

A N E B E D A

Por MANUEL ARES FARALDO



Si alguna vez veis a un gato revolverse en la huerta y restregarse sobre hierbas, observad e id a mirar: comprobareis que hay un olor especial en el ambiente y en el mismo gato; dicho olor se debe a una hierba sumamente interesante de aplicaciones curiosas y popularmente, sino despreciable, sí al menos indiferente. Esta hierba, por el hecho descrito, se llama herba dos gatos, o también herbagaiteira, aunque su nombre común y vulgarizado es NEBEDA. Algunos libros la llaman albahaca, pero creo que equivocadamente, pues ya Linneo le llama a la

nébeda "*nepeta cataria*", y a la albahaca "*ocinum basilicum*".

No es abundante en otras regiones de España, pero en Galicia, y más concretamente en la zona de Las Mariñas, si desde ahora en adelante observais, vereis que abunda bastante, y sobre todo en terrenos laborables y próximos a las viviendas; en taludes, bordes de los caminos y subespontánea en bastantes lugares.

Es una herbácea que alcanza una altura de veinte a sesenta centímetros; el tallo con cierta pelusilla y bien encuadrado; las hojas verdes tirando a pequeñas, menores que las de la menta vulgar y de forma corazoidal y con los bordes dentados; también están cubiertas de cierta pelusilla como de algodón muy fino y ralo, y de ahí que sean agradables al tacto. Las flores son de un color blanco pálido tirando a azul en forma de espigueta ramosa y muy menudas. Prácticamente en Las Mariñas florece todo el año, a no ser en un invierno excesivamente frío. Por ejemplo, este invierno de 1982, en pleno mes de diciembre, está tierna y tiene flores incipientes. Aunque su mejor época es de junio a septiembre.

Si se frota o restrega con los dedos da un fuerte olor que atrae a los gatos; el olor es muy parecido al de la menta y creo que fundamentalmente es un olor agradable tirando algo a limón. En fin, como toda descripción es insuficiente y

además el grabado fotográfico, al no ser en color, ayuda poco a conocerla, lo más eficiente es que a uno se la enseñen, resregarla y olerla y después ya no se olvida.

Etimológicamente es de origen mediterráneo, pero no griego, como puede comprobarse incluso por el hebreo tanto en las denominaciones fónicas como semánticas y además por su origen mozárabe, como advierte Corominas: "nab(a)-ta"; marroquí "napita", y argelino "néveda"; la "p", que no existía en árabe, fue sustituida por "b". Algún tiempo atrás gozó de fama de "cura-lo-todo"; y, por ejemplo en Cataluña, como advierte el Dr. P. Font Quer en el Dioscórides, hay un refrán que reza así: "La nepta tot mal repta", es decir, que la nébeda desafía todo mal. Pero al margen de las exageraciones o actitudes debidas a la sugestión, y lo que he comprobado es que es pectoral, muy buena para el catarro e incluso bronquitis; pero fundamentalmente antidiarreica: no creo que los conejos, sin más, sean sugestionables, y sin embargo cuando uno de estos animales comienza a defecar blando y aún no le afectó lo suficiente como para eliminarle el apetito, al echarle unas ramas de nébeda, si el conejo tiene fuerzas para comerla, al día siguiente está reanimado y generalmente supera la enfermedad y se desarrolla como los compañeros; también es estomacal y facilita la digestión. De hecho, en su composición se encuentra carvacrol, timol (del tomillo) y nepetol.

Según ciertos autores sería también excitante, incluso el restregarse los gatos les llevaría a eso. El citado Dr. P. Font Quer, tomándolo de otro autor, que a su vez lo había recogido de un médico suizo del siglo XVIII, con cita de página incluida, narra una anécdota sumamente curiosa y que confirma con un ejemplo real su propiedad excitadora: un ver-

dugo muy conocido en Suiza, a causa de un sentimiento muy humano que él tenía por su condición natural o por debilidad de corazón, no habría podido ejecutar ningún malhechor si antes no hubiera mascado un poco de raíz de nébeda que luego colocaba debajo de la lengua; procediendo así se encolerizaba y enfurecía al instante y se volvía sanguiinario.

Parece ser que la raíz de la nébeda obra de manera similar a la muscarina, que es un componente de la amanita, propia de los bosques de hayas; de ahí que en Siberia es hoy el día en que se usa para obtener resultados parecidos y de ahí que antiguamente en los países nórdicos se usó para provocar una terrible furia guerrera.

Como la cosa va de curiosidades y entretenimientos, tengo otro dato relacionado con la nébeda y referente a Galicia: Por tierras de Bayo, no hace muchos años se hacían los llamados "Bolos do Pote", cuya composición era una pequeña porción redonda de masa fresca, sin fermentar, de harina de maíz con tocino picado y nébeda en su interior, y se cocía con el caldo y en la misma "pota". Resulta hasta estimulante para la investigación o, al menos para la curiosidad, el que en Alemania Federal una de las comidas típicas, aún hoy día, es lo equivalente a los "Bolos do Pote". Esto sucede en la región de Alemania llamada Algovia; geográficamente, y de una manera aproximada, la Algovia comprende los prealpes bávaros, entre München, Stuttgart y Freiburg. En Alemania a los "Bolos do Pote" les llaman Knödel, que en los diccionarios suelen traducir bastante libremente por almóndiga.

¿Serán acaso estos "Bolos do Pote" de origen celta? Sugiero esta hipótesis porque en la prestigiosa revista de geografía "National Geographic Magazine" de mayo del año 1977, que trae un largo ar-

título y un estupendo mapa de la Europa celta y que por esta zona de la Algovia señala varios hallazgos celtas y una floreciente cultura celta, y es más, aunque no pase de mera coincidencia, en lo que actualmente es la frontera de Suiza con Austria, y muy cerca de la frontera con Alemania, a orillas del lago de Constanza, lo que actualmente es Bregenz (un buen centro turístico austríaco) antiguamente se llamaba BRIGANTIUM; y todos sabemos la raíz de esta palabra. Seguir por estos derroteros sería salirse del tema de la nébeda.

Como todos sabemos, en nuestras Mariñas el uso más frecuente y conocido de

la nébeda es para cocer castañas, y creo que esto se debe principalmente a su aroma.

Cuando se usa como pectoral, anticatarral o antidiarreica para las personas, es suficiente hacer una infusión al modo de la manzanilla con un puñado de todos los elementos de la planta excepto la raíz. La mejor época para su recolección es a finales de agosto o principios de septiembre; pero si usted cree en la influencia de la luna en estas cuestiones, la mejor época para recogerla es "na luna de agosto".

Desde luego, recójala en día seco, y mejor aún si es soleado.

