De herradura”, “De la corbella”, “Bajocón de gancha”	Valdecabras, Zafrilla, Garaballa	Grano y verdeo

Tabla 7 (Cont.). Etnovariedades de judías (*Phaseolus vulgaris*) cultivadas en el Valle del Cabriel.

Etnovariedad	Localidad	Usos
“De herradura”, “De la corbella”, “Bajocón de gancha”	Zafrilla, Garaballa	Grano y verdeo
“Bonicheras”	Boniches, Cañete, Tejadillos, Villar del Humo	Grano y verdeo
“Garroferas”	Talayuelas, Enguádanos, Zafrilla	Verdeo
“Peronas”	Huerta del Marquesado	Grano
“De la manteca”, “De manteca”, “De la mantequilla”	Huerta del Marquesado, Zafrilla, Enguádanos, Tejadillos	Grano y verdeo
“Arroceras”, “Garruminas”, “Gurruquinas”	Huélamo, Tejadillos, Huerta del Marquesado, Zafrilla, Tejadillos	Grano
“Montañeras”, “Montañesas”, “Montinesas”	Huélamo, Santa Cruz de Moya	Grano
“Bajoca borde”	Villar del Humo	Grano
“Del barco”	Boniches, Campillos-Paravientos	Grano
“De cuarenta días”	Cañete	Grano y verdeo
“Blancas”, “Blanquillas”, “Bajoca blanca”	Zafrilla, Villar del Humo	Grano y verdeo
“Bajocones caretos”, “Bajocón”	Boniches, Cañete, Huerta del Marquesado, Zafrilla, Santa Cruz de Moya.	Grano

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 8. Etnovariedades de hortalizas cultivadas en el Valle del Cabriel.

Cultivo	Etnovariedad	Localidad	Usos
Coles y similares (Brassica oleracea)	“Col forrajera”	Santa Cruz de Moya	alimentación del ganado
Pimientos (Capsicum annum y C. frutescens)	“Pimiento largo”	Boniches, Santa Cruz de Moya	Guisos
	“Pebrera picosa”	Santa Cruz de Moya	Guisos
	“Pimiento temprano”	Cardenete	Guisos
	“Pimiento morrón”	Cardenete	Guisos
	“Pimiento blanco”	Cardenete	Guisos
	“Guindilla”	Cardenete	Guisos
Calabazas (Cucurbita moschata)	“De cuello”, “De cuello estrecho”, “Corrientes”	Boniches	Guisados
Calabazas (Cucurbita ficifolia)	“De cabello de ángel”	Boniches, Tejadillos	Guisados y dulces
Calabazas (Cucurbita maxima)	“De asar”	Tejadillos, Huerta del Marquesado, Zafrilla, Boniches	Guisos

Tabla 8 (Cont.). Etnovariedades de hortalizas cultivadas en el Valle del Cabriel.

Cultivo	Etnovariedad	Localidad	Usos
Calabazas (Cucurbita pepo)	“De los cerdos”, “Gorrinera”, “Forrajeras”	Boniches, Tejadillos, Huerta del Marquesado, Zafrilla, Santa Cruz de Moya	Guisos y piensos
	“Para pipa”	Santa Cruz de Moya	Guisos
	“Calabacín”	Huerta del Marquesado, Zafrilla, Boniches, Santa Cruz de Moya	Guisos
	“De adorno”	Boniches, Huerta del Marquesado	Ornamental
	“De hornazo”	Boniches	Ornamental
Calabazas (Lagenaria siceraria)	“De agua”, “De peregrino”	Tejadillos	Herramientas
Lechugas (Lactuca sativa)	“De oreja mula”	Cañete	Ensaldas
	“Morada”	Mira, Cañete	Ensaldas
	“Morondilla”	Santa Cruz de Moya	Ensaldas
	“Rizada”	Santa Cruz de Moya	Ensaldas
	“Blanca”	Santa Cruz de Moya	Ensaldas
	“Agostera”	Santa Cruz de Moya	Ensaldas
Tomates (Lycopersicon esculentum)	“Rojo”	Mira, Garaballa, Cañete	Ensaldas, guisos y postres
	“De pera”, “Bombillero”, “Perón”	Huerta del Marquesado, Zafrilla, Boniches, Cañete, Santa Cruz de Moya	Ensaldas, guisos y postres
	“Rosa”	Mira	Ensaldas, guisos y postres
	“Del País”	Mira	Ensaldas, guisos y postres
	“Morao”	Santa Cruz de Moya	Ensaldas, guisos y postres
	“Tempranillos”	Santa Cruz de Moya	Ensaldas, guisos y postres
	“Valencianos”	Cañete	Ensaldas, guisos y postres
Patatas (Solanum tuberosum)	“Sopera”(blanca), “Zafrillana”	Zafrilla, Boniches	Guisos
	“Colorá”	Boniches, Vega del Codorno	Guisos
Ajos (Allium sativum)	“Colorao”, “Morao”, “Piel morá”	Santa Cruz de Moya, Huerta del Marquesado, Cañete	Condimento, guisos

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 9. Etnovarietades de parras y vides cultivadas en el Valle del Cabriel (Serranía).

Cultivo	Etnovarietad	Localidad	Usos
Parras y vides (Vitis vinifera)	"Bobal"	Boniches, Talayuelas, Enguádanos	Vino
	Moravia	Boniches, Talayuelas, Cardenete	Vino y de mesa
	"Cegibel", "Cecibera", "Cejibera"	Talayuelas, Cardenete	Vino
	"Garnacha"	Cardenete	Vino
	"Coloraillo"	Cardenete	Vino
	"Marzuela"	Cardenete	Vino
	"Albilla"	Cardenete	Vino
	"Planta"	Boniches	De mesa y vino
	"Rubial"	Boniches, Talayuelas	De mesa y vino
	"Botón de gallo rojo", "Botón de gallo", "Cojón de gallo", "Crujidera"	Boniches, Enguádanos	De mesa y vino
	"Moscatel"	Cardenete	De mesa y vino

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 10. Etnovarietades de árboles frutales cultivados en el Valle del Cabriel (Serranía).

Cultivo	Etnovarietad	Localidad	Usos
Almendros (Prunus dulcis var. dulcis)	"Rusa"	Talayuelas	Fruto seco
	"Largueta"	Talayuelas	Fruto seco
Olivos (Olea europea)	"Olivilla"	Boniches	Aceite y aliñadas
	"Verdeja"	Cardenete	Aceite y aliñadas
	"Piñonera", "Piñoncillo"	Enguádanos, Cardenete	Aceite y aliñadas
	"Manzanilla"	Boniches, Enguádanos, Cardenete	Aceite y aliñadas
	"Cornicabra"	Boniches, Enguádanos, Cardenete	Aceite y aliñadas
Cerezos (Prunus avium)	"Cereza guinda", "cereza borde" (agrias y pequeñas),	Cañete, Huerta del Marquesado	Postre, licor y portainjertos
	"Corrientes"	Boniches, Cañete	Postre
Guindos (Prunus cerasus)	"Guinda"	Tejadillos, Huerta del Marquesado	Licores, portainjertos, fruta

Tabla 10 (Cont.). Etnovariedades de árboles frutales cultivados en el Valle del Cabriel (Serranía).

Cultivo	Etnovariedad	Localidad	Usos
Ciruelos o pumeros (Prunus domestica)	“Gorrineras”, “Porcolonas”, “Porcal”	Cañete, Beteta, Vega del Codorno	Postre, pienso
	“De teresilla”, “Teresillas”	Cañete, Tejadillos, Huerta del Marquesado, Boniches, Salinas del Manzano, Campillos- Paravientos	Postre, mermeladas
	“Imperiales”	Cañete	Postre, mermeladas
	“Negras”	Huerta del Marquesado, Cañizares	Postre
	“Valencianas”	Boniches, Campillos- Paravientos	Postre
	“De hueso melocotón”	Boniches	Postre
	“Sanmigueleñas”, “Sanmigueleras”	Salinas del Manzano	Postre
	“Fraileras”	Arguisuelas	Postre
	“Cañetera”	Tejadillos	Postre
	“Verdals”, “Verdales”	Tejadillos, Huerta del Marquesado, Salinas del Manzano, Talayuelas, Campillos-Paravientos	Postre
	“Claudias”, “Lucias”	Cañete, Tejadillos, Huerta del Marquesado, Campillos-Paravientos	Postre, mermeladas
Ciruelos o pumeros (Prunus insititia)	“De santiago”, “Santiagueras”	Cañete, Boniches, Salinas del Manzano, Talayuelas	Postre
	“Endrineras”, “Indrinielas”, “Endrina”	Huerta del Marquesado	Postre, pienso, portainjertos
	“Gruñones”, “Azules del terreno”, “Bordes”, Bordes del terreno”	Tejadillos, Salinas del Manzano, Campillos- Paravientos, Huerta del Marquesado, Cañete	Postre, pienso

Tabla 10 (Cont.). Etnovarietades de árboles frutales cultivados en el Valle del Cabriel (Serranía).

Cultivo	Etnovarietad	Localidad	Usos
Manzanos (Malus domestica)	“Comadre”	Cañete	Postre
	“De invierno”	Cañete	Postre
	“Francesa”	Cañete, Campillos-Paravientos	Postre
	“Esperiega”, “Espedriega”, “Pedriega”, “Pedriega blanca”, “Pedriega roja”	Cañete, Boniches, Huerta del Marquesado, Salinas del Manzano, Zafrilla, Talayuelas	Postre
	“Normanda”	Cañete, Salinas del Manzano, Huerta del Marquesado	Postre
	“Morrodevaca”	Talayuelas	Postre
	“Morroliebre”	Cañete, Huerta del Marquesado, Campillos-Paravientos	Postre
	“Verdedoncella”	Cañete, Huerta del Marquesado, Campillos-Paravientos	Postre
	“Reineta”, “Reineta blanca”, “Reineta del ter-reno”, “Reineto”	Tejadillos, Boniches, Huerta del Marquesado, Salinas del Manzano, Campillos-Paravientos, Zafrilla	Postre
	“Starkin”	Cañete	Postre
	“Golden”	Tejadillos, Zafrilla	Postre
	“Segorbina”	Tejadillos	Postre
	“Camuesas” (pequeñas, blancas y tempranas)	Boniches	Postre
	“Migueleras”, “Miguelas”	Huerta del Marquesado, Salinas del Manzano	Postre
	“Ricardas”	Huerta del Marquesado	Postre

Tabla 10 (Cont.). Etnovariedades de árboles frutales cultivados en el Valle del Cabriel (Serranía).

Cultivo	Etnovariedad	Localidad	Usos
Perales (<i>Pyrus communis</i>)	"De roma", "De invierno"	Cañete, Huerta del Marquesado	Postre
	"Bergamota"	Cañete	Postre
	"Tempranilla", "De siete bocas", "De sietemboca"	Cañete	Postre
	"De agua"	Cañete, Huerta del Marquesado	Postre
	"De Santiago"	Valdemeca	Postre
	"Posejones"	Cañete	Postre
	"Guindas". "De donguindo"	Huerta del Marquesado, Laguna del Marquesado", Poyatos	Postre
	"De malacara"	Huerta del Marquesado	Postre
Peras cermeñas, cermeños, peros, perejones (<i>Pyrus cordata</i>)	"Modorras"	Cañete, Huerta del Marquesado, Salinas del Manzano, Talayuelas, Cardenete	Postre
	"Sanjuaneras"	Cañete, Huerta del Marquesado, Salinas del Manzano, Talayuelas, Cardenete	Postre
	"Bordes"	Cañete, Huerta del Marquesado, Salinas del Manzano, Talayuelas, Cardenete	Postre

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

2. ESPECIES SILVESTRES RECOLECTADOS PARA LA ALIMENTACIÓN HUMANA .

2.1. PLANTAS RECOLECTADAS PARA LA ALIMENTACIÓN HUMANA.

Tabla 11. Plantas silvestres recolectadas para condimento.

Especie	Uso culinario
Ajedrea, morquera (<i>Satureja intricata</i>)	Condimento
Orégano colorao (<i>Origanum vulgare</i>)	Condimento
Mejorana (<i>Thymus mastichina</i>)	Condimento
Romero (<i>Rosmarinus officinalis</i>)	Condimento
Tomillo (<i>Thymus vulgaris</i>)	Condimento

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 12. Verduras silvestres recolectadas para la alimentación humana.

Especies	Usos culinarios
Acederas, vinagreras (<i>Rumex acetosella</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Astillejo, frailes (<i>Veronica beccabunga</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Berras (<i>Apium nodiflorum</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Camarrojas (<i>Mantisalca salmantica</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Cerrajilla o crujiera (<i>Sonchus oleraceus</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Chicorias o achicorias (<i>Chondrilla juncea</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Chicoria o achicoria (<i>Cichorium intybus</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Hociquillos, morros o morrillos (<i>Hypochoeris radicata</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Lechuguillas o lechuguinas (<i>Lactuca serriola</i> y otras s.p.)	Para ensaladas o consumidas crudas
Tallos de zarza (<i>Rosa</i> sp. pl.)	Para ensaladas o consumidas crudas
Truchas (<i>Rubus ulmifolius</i>)	Para ensaladas o consumidas crudas
Arnazas, acederones (<i>Rumex crispus</i>)	Para guisos
Arnazas, acederones (<i>Rumex pulcher</i>)	Para guisos
Cardencha (<i>Silybum marianum</i>)	Para guisos
Cardillos (<i>Scolymus hispanicus</i>)	Para guisos
Collejas (<i>Silene vulgaris</i>)	Para guisos

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 13. Frutos silvestres recolectadas para la alimentación humana.

Especies	Usos culinarios
Arándanos (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	Mermeladas y dulces
Arenillas (<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>)	Alimento ocasional en el campo
Azarollas (<i>Sorbus domestica</i>)	Consumo en fresco como fruta
Bellotas o billotas (<i>Quercus rotundifolia</i>)	Crudas, asadas, cocidas, en dulces
Endrinas o andrinas (<i>Prunus spinosa</i>)	Elaboración de licores
Fresas silvestres (<i>Fragaria vesca</i>)	Consumo en fresco como fruta
Gruñones, ciruela endrinilla (<i>Prunus insititia</i>)	Consumo en fresco como fruta
Madroños (<i>Arbutus unedo</i>)	Consumo en fresco como fruta
Majuelas (<i>Crataegus monogyna</i>)	Alimento ocasional en el campo
Moras (<i>Rubus ulmifolius</i>)	En fresco, mermeladas, licores
Mostajos (<i>Sorbus aria</i>)	Alimento ocasional en el campo
Mostajos (<i>Sorbus torminalis</i>)	Alimento ocasional en el campo
Tapaculos, escaramujos (<i>Rosa</i> sp. pl.)	Alimento ocasional en el campo

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

Tabla 14. Otras plantas silvestres recolectadas para la alimentación humana.

Especies	Usos culinarios
Espárragos (<i>Bryonia dioica</i>)	Tallos tiernos guisados o fritos
Espárragos trigueros (<i>Asparagus acutifolius</i>)	Tallos tiernos guisados o fritos
Tallos de albricia (<i>Ruscus aculeatus</i>)	Tallos tiernos guisados o fritos
Alcagüetas (<i>Crocus nevadensis</i>)	Bulbos
Cuajaera (<i>Euphorbia</i> sp.)	Cuajaleche
Alcachofa (<i>Cynara scolymus</i>)	Cuajaleche

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

2.2. HONGOS RECOLECTADOS PARA LA ALIMENTACIÓN HUMANA.

Tabla 15. Hongos silvestres recolectados para la alimentación humana.

Especie de hongo recolectado en el Valle del Cabriel

Amanita (<i>Amanita caesarea</i>)
Babosa blanca, llanega, llanega blanca (<i>Hygrophorus ligatus</i>)
Babosa negra, llanega negra (<i>Hygrophorus latitabundus</i>)
Cagarrias, cascarrias, esponjas (<i>Sparassis crispa</i> , <i>Sparassis laminosa</i>)
Colmenillas, piñuelas, tocaillas, cagarrias (<i>Morchella</i> sp. pl.)
Coscorras (<i>Amanita vaginata</i>)
Faisán, pejín, hongo negro, porro (<i>Boletus edulis</i> , <i>B. pinophilus</i> , <i>B. aestivalis</i> , <i>B. aereus</i>)
Hongo blanco, pucheros, hongo puchero, hongo de majadal (<i>Agaricus</i> sp. pl.)
Morrinegrillos (<i>Helvella leucopus</i>)
Mizclo de rodano u hongo rodano (<i>Lactarius deliciosus</i> , <i>Lactarius quieticolor</i>)
Mizclo de negral u hongo negral (<i>Lactarius semisanguifluus</i> , <i>Lactarius sanguifluus</i>)
Mizclo borracho (<i>Lactarius vinosus</i>)
Paragüillas, pucheretes, seta de carrerilla (<i>Marasmius oreades</i>)
Orejetas, orejotes u orejas (<i>Paxina leucomelas</i> , <i>P. costifera</i> , <i>Sarcosphaera crassa</i>)
Seta cucharera (<i>Clitocybe geotropa</i>)
Seta de cardo, seta cardera, seta de cucharilla (<i>Pleurotus eryngii</i>)
Seta de chopo, seta de sarga (<i>Pleurotus ostreatus</i>)
Chivato del mizclo (<i>Russula</i> sp. pl.)
Ratonera, firulí, frigolín (<i>Tricholoma terreum</i>)
Trufa negra (<i>Tuber melanosporum</i>)
Trufa blanca (<i>Tuber aestivum</i>)
Turmas, patatas de tierra (<i>Rhizopogon</i> sp. pl.)
Vizcaínas, setas de espino, perrochicos, sanjorgeras (<i>Calocybe gambosa</i>)

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

3. PLANTAS RECOLECTADAS PARA LA ALIMENTACIÓN DEL GANADO.

Tabla 16. Plantas recolectadas para la alimentación del ganado.

Especies	Utilización
Sabina (<i>Juniperus thurifera</i>)	Ramones
Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>)	Ramones
Olivo (<i>Olea europaea</i>)	Ramones
Acebo (<i>Ilex aquifolium</i>)	Ramones
Quejigo (<i>Quercus faginea</i>)	Ramones, bellotas
Carrasca o encina (<i>Quercus rotundifolia</i>)	Bellotas
Cardos borriqueros (<i>Carduus bourgeanus</i>)	Forraje
Arnazas (<i>Rumex pulcher</i>)	Forraje
Ortigas (<i>Urtica</i> sp.pl.)	Forraje
Cardillos (<i>Scolymus hispanicus</i>)	Forraje
Cardillos (<i>Xanthium spinosum</i>)	Forraje
Bajoquera (<i>Fallopia convulvulus</i>)	Forraje
Hociquillos (<i>Hypochoeris radicata</i>)	Forraje
Cenizos (<i>Amaranthus</i> sp. pl.)	Forraje
Cenizos (<i>Chenopodium</i> sp. pl.)	Forraje
Piemulo (<i>Tussilago farfara</i>)	Forraje
Cardoblanco (<i>Echinops ritro</i>)	Forraje
Ceroneras (<i>Arctium minus</i>)	Forraje
Gamón (<i>Asphodelus</i> sp. pl.)	Forraje
Pataca (<i>Helianthus annuus</i>)	Tubérculos
Alfalfa, Mielga (<i>Medicago sativa</i>)	Forraje
Hinojo (<i>Foeniculum ulgare</i>)	Forraje
Corrigüela (<i>Convolvulus arvensis</i>)	Forraje
Ababoles (<i>Papaver rhoeas</i>)	Forraje
Cerrajilla (<i>Sonchus asper</i>)	Forraje
Carrizo (<i>Phragmites australis</i>)	Forraje
Ballueca (<i>Avena sterilis</i>)	Forraje

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

4. PLANTAS MEDICINALES Y COSMÉTICAS.

4.1. PLANTAS MEDICINALES (Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.).

Tabla 17. Plantas medicinales.

Tramiento	Plantas Medicinales
Gripe y resfriados	Asperón (<i>Lithodora fruticosa</i>), Cantueso (<i>Lavandula stoechas</i> L. subsp. <i>Pedunculata</i> , Carrasquilla (<i>Rhamnus alaternus</i>), Escaramujo (<i>Rosa canina</i>), Espliego (<i>Lavandula latifolia</i>), Gordolobo (<i>Verbascum sinuatum</i>), Gordolobillo (<i>Verbascum thapsus</i>), Higuera (<i>Ficus carica</i>), Limonera (<i>Melissa officinalis</i>), Majuelo, espino albar (<i>Crataegus monogyna</i>), Malvarisco, malvavisco (<i>Althaea officinalis</i>), Malvas, marvas (<i>Malva sylvestris</i>), Orégano (<i>Origanum vulgare</i>), Tomillo, tomillo de San Antonio (<i>Thymus vulgaris</i>), Violetas (<i>Viola odorata</i>), Violetas (<i>Viola riviniana</i>).
Pulmonías	Hierba del oro (<i>Ceterach officinarum</i>)
Bronquitis	Malvarisco, malvavisco (<i>Althaea officinalis</i>)
Afonías y dolor de garganta	Asperillo (<i>Lithodora fruticosa</i>), Carrasquilla, maraña fina (<i>Rhamnus alaternus</i>), Lantel (<i>Plantago lanceolata</i>), Malvarisco (<i>Althaea officinalis</i>), Salvia, sielva blanca (<i>Salvia lavandulifolia</i>), Tomillo (<i>Thymus vulgaris</i>), Zarzamora, zarza (<i>Rubus ulmifolius</i>).
Llagas en la boca y encías	Almuérdago, almórdago (<i>Viscum album</i> subsp. <i>austriacum</i>), Lantel mayor (<i>Plantago major</i>), Lantel (<i>Plantago lanceolata</i>), Zaragatona, sargatona, tomillo macho (<i>Plantago sempervirens</i>), Zarzamora, zarza (<i>Rubus ulmifolius</i>).
Úlcera de estómago	Agrimonia (<i>Globularia vulgaris</i>), Rabogato (<i>Sideritis hirsuta</i>), Zaragatona, sargatona (<i>Plantago sempervirens</i>), Anís (<i>Pimpinella anisum</i>).
Acidez y flatulencias	Anís (<i>Pimpinella anisum</i>), Árnica, tabaquera (<i>Inula</i> sp. pl.), Betrónica (<i>Teucrium chamaedrys</i>), Cagamilras, manzanilla amarga (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Hinojo (<i>Foeniculum vulgare</i> subsp. <i>piperitum</i>), Manzanilla amarga (<i>Artemisia alba</i>), Mejorana (<i>Thymus mastichina</i>), Rabogato, rabo de gato (<i>Sideritis hirsuta</i>), Té de piedra, té de risca, té de roca (<i>Chiliadenus glutinosus</i>).
Digestivos	Ajenjos, asensios (<i>Artemisia absinthium</i>), Árnica, tabaquera (<i>Inula</i> sp. pl.), Ontina (<i>Santolina pectinata</i>), Cagamilras (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Enebro (<i>Juniperus communis</i> subsp. <i>Hemisphaerica</i>), Hierbabuena (<i>Mentha spicata</i>), Hierba de la Candelaria, oreja de liebre (<i>Phlomis lychnitis</i>), Hierba del cólico (<i>Asperula cynanchica</i>), Hierba Luisa, yerba de María Luisa (<i>Lippia triphylla</i>), Limonera (<i>Melissa officinalis</i>), Manzanilla amarga (<i>Artemisia alba</i>), Manzanilla, manzanilla dulce (<i>Matricaria chamomilla</i>), Manzanilla blanca (<i>Artemisia pedemontana</i>), Poleo (<i>Micromeria fruticosa</i>), Poleo de balsa, té de menta, té de rambla, té de monte (<i>Mentha pulegium</i>), Romero macho (<i>Cistus clusii</i>), Sándalo (<i>Mentha x piperita</i> nothosubsp. <i>citrata</i>), Hierba del hueso (<i>Chiliadenus glutinosus</i>), Té de río (<i>Mentha aquatica</i>), Té ratero, tomillo ratero, correveola (<i>Thymus serpyllum</i>), Té silvestre (<i>Mentha longifolia</i>), Tomillo, tomillo de San Antonio (<i>Thymus vulgaris</i>).

Tabla 17 (Cont). Plantas medicinales.

Tramamiento	Plantas Medicinales
Inflamaciones o infecciones del intestino	Anís (<i>Pimpinella anisum</i>), Betrónica (<i>Teucrium chamaedrys</i>), Cagamirlas (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Hierba de la cuesta, tomillo macho (<i>Plantago sempervirens</i>), Manzanilla (<i>Artemisia abrotanum</i>), Manzanilla, manzanilla dulce (<i>Matricaria chamomilla</i>), Mejorana (<i>Thymus mastichina</i>), Pepino (<i>Cucumis sativus</i>), Ruda (<i>Ruta angustifolia</i>), Sabuquera, saúco (<i>Sambucus nigra</i>) Té de río, té poleo de río (<i>Mentha aquatica</i>).
Cólicos y diarreas	Azarollas (<i>Sorbus domestica</i>), Betrónica (<i>Teucrium chamaedrys</i>), Cresta de gallo (<i>Phlomis herba-venti</i>), Hierba del cólico, hierba del pinillo (<i>Asperula cynanchica</i>), Manzana amarga (<i>Malus sylvestris</i>), Rabo de lobo, pijo de lobo (<i>Orobancha</i> sp. pl.), Romanzas, berzoletas, acederas de burro, lenguazas (<i>Rumex pulcher</i>), Romanzas, berzoletas, acederas de burro, lenguazas (<i>Rumex crispus</i>), Romanzas, berzoletas, acederas de burro, lenguazas (<i>Rumex conglomeratus</i>), Tapaculos, escaramujo, zarzas escaramujeras, rosal borde (<i>Rosa canina</i>), Té de río, té poleo de río (<i>Mentha aquatica</i>), Té de piedra, té de risca, té de roca (<i>Chiliadenus glutinosus</i>).
Emética	Betrónica (<i>Teucrium chamaedrys</i>)
Laxante	Cagamirla (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Geranio (<i>Pelargonium hortorum</i>), Geranio (<i>Pelargonium peltatum</i>), Arraclán (<i>Frangula alnus</i>), Acedera (<i>Rumex</i> sp. pl.).
Para abrir el apetito	Acedera (<i>Rumex</i> sp. pl.), Berros (<i>Rorippa nasturtium-aquaticum</i>).
Diabetes	Achicoria (<i>Cichorium intybus</i>), Cagamirla (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Escobas de palotes (<i>Mantisalca salmantica</i>), Judías (<i>Phaseolus vulgaris</i>), Noguera (<i>Juglans regia</i>), Pinillo, cola de caballo (<i>Equisetum arvense</i>), Pinillo, cola de caballo (<i>Equisetum telmateia</i>).
Enfermedades del hígado	Betrónica (<i>Teucrium chamaedrys</i>), Gordolobo (<i>Verbascum thapsus</i>), Manrubio (<i>Marrubium supinum</i>), Manrubio (<i>Marrubium vulgare</i>), Manzanilla amarga (<i>Anthemis nobilis</i>), Tomillo (<i>Thymus vulgaris</i>), Verbena, hierba de Santa Isabel (<i>Verbena officinalis</i>), Zaragatona (<i>Plantago sempervirens</i>).
Colesterol	Cagamirlas (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Cebolla (<i>Allium cepa</i>), Judías (<i>Phaseolus vulgaris</i>), Pinillo, cola de caballo, canutillo (<i>Equisetum arvense</i>), Pinillo, cola de caballo, canutillo (<i>Equisetum telmateia</i>), Pinillo, cola de caballo, canutillo (<i>Equisetum palustre</i>).
Obesidad	Arenilla, gayuba (<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>), Oreja de liebre, orejilla de liebre (<i>Phlomis lychnitis</i>).
Varices y circulación sanguínea	Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum ramosissimum</i>), Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum arvense</i>), Hisopo (<i>Hyssopus officinalis</i>), Majuelo, espinillo blanco (<i>Crataegus monogyna</i>), Manrubio (<i>Marrubium vulgare</i>), Rabogato (<i>Sideritis hirsuta</i>), Salvia, sielva blanca, sielva (<i>Salvia lavandulifolia</i>), Sanguinaria (<i>Agrimonia eupatoria</i>).
Hemorroides	Cebolla (<i>Allium cepa</i>), Ciprés (<i>Cupressus sempervirens</i>), Nabo (<i>Brassica napus</i> var. <i>Napus</i>) Nogal, noguera (<i>Juglans regia</i>), Oreja de liebre (<i>Phlomis lychnitis</i>), Ortiga (<i>Urtica dioica</i>) Quejigo (<i>Quercus faginea</i>), Rabogato (<i>Sideritis hirsuta</i>), Zaragatona (<i>Plantago sempervirens</i>).
Fortalecimiento del corazón	Cardosanto (<i>Silybum marianum</i>), Espino, espinillo blanco, espinillo albar, espinillo majuelo, majuelo (<i>Crataegus monogyna</i>), Ortiga (<i>Urtica dioica</i>).

Tabla 17 (Cont). Plantas medicinales.

Tramiento	Plantas Medicinales
Regularizar la presión arterial	Asperón (<i>Lithodora fruticosa</i>), Carrasquilla, palomesto (<i>Rhamnus alaternus</i>), Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum arvense</i>), Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum telmateia</i>), Escobas de palotes (<i>Mantisalca salmantica</i>), Hierba del oro (<i>Ceterach officinarum</i>), Olivo (<i>Olea europaea</i>), Té de río (<i>Mentha aquatica</i>).
Depurativa	Asperón, tomillo de las siete sangrías (<i>Lithodora fruticosa</i>), Carrasquilla (<i>Rhamnus alaternus</i>), Ceporretas (<i>Globularia alypum</i>), Ortigas (<i>Urtica dioica</i>), Tomillo macho (<i>Plantago sempervirens</i>).
Anemia	Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum arvense</i>), Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum ramosissimum</i>), Junquillo (<i>Aphyllanthes monspeliensis</i>), Perejil (<i>Petroselinum crispum</i>), Zarza escaramujera (<i>Rosa canina</i>), Zarza escaramujera (<i>Rosa agrestis</i>).
Antiparásitos internos	Cagamirla, camamirla (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Catalinas, hierba santa, menta (<i>Tanacetum balsamita</i>), Crujía (<i>Digitalis obscura</i>), Hierba buena (<i>Mentha spicata</i>), Morquera (<i>Satureja montana</i>).
Relajantes	Ababoles, amapola (<i>Papaver rhoeas</i>), Betrónica (<i>Teucrium chamaedrys</i>), Cagamirla, camamirla (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Hinojo (<i>Foeniculum vulgare</i> subsp. <i>Piperitum</i>), Maria Luisa, hierba luisa (<i>Lippia triphylla</i>), Majuelo (<i>Crataegus monogyna</i> subsp. <i>monogyna</i>), Mejorana (<i>Thymus mastichina</i> subsp. <i>mastichina</i>), Toronjina, limonera, melisa (<i>Melissa officinalis</i>).
Dolor de cabeza	Espliego (<i>Lavandula latifolia</i>), Limonera, yerba limón (<i>Melissa officinalis</i>), Sanguinaria (<i>Agrimonia eupatoria</i>), Benignos (<i>Hyosciamus niger</i>), Beleño beninas (<i>Hyosciamus albus</i>), Cardo setero (<i>Eryngium campestre</i>), Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>), Sabuco, sabuquera (<i>Sambucus nigra</i>), Tejo (<i>Taxus baccata</i>).
Afecciones oculares	Cagamirla, camamirla (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Crestagallos, cresta de gallo, crestagallos fina, gallicresta (<i>Salvia verbenaca</i>), Hierba de la cuesta (<i>Plantago sempervirens</i>), Manzanilla amarga (<i>Anthemis nobilis</i>), Manzanilla de la sierra (<i>Artemisia alba</i>), Manzanilla, manzanilla dulce (<i>Matricaria chamomilla</i>), Rosa de pitiminí (<i>Rosa banksiae</i>).
Infecciones de oídos	Almendra amarga (<i>Prunus dulcis</i> var. <i>Amara</i>), Arenilla (<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>), Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>), Olivo (<i>Olea europaea</i>).
Reguladores del ciclo menstrual	Ruda (<i>Ruda graveolens</i>), Té de río (<i>Mentha aquatica</i>).
Infecciones vaginales	Gayuba (<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>), Jara (<i>Cistus ladanifer</i>), Noguera (<i>Juglans regia</i>), Rabogato (<i>Sideritis hirsuta</i>).
Diuréticas o antiinfecciosas de las vías genitourinarias	Arenilla, gayuba, gayubilla (<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>), Cagamilras (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Cebada (<i>Hordeum vulgare</i>), Cerezo (<i>Prunus avium</i>), Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum arvense</i>), Espárrago (<i>Asparagus officinalis</i>), Hinojo (<i>Foeniculum vulgare</i> subsp. <i>piperitum</i>), Junco (<i>Scirpus holoschoenus</i>), Maíz (<i>Zea mays</i>), Manrubio (<i>Marrubium vulgare</i>), Ortiga (<i>Urtica urens</i>), Rabogato (<i>Sideritis hirsuta</i>), Sierva blanca (<i>Salvia lavandulifolia</i>).
Cálculos renales	Cardo (<i>Xanthium spinosum</i>), Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum palustre</i>), Cola de caballo, pinillo (<i>Equisetum arvense</i>), Diente de dragón (<i>Taraxacum vulgare</i>), Grama (<i>Cynodon dactylon</i>).

Tabla 17 (Cont). Plantas medicinales.

Tramiento	Plantas Medicinales
Antireumáticas	Ortiga (<i>Urtica dioica</i>), Pirigallo borde, pimpinela (<i>Sanguisorba minor</i>), Romero (<i>Rosmarinus officinalis</i>), Ruda (<i>Ruta montana</i>).
Antiinflamatorias	Árnica (<i>Inula salicina</i>), Árnica (<i>Inula montana</i>), Azucena (<i>Lilium candidum</i>), Corrujía (<i>Digitalis obscura</i>), Malvas (<i>Malva sylvestris</i>), Pimpinela, perigallo borde (<i>Sanguisorba minor</i>), Rabogato, rabo de gato (<i>Sideritis hirsuta</i>).
Quemaduras	Árnica (<i>Inula montana</i>), Ge del campo (<i>Helianthemum cinereum</i> subsp. <i>rotundifolium</i>), Hierba de las quemaduras (<i>Bituminaria bituminosa</i>), Olivo (<i>Olea europaea</i>), Pericón (<i>Hypericum perforatum</i>), Sabuco (<i>Sambucus nigra</i>), Té de roca (<i>Chiliadenus glutinosus</i>).
Desinfectantes y antisépticas	Alcorrujía, crujía, corrujía, hierba de las cortaduras (<i>Digitalis obscura</i>), Árnica (<i>Inula montana</i>), Árnica (<i>Inula salicina</i>), Cagamirla (<i>Santolina chamaecyparissus</i>), Campanilla, ombligo de venus (<i>Umbilicus rupestris</i>), Curalotó, sanalotó, balsamina (<i>Sedum spectabile</i>), Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>), Flor de San Juan (<i>Verbascum thapsus</i>), Gé del campo, hierba de la gé (<i>Helianthemum cinereum</i> subsp. <i>rotundifolium</i>), Gurupesa, oropesa (<i>Salvia aethiopis</i>), Olivo (<i>Olea europaea</i>), Pino negral (<i>Pinus nigra</i>), Rabogato, rabo de gato (<i>Sideritis hirsuta</i>), Sabuco, sabuquera (<i>Sambucus nigra</i>), Té de risca, hierba del hueso (<i>Chiliadenus glutinosus</i>), Zaragatona, sargatona, tomillo macho (<i>Plantago sempervirens</i>).
Granos y forúnculos	Cardo (<i>Dipsacus fullonum</i>), Cebolla (<i>Allium cepa</i>), Ceronera (<i>Arctium minus</i>) Curalotodo, sanalotó (<i>Sedum spectabile</i>), Malvas (<i>Malva sylvestris</i>), Pino negral (<i>Pinus nigra</i>), Pino rodeno (<i>Pinus pinaster</i>).
Quitar Verrugas	Celidonia, golondrinera, verruguera (<i>Chelidonium majus</i>), Junco (<i>Scirpus holoschoenus</i>), Lechiterna (<i>Euphorbia serrata</i>), Lechiterna (<i>Euphorbia nicaeensis</i>).
Eczemas y sarpullidos	Sabuco (<i>Sambucus nigra</i>), Ruda (<i>Ruta montana</i>), Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>).

4.2. PLANTAS COSMÉTICAS.

Tabla 18. Plantas para preparados capilares, faciales o corporales.

Utilización	Plantas cosméticas
Fijador de pelo	Lantel (<i>Plantago lanceolata</i>)
Aclarar el pelo rubio	Manzanilla (<i>Matricaria chamomilla</i>)
Fortalecer el pelo	Noguera (<i>Juglans regia</i>), Romero (<i>Rosmarinus officinalis</i>)
Irritaciones de la piel	Cardo (<i>Dipsacus fullonum</i>)
Tratamiento del acné	Ceronera (<i>Arctium minus</i>)
Mantener la piel joven	Olivo (<i>Olea europaea</i>)
Agua perfumada	Espliego, sielva esplieguera (<i>Lavandula latifolia</i>), Mejorana (<i>Thymus mastichina</i>), Primavera (<i>Primula veris</i>), Rosa (<i>Rosa damascena</i>), Rosa de pitiminí (<i>Rosa banksiae</i>), Sielva blanca (<i>Salvia lavandulifolia</i> subsp. <i>Lavandulifolia</i>).

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

5. PLANTAS PARA OTROS USOS.

5.1. PLANTAS PARA LA OBTENCIÓN DE TINTES, CURTIENTES, ESENCIAS, RESINAS Y JABONES.

Tabla 19. Plantas para otros usos.

Utilización	Plantas para otros usos.
Tintes	Palillos (<i>Osyris alba</i>), Bubillera (<i>Cornus sanguinea</i>), Zumaque (<i>Rhus coriaria</i>), Sahuquillo (<i>Sambucus ebulus</i>).
Curtientes	Zumaque (<i>Rhus coriaria</i>), Carrasca o encina (<i>Quercus rotundifolia</i>), Quejigo (<i>Quercus faginea</i>), pino carrasco (<i>Pinus halepensis</i>).
Esencias	Espliego o sielva (<i>Lavandula latifolia</i>), Romero (<i>Rosmarinus officinalis</i>), Sabina negra (<i>Juniperus phoenicea</i>), Sielva blanca (<i>Salvia lavandulifolia</i>), Rosa (<i>Rosa damascena</i>).
Resinas naturales y pez	Pino Rodeno (<i>Pinus pinaster</i>), Pino negral (<i>Pinus nigra</i>).
Jabones y lejía	Quejigo (<i>Quercus faginea</i>), Carrasca o encina (<i>Quercus rotundifolia</i>), Barrilla (<i>Salsola kali</i>), Caramillo (<i>Salsola vermiculata</i>), Yerba jabonera, jabonera (<i>Gypsophila struthium</i> subsp. <i>struthium</i>), Jabonera (<i>Anagallis arvensis</i>) Jabonera, hierba jabonera (<i>Saponaria officinalis</i>).

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

5.2. PLANTAS PARA USOS ARTESANALES.

Tabla 20. Plantas para usos artesanales.

Utilización	Plantas para usos artesanales
Arados	Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>), Sabina (<i>Juniperus thurifera</i>).
Yugos	Quejigo (<i>Quercus faginea</i>), Carrasca o encina (<i>Quercus rotundifolia</i>), Nogal (<i>Juglans regia</i>)
Astiles	Olmo (<i>Ulmus minor</i>), Quejigo (<i>Quercus faginea</i>), Guillomo (<i>Amelanchier ovalis</i>), Llonero (<i>Celtis australis</i>)
Cubiertos	Buje (<i>Buxus sempervirens</i>)
Badajos	Retama (<i>Retama sphaerocarpa</i>), Espino badajero (<i>Rhamnus lycioides</i>), Ácere (<i>Acer monspessulanum</i>)
Pipas para fumar	Brezo (<i>Erica arborea</i>)
Cestería	Sarga (<i>Salix atrocinerea</i>), Sarga (<i>Salix eleagnos</i>), Mimbre (<i>Salix purpurea</i>), Escaña doble (<i>Triticum turgidum</i> subsp. <i>dicoccum</i>), Escaña melliza (<i>Triticum monococcum</i>)

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

5.3. PLANTAS PARA LA OBTENCIÓN DE COMBUSTIBLES VEGETALES.

Tabla 21. Plantas para la obtención de combustibles vegetales

Plantas para combustibles	Utilización
Yesqueros (<i>Fomes fomentarius</i>)	Yesca
Chopo (<i>Populus nigra</i>)	Yesca
Hierba de la yesca (<i>Bombycilaena erecta</i>)	Yesca
Pino negal (<i>Pinus nigra</i>)	Leñas, teta y carbón vegetal
Pino rodeno (<i>Pinus pinaster</i>)	Piñas y carbón vegetal
Quejigo (<i>Quercus faginea</i>)	Leña y carbón vegetal
Carrasca o encina (<i>Quercus rotundifolia</i>)	Leña y carbón vegetal
Romeros (<i>Rosmarinus officinalis</i>)	Leña para cocer el pan
Berezo (<i>Erica arborea</i>)	Leña para cocer el pan y carbón vegetal
Biércol (<i>Calluna vulgaris</i>)	Leña para cocer el pan
Chaparra borde (<i>Juniperus phoenicea</i>)	Leña para cocer el pan
Buje (<i>Buxus sempervirens</i>)	Leña
Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>)	Carbón vegetal
Pino carrasco (<i>Pinus halepensis</i>)	Carbón vegetal
Labiernago (<i>Phyllirea angustifolia</i>)	Carbón vegetal
Aliaga (<i>Genista scorpius</i>)	Matanza del cerdo
Hinojo (<i>Foeniculum vulgare</i> subsp. <i>piperitum</i>)	Matanza del cerdo

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

5.4. PLANTAS COMO INSECTICIDAS NATURALES.

Tabla 22. Plantas como insecticidas naturales.

Utilización	Plantas usadas como insecticidas
Ambientador y repelente de polillas	Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>), Espliego (<i>Lavandula latifolia</i>) Laurel (<i>Laurus nobilis</i>), Membrillo (<i>Cydonia oblonga</i>), Paraíso (<i>Elaeagnus angustifolia</i>)
Atrapamoscas y atrapamosquitos	Yerba mosquera, hierba mosquera, hierba de las moscas (<i>Silene muscipula</i>)
Auyentador de moscas y mosquitos	Alábega, albahaca, albaques (<i>Ocimum basilicum</i>), Alábega, albahaca, albaques (<i>Ocimum minimum</i>), Té rodeno (<i>Mentha pulegium</i>)
Auyentador de piojuelo en los gallineros	Manrubio, malrubio, marrubio (<i>Marrubium vulgare</i>)
Auyentador de pulgas en las cuadras	Acebo (<i>Ilex aquifolium</i>), Ajo (<i>Allium sativum</i>), Asensios (<i>Artemisia absinthium</i>), Asensios (<i>Nepeta nepetella</i> subsp. <i>cordifolia</i>), Jara (<i>Cistus ladanifer</i>), Matapollos (<i>Daphne gnidium</i>), Matapulgas (<i>Mentha suaveolens</i>), Matapulgas (<i>Mentha longifolia</i>), Mejorana (<i>Thymus mastichina</i>), Ontina (<i>Artemisia herbaalba</i>), Pino rodeno (<i>Pinus pinaster</i>) Tabaco (<i>Nicotiana tabacum</i>), Tabaco (<i>Nicotiana rustica</i>)

	Toronjina (<i>Tanacetum vulgare</i>).
Auyentador polillas y gorgojos	Sabina (<i>Juniperus thurifera</i>)

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

6. PLANTAS EN LAS TRADICIONES Y CELEBRACIONES.

Tabla 23. Plantas en las tradiciones y celebraciones.

Utilización	Plantas usadas en tradiciones y celebraciones.
Festividades religiosas	Cantueso (<i>Lavandula stoechas</i> subsp. <i>pedunculata</i>), Mejorana (<i>Thymus mastichina</i>), Hierbabuena (<i>Mentha spicata</i>), Sándalo (<i>Mentha x piperita</i>), Rosas silvestres (<i>Rosa</i> sp.pl), Romero (<i>Rosmarinus officinalis</i>), Toronjil (<i>Melissa officinalis</i>), Buje (<i>Buxus sempervirens</i>), Tomillo (<i>Thymus vulgaris</i>), Hoja rizada (<i>Tanacetum vulgare</i>), Hierba luisa (<i>Aloysia triphylla</i>), Hojas de olor (<i>Tanacetum balsamita</i>) Hierbasanta (<i>Mentha spicata</i>), Limonera (<i>Melissa officinalis</i>) Azucenas (<i>Lilium candidum</i>), Albricias o ramos (<i>Ruscus aculeatus</i>), Tejo (<i>Taxus baccata</i>), Sabina (<i>Juniperus phoenicea</i>), Cerezo (<i>Prunus avium</i>), Almendros (<i>Prunus dulcis</i>), Olmos (<i>Ulmus minor</i>), Madroño (<i>Arbutus unedo</i>).
Fiestas populares	Espliego (<i>Lavandula latifolia</i>)
Juegos populares	Enebro (<i>Juniperus oxycedrus</i>), Olmo (<i>Ulmus minor</i>) Buje (<i>Buxus sempervirens</i>), Sabina (<i>Juniperus thurifera</i>)

Fuente: Fajardo, J., Verde, A., Rivera, D., Obón, C., 2007. Elaboración propia.

7. LISTADO ALFABÉTICO DE ESPECIES VEGETALES UTILIZADAS EN EL VALLE DEL CABRIEL.

Especie	Nombre común en el Valle del Cabriel
<i>Acer monspessulanum</i>	Ácere
<i>Agaricus sp. pl.</i>	Hongo blanco, pucheros, hongo puchero, hongo de majadal
<i>Agrimonia eupatoria</i>	Sanguinaria
<i>Allium cepa</i>	Cebolla
<i>Allium sativum</i>	Ajo
<i>Althaea officinalis</i>	Malvarisco, malvavisco
<i>Amanita caesarea</i>	Amanita
<i>Amanita vaginata</i>	Coscorras
<i>Amaranthus sp. pl.</i>	Cenizos
<i>Amelanchier ovalis</i>	Guillomo
<i>Anagallis arvensis</i>	Jabonera
<i>Anchusa azurea</i>	Lenguaza
<i>Anthemis nobilis</i>	Manzanilla amarga
<i>Aphyllanthes monspeliensis</i>	Junquillo
<i>Apium nodiflorum</i>	Berras

<i>Arbutus unedo</i>	Madroño
<i>Arctium minus</i>	Ceronera
<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>	Arenilla, gayuba, gayubilla
<i>Artemisia abrotanum</i>	Manzanilla
<i>Artemisia absinthium</i>	Ajenjos, asensios
<i>Artemisia absinthium</i>	Asensios
<i>Artemisia alba</i>	Manzanilla amarga
<i>Artemisia herbaalba</i>	Ontina
<i>Artemisia pedemontana</i>	Manzanilla blanca
<i>Asparagus acutifolius</i>)	Espárragos trigueros
<i>Asparagus officinalis</i>	Espárrago
<i>Asperula cynanchica</i>	Hierba del cólico, hierba del pinillo
<i>Asphodelus sp. pl.</i>	Gamón
<i>Atriplex hortensis</i>	Armuelles o Almuelles
<i>Avena sativa</i>	Avena
<i>Avena sterilis</i>	Ballueca
<i>Beta vulgaris</i>	Acelgas
<i>Bituminaria bituminosa</i>	Hierba de las quemaduras
<i>Boletus aereus</i>	Faisán, pejín, hongo negro, porro
<i>Boletus aestivalis</i>	Faisán, pejín, hongo negro, porro
<i>Boletus edulis</i>	Faisán, pejín, hongo negro, porro
<i>Boletus pinophilus</i>	Faisán, pejín, hongo negro, porro
<i>Bombycilaena erecta</i>	Hierba de la yesca
<i>Brassica napus var. Napus</i>	Nabo
<i>Brassica oleracea</i>	Coles y similares
<i>Bryonia dioica</i>	Espárrago
<i>Bryonia dioica</i>	Espárragos
<i>Buxus sempervirens</i>	Buje
<i>Calluna vulgaris</i>	Biércol
<i>Calocybe gambosa</i>	Vizcaínas, setas de espino, perrochicos, sanjorgeras
<i>Capsicum annuum</i>	Guindilla
<i>Capsicum frutescens</i>	Pimpinela, perigallo borde
<i>Carduus bourgeanus</i>	Cardos borriqueros
<i>Celtis australis</i>	Llonero
<i>Ceterach officinarum</i>	Hierba del oro
<i>Chelidonium majus</i>	Celidonia, golondrinera, verruguera
<i>Chenopodium sp. pl.</i>	Cenizos
<i>Chiliadenus glutinosus</i>	Té de piedra, té de risca, té de roca, hierba de hueso
<i>Chondrilla juncea</i>	Chicorias o achicorias
<i>Cicer arietinum</i>	Garbanzos
<i>Cichorium intybus</i>	Chicoria o achicoria
<i>Cistus clusii</i>	Romero macho
<i>Cistus ladanifer</i>	Jara

<i>Citrullus lanatus</i>	Sandía o melón de agua
<i>Clitocybe geotropa</i>	Seta cucharera
<i>Convolvulus arvensis</i>	Corrigüela
<i>Cornus sanguinea</i>	Bubillera
<i>Corylus hispanica</i>	Avellanos
<i>Crataegus monogyna</i>	Espino, espino blanco, espino albar, espino majuelo, majuelo
<i>Crocus nevadensis</i>	Alcagüetas
<i>Cucumis melo</i>	Melones
<i>Cucumis melo var. Flexuosus</i>	Combros
<i>Cucumis sativus</i>	Pepino
<i>Cucurbita ficifolia</i>	Calabazas
<i>Cucurbita maxima</i>	Calabazas
<i>Cucurbita moschata</i>	Calabazas
<i>Cucurbita pepo</i>	Calabazas y calabacines
<i>Cupressus sempervirens</i>	Ciprés
<i>Cydonia oblonga</i>	Membrillo
<i>Cynara scolymus</i>	Alcachofa
<i>Cynodon dactylon</i>	Grama
<i>Daphne gnidium</i>	Matapollos
<i>Daucus carota</i>	Zanahorias
<i>Digitalis obscura</i>	Alcorrujía, crujía, corrujía, hierba de las cortaduras
<i>Dipsacus fullonum</i>	Cardo
<i>Echinops ritro</i>	Cardoblanco
<i>Elaeagnus angustifolia</i>	Paraíso
<i>Equisetum arvense</i>	Cola de caballo, pinillo
<i>Equisetum palustre</i>	Pinillo, cola de caballo, canutillo
<i>Equisetum telmateia</i>	Pinillo, cola de caballo
<i>Equisetum telmateia</i>	Pinillo, cola de caballo, canutillo
<i>Erica arborea</i>	Brezo
<i>Eryngium campestre</i>	Cardo setero
<i>Euphorbia nicaeensis</i>	Lechiterna
<i>Euphorbia serrata</i>	Lechiterna
<i>Euphorbia sp.</i>	Cuajaera
<i>Fallopia convulvulus</i>	Bajoquera
<i>Ficus carica</i>	Higuera
<i>Foeniculum vulgare subsp. Piperitum</i>	Hinojo o Linojo
<i>Fomes fomentarius</i>	Yesqueros
<i>Fragaria vesca</i>	Fresas silvestres
<i>Frangula alnus</i>	Arraclán
<i>Genista scorpius</i>	Aliaga
<i>Globularia alypum</i>	Ceporretas
<i>Globularia vulgaris</i>	Agrimonia

<i>Gypsophila struthium subsp. struthium</i>	Yerba jabonera, jabonera
<i>Helianthemum cinereum subsp. rotundifolium</i>	Gé del campo, hierba de la gé
<i>Helianthus annuus</i>	Pataca
<i>Helvella leucopus</i>	Morrinegrillos
<i>Hordeum vulgare</i>	Cebada
<i>Hygrophorus latitabundus</i>	Babosa negra, llanega negra
<i>Hygrophorus ligatus</i>	Babosa blanca, llanega, llanega blanca
<i>Hyosciamus albus</i>	Beleño beninas
<i>Hyosciamus niger</i>	Benignos
<i>Hypericum perforatum</i>	Pericón
<i>Hypochoeris radicata</i>	Hociquillos, morros o morrillos
<i>Hyssopus officinalis</i>	Hisopo, guisopo
<i>Ilex aquifolium</i>	Acebo
<i>Inula montana</i>	Árnica, hierba de la cortá
<i>Juglans hispánica</i>	Nogal
<i>Juglans regia</i>	Nogal, noguera
<i>Juniperus oxycedrus)</i>	Enebro
<i>Juniperus communis subsp. Hemisphaerica</i>	Enebro
<i>Juniperus phoenicea</i>	Sabina negra
<i>Juniperus thurifera</i>	Sabina
<i>Lactarius deliciosus</i>	Mizclo de rodено u hongo rodено
<i>Lactarius quieticolor</i>	Mizclo de rodено u hongo rodено
<i>Lactarius sanguifluus</i>	Mizclo de negral u hongo negral
<i>Lactarius semisanguifluus</i>	Mizclo de negral u hongo negral
<i>Lactarius vinosus</i>	Mizclo borracho
<i>Lactuca sativa</i>	Lechugas
<i>Lactuca serriola</i>	Lechuguilla
<i>Lathyrus cicera</i>	Titarros
<i>Lathyrus sativus</i>	Almortas o guijas
<i>Laurus nobilis</i>	Laurel
<i>Lavandula latifolia</i>	Espliego o sielva
<i>Lavandula stoechas subsp. Pedunculata</i>	Cantueso
<i>Leuzea conifera</i>	Piña
<i>Lilium candidum</i>	Azucena
<i>Lippia triphylla</i>	Hierba Luisa, yerba de María Luisa
<i>Lippia triphylla</i>	Maria Luisa, hierba luisa
<i>Lithodora fruticosa</i>	Asperón, asperillo, hierba de las siete sangrías
<i>Lycopersicon esculentum</i>	Tomates
<i>Malus domestica</i>	Manzanos
<i>Malus sylvestris</i>	Manzana amarga

<i>Malva sylvestris</i>	Malvas, marvas
<i>Mantisalca salmantica</i>	Camarrojas
<i>Mantisalca salmantica</i>	Escobas de palotes
<i>Marasmius oreades</i>	Paragüillas, pucheretes, seta de carrerilla
<i>Marrubium supinum</i>	Manrubio
<i>Marrubium vulgare</i>	Manrubio, malrubio, marrubio
<i>Matricaria chamomilla</i>	Manzanilla, manzanilla dulce
<i>Medicago sativa</i>	Alfalfa, Mielga
<i>Melissa officinalis</i>	Limonera, yerba limón, toronjil, melisa
<i>Mentha aquatica</i>	Té de río, té poleo de río
<i>Mentha longifolia</i>	Té silvestre, matapulgas
<i>Mentha pulegium</i>	Poleo, poleo de balsa, té de menta, té de rambla, té de monte, té rodeno
<i>Mentha spicata</i>	Hierbabuena, hierba santa
<i>Mentha suaveolens</i>	Matapulgas
<i>Mentha x piperita</i>	Sándalo
<i>Micromeria fruticosa</i>	Poleo
<i>Morchella sp. pl.</i>	Colmenillas, piñuelas, tocaillas, cagarrias
<i>Nepeta nepetella subsp. cordifolia</i>	Asensios
<i>Nicotiana rustica</i>	Tabaco
<i>Nicotiana tabacum</i>	Tabaco
<i>Ocimum basilicum</i>	Alábega, albahaca, albaques
<i>Ocimum minimum</i>	Alábega, albahaca, albaques
<i>Olea europaea</i>	Olivo, olivera
<i>Olea europaea</i>	Olivos
<i>Origanum vulgare</i>	Orégano
<i>Orobancha sp. pl.</i>	Rabo de lobo, pijo de lobo
<i>Osyris alba</i>	Palillos
<i>Papaver rhoeas</i>	Ababoles, amapola
<i>Paronychia argentea</i>	Sanguinaria
<i>Paxina costifera</i>	Orejetas, orejotes u orejas
<i>Paxina leucomelas</i>	Orejetas, orejotes u orejas
<i>Pelargonium hortorum</i>	Geranio
<i>Pelargonium peltatum</i>	Geranio
<i>Petroselinum crispum</i>	Perejil
<i>Phaseolus vulgaris</i>	Judías
<i>Phlomis herba-venti</i>	Cresta de gallo
<i>Phlomis lychnitis</i>	Hierba de la Candelaria, oreja de liebre
<i>Phragmites australis</i>	Carrizo
<i>Phyllirea angustifolia</i>	Labiernago
<i>Pimpinella anisum</i>	Anís
<i>Pinus halepensis</i>	Pino carrasco

<i>Pinus nigra</i>	Pino negal
<i>Pinus pinaster</i>	Pino Rodeno
<i>Pisum sativum</i>	Guisantes, bisantes
<i>Plantago lanceolata</i>	Lantel
<i>Plantago major</i>	Lantel mayor
<i>Plantago sempervirens</i>	Hierba de la cuesta
<i>Plantago sempervirens</i>	Hierba de la cuesta, tomillo macho
<i>Plantago sempervirens</i>	Zaragatona, sargatona, tomillo macho
<i>Pleurotus eryngii</i>	Seta de cardo, seta cardera, seta de cucharilla
<i>Pleurotus ostreatus</i>	Seta de chopo, seta de sarga
<i>Populus nigra</i>	Chopo
<i>Primula veris</i>	Primaveras
<i>Prunus avium</i>	Cerezo
<i>Prunus cerasus</i>	Guindos
<i>Prunus domestica</i>	Ciruelo, pumero
<i>Prunus dulcis</i>	Almendros
<i>Prunus insititia</i>	Ciruelos, pumeros, gruñones, ciruela endrinilla
<i>Prunus spinosa</i>	Endrinas o andrinas
<i>Pyrus communis</i>	Perales
<i>Pyrus cordata</i>	Peras cermeñas, cermeños, peros, perejones
<i>Quercus faginea</i>	Quejigo
<i>Quercus rotundifolia</i>	Carrasca o encina
<i>Retama sphaerocarpa</i>	Retama
<i>Rhamnus alaternus</i>	Carrasquilla, maraña fina
<i>Rhamnus lycioides</i>	Espino badajero
<i>Rhizopogon sp. pl.</i>	Turmas, patatas de tierra
<i>Rhus coriaria</i>	Zumaque
<i>Rorippa nasturtium-aquaticum</i>	Berros
<i>Rosa agrestis</i>	Zarza escaramujera
<i>Rosa banksiae</i>	Rosa de pitiminí
<i>Rosa canina</i>	Tapaculos, escaramujo, zarzas escaramujeras, rosal borde
<i>Rosa damascena</i>	Rosa
<i>Rosmarinus officinalis</i>	Romeros
<i>Rubus ulmifolius</i>	Zarzamora, zarza
<i>Ruda graveolens</i>	Ruda
<i>Rumex acetosella</i>	Acederas, vinagreras
<i>Rumex conglomeratus</i>	Romanzas, berzoletas, acederas de burro, lenguazas
<i>Rumex crispus</i>	Arnazas, acederones
<i>Rumex crispus</i>	Romanzas, berzoletas, acederas de burro, lenguazas
<i>Rumex pulcher</i>	Arnazas, acederones
<i>Rumex pulcher</i>	Romanzas, berzoletas, acederas de burro, lenguazas
<i>Ruscus aculeatus</i>	Albricias o ramos
<i>Ruscus aculeatus</i>	Tallos de albricia

<i>Russula sp. pl.</i>	Chivato del mizclo
<i>Ruta angustifolia</i>	Ruda
<i>Ruta montana</i>	Ruda
<i>Salix atrocinerea</i>	Sarga
<i>Salix eleagnos</i>	Sarga
<i>Salix purpurea</i>	Mimbre
<i>Salsola kali</i>	Barrilla
<i>Salsola vermiculata</i>	Caramillo
<i>Salvia aethiopis</i>	Gurupesa, oropesa
<i>Salvia lavandulifolia</i>	Salvia, sielva blanca, sielva
<i>Salvia verbenaca</i>	Crestagallo, cresta de gallo, crestagallo fina, gallicresta
<i>Sambucus ebulus</i>	Sahuquillo
<i>Sambucus nigra</i>	Sabuco, sabuquera, saúco
<i>Sanguisorba minor</i>	Pimpinela, perigallo borde
<i>Santolina chamaecyparissu</i>	Cagamirla, camamirla
<i>Santolina pectinata</i>	Ontina
<i>Saponaria officinalis</i>	Jabonera, hierba jabonera
<i>Sarcosphaera crassa</i>	Orejetas, orejotes u orejas
<i>Satureja intricata</i>	Ajedrea, morquera
<i>Satureja montana</i>	Morquera
<i>Scirpus holoschoenus</i>	Junco
<i>Scolymus hispanicus</i>	Cardillos
<i>Secale cereale</i>	Centeno
<i>Sedum spectabile</i>	Curalotó, sanalotó, balsamina
<i>Sideritis hirsuta</i>	Rabogato, rabo de gato
<i>Silene muscipula</i>	Yerba mosquera, hierba mosquera, hierba de las moscas
<i>Silene vulgaris</i>	Collejas
<i>Silybum marianum</i>	Cardencha, cardosanto
<i>Smilax aspera</i>	Zarzaparrilla
<i>Solanum tuberosum</i>	Patatas
<i>Sonchus asper</i>	Cerrajilla
<i>Sonchus oleraceus</i>	Cerrajilla o crujiera
<i>Sorbus aria</i>	Mostajos
<i>Sorbus domestica</i>	Azarollas
<i>Sorbus torminalis</i>	Mostajos
<i>Sorghum bicolor</i>	Sorgo
<i>Sparassis crispa</i>	Cagarrias, cascarrias, esponjas
<i>Sparassis laminosa</i>	Cagarrias, cascarrias, esponjas
<i>Spinacia oleracea</i>	Espinacas
<i>Tanacetum balsamita</i>	Catalinas, hierba santa, menta, hojas de oler
<i>Tanacetum vulgare</i>	Hoja rizá
<i>Tanacetum vulgare</i>	Toranjina, diente de dragón
<i>Taxus baccata</i>	Tejo

<i>Teucrium chamaedrys</i>	Betrónica
<i>Thymus mastichina</i>	Mejorana
<i>Thymus serpyllum</i>	Té ratero, tomillo ratero, correvuela
<i>Thymus vulgaris</i>	Tomillo, tomillo de San Antonio
<i>Tricholoma terreum</i>	Ratonera, firulí, frigolín
<i>Triticum aestivum</i>	Trigo candeal o jeja
<i>Triticum monococcum</i>	Escaña melliza
<i>Triticum turgidum subsp. Dicoccum</i>	Escaña doble
<i>Triticum turgidum subsp. Durum</i>	Trigo duro
<i>Tuber aestivum</i>	Trufa blanca
<i>Tuber melanosporum</i>	Trufa negra
<i>Tussilago farfara</i>	Piemulo
<i>Ulmus minor</i>	Olmo
<i>Umbilicus rupestris</i>	Campanilla, ombligo de venus
<i>Urtica dioica</i>	Ortiga
<i>Urtica dioica</i>	Ortigas
<i>Urtica urens</i>	Ortiga
<i>Vaccinium myrtillus</i>	Arándanos
<i>Verbascum sinuatum</i>	Gordolobo
<i>Verbascum thapsus</i>	Gordolobo, gordolobillo, flor de San Juan
<i>Verbena officinalis</i>	Verbena, hierba de Santa Isabel
<i>Veronica beccabunga</i>	Astillejo, frailes
<i>Viburnum lantana</i>	Morrionera
<i>Vicia ervilia</i>	Yeros
<i>Vicia faba</i>	Habas
<i>Vicia sativa</i>	Vezas
<i>Viola odorata</i>	Violetas
<i>Viola riviniana</i>	Violetas
<i>Viscum album subsp. austracum</i>	Almuérdago, almórdago
<i>Vitis vinifera</i>	Parras y vides
<i>Xanthium spinosum</i>	Crado, cardillos
<i>Zea mays</i>	Maíz