



## Esperit de saüc

Sant Jaume de Frontanyà

### Ubicació

**Comarca:** Berguedà

**Alçada:** 1073

#### Coordenades:

**Latitud:** 42.18737

**Longitud:** 2.02363

**UTM Est (X):** 419377

**UTM Nord (Y):** 4671041

### Classificació

**Número de fitxa** 08216 - 91

**Àmbit:** Patrimoni immaterial

**Tipologia** Tècnica artesanal

**Estil / època:** Contemporani Popular

**Estat de conservació** Regular

**Protecció** Inexistent

**Tipus de protecció:** Inexistent

**Accés** Difícil

**Ús actual:** Científic/Cultural

**Titularitat** Pública

**Autoria de la fitxa** Lluïsa Vilalta Pérez

**Data de registre de la fitxa:** dt., 10/05/2022 - 11:26

### Descripció

L'esperit de saüc o essència de saüc és un remei molt popular per les seves propietats antiinflamatòries, antitèrmiques pels refredats i la tos i també el mal de coll. A Sant Jaume i pobles veïns normalment es feia a final de mes de maig o principi del mes de juny, quan es troba la flor del saüquer en el seu millor moment i s'elaborava per tot l'any, tot intercanviant-la amb els veïns que se'n quedaven sense.

El procés per obtenir aquesta medicina seguint la tècnica tradicional era molt laboriós i lent. Un cop recol·lectades les flors, es posaven sobre un drap de lli o cotó dins d'una cassola. Sobre les flors es posava una font de calor, en aquest cas una cassola amb brases, i s'extreia l'essència de la flor, que gotejava sobre la cassola. Les flors es canviaven quan agafaven una tonalitat més fosca, tot reemplaçant-les per flors fresques. Les brases també s'havien d'anar alimentant durant tot el procés que podia durar tot el dia i la nit. Aquesta brasa és el que donava un gust diferenciador a l'essència de saüc, la que popularment era coneguda pel seu mal gust de planta fumada.

## **Observacions:**

El saüc (*Sambucus Nigra L.*) és de la família *Caprifoliaceae*. Les flors creixen en els brots nous de cada any, blanques de cinc puntes, totes a un nivell. S'estenen de manera plana i destaquen per un perfum dolç i penetrant. Els fruits formen uns raïms de color negre que es cullen quan estan madurs.

Tradicionalment el saüc era considerat un arbre màgic i sagrat, pel que, que a més a més dels seus innumerables usos i virtuts, se'n troben en la majoria de cases per protecció. D'aquí que se'l coneix com a "bonarbre".

El saüc és un arbre molt preuat a tot el món, ja que se'n poden utilitzar gairebé totes les parts: fusta per fabricació de flautes, pintes, pinxos...; l'escorça es fa servir en algunes cultures com a purgatiu o utilitzat en salves per tractar morats; l'arrel ofereix un tint negre molt interessant; les fulles són repel·lent d'insectes i agilitzen la fermentació del compost; la flor és considerada expectorant, demulcent, diaforètica, diurètica, galactògen i anti-inflamatòria; el fruit modula el sistema immunològic, és antiviral, digestiva, diurètica i també s'ha utilitzat en alguns indrets per a acolorir certs vins (sobretot port).

La flor del saüc, a part de l'esperit, també es pot consumir de moltes maneres diferents: en infusió, en vinagre, arrebossada o en bunyols, en llimonada o cava i en concentrat o "cordial", un refresc molt popular a l'estiu, ideal per rehidratar, essent un electrolit natural.

Actualment, el remei encara és utilitzat popularment, tot i que els veïns que en produeixen ja no utilitzen la tècnica tradicional, sinó que l'extreuen per un procés d'arrossegament de vapor amb alambic. Al Jardí Bauma, amb la col·laboració de Solus: Solucions Naturals, encara es poden fer tallers de producció dels diferents remeis herbals típics de la zona.

La imatge mostra un taller dels usos del saüc al Jardí Bauma, on apareix Rosa Sala, una de les poques persones que encara fan l'esperit de saüc a la manera tradicional, i Rosa Heras, infermera, jardinera i conservadora de la tradició herbal.

## **Bibliografia**

GAUSACHS, Ramon (2008): Les herbes remeieres Vol.II - De la cultura popular al fàrmac. Una aproximació etnobotànica, Ed. Rafael Dalmau, Barcelona.

TILGNER, Sharol Marie (2009): Herbal medicine. From the Heart of the Earth, Wise Acres LLC, Pleasant Hill, Oregon, USA.

GRIEVE, Mary (1973): A modern herbal, Barnes and Noble, Kent, UK.

