

Estación. — Prados, caminos, campos, etc. muy común.

Epoca de floración. — Verano.

Aplicaciones. — Tiene propiedades laxantes y amargo depurativas, constituyendo por esta causa, un buen aperitivo. Es un buen tónico estomático (10 grs. hojas secas, o 20 tiernas, en un litro de agua, hervir, tapar herméticamente y enfriar con lentitud, seguidamente colar. Se tomará a razón de una taza después de las comidas).

La raíz seca tostada, por su gusto especial, sirve para preparar un sucedáneo del café, siendo un buen tónico. Mezclado con café disminuye sensiblemente la acción excitante de la cafeína. Para distinguir la achicoria tostada del verdadero café, se verterá algo de polvo sobre un vaso de agua, el polvo de café flota, mientras que la achicoria se irá al fondo.

No debe confundirse esta especie con la *Chondrilla juncea* L. llamada popularmente *mastecs* o *mastegueres* en catalán. La achicoria puede utilizarse fresca, como ensalada, si bien es más apreciada la *Chondrilla*. La es. carola es un especie afín; la *Cichorium Endivia* L.

ANTONIO JONCH

Actividades excursionistas

Días 9 y 10 de Abril de 1950

Travesía de La Molina a Ribas

Pasando por Puigllansada, El Tosal, Castellar de Nuc, Ermita de San Juan de Cornudella, Santuario de Montgrony, Coma Armada y Campellas.

Día 9: Tomamos el teleférico hasta el Turó de la Perdiu, y aquí se inicia la excursión, por un sendero hasta Coll Sisé, de este hacia Costa Rasa (2.050 mts.), encontrando durante la ascensión algunas "congestas" de nieve, que ya van dibujando sus mapas blancos sobre la verde hierba.

A medida que nos íbamos encumbrando, tuvimos que atravesar enormes palas de nieve. Y por fin se nos ofreció a la vista la cúpula grisácea del Puigllansada, llegando a la cima (2.410 mts.) a las 13'30 horas. Desde ella se descubre un grandioso panorama: infinidad de