

Nombre científico – autor: “**Rubus ulmifolius**” Schott

**Nombre catalàn:** Abarta, Abracer, Esbarzer, Esbarzer comú, Esbarzer de móres, Romaguera, Romeguera.

**Nombre castellano:** Zarza, Zorzamora.

**Nombre occità:** Bartàs, Eromze, Romde, Romec, Romes, Roumese, Rumec, Róumio.

**Nombre francés:** Ronce à feuilles d’orme.

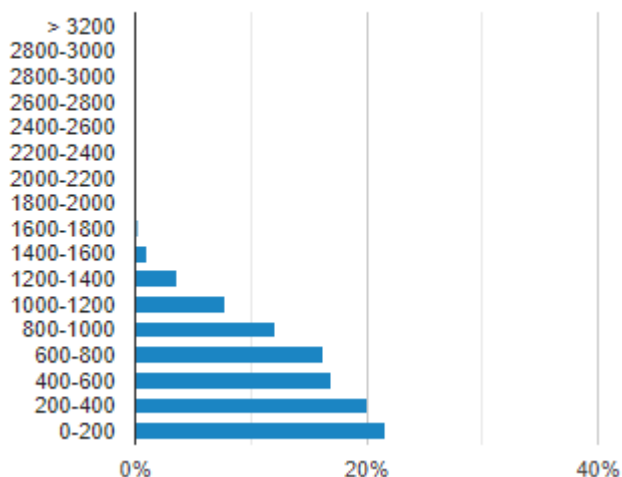
**Nombre inglés:** Bramble, Elm-leaved bramble.



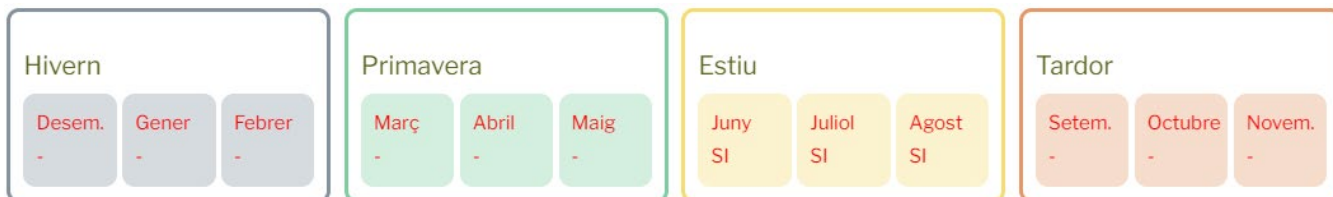
### Distribución geográfica:



Distribució altitudinal [1-14001550]



### Floración:



### Usos:

La zarzamora es una fruta del bosque dulce muy popular en pastelería para la preparación de postres, mermeladas y jaleas y, a veces, vinos y licores. Las hojas disecadas, utilizadas como infusiones, tienen propiedades astringentes, antisépticas, urinarias y bucales, y también diuréticas. La mora negra o zarzamora contiene sales minerales y vitaminas A, B y C. Por su alto contenido de hierro es utilizada para prevenir y combatir la anemia. Entre otras facultades, estudios recientes comprobaron que el elevado contenido de flavonoides contribuye a prevenir el cáncer y disminuir el colesterol. Las cortezas de los tallos se utilizan como material de cestería y para hacer cuerdas.<sup>5</sup> Es por ejemplo material tradicional para coser las colmenas de paja o skep hives de tradición anglosajona que aún se utilizan hoy en día.

Otro uso, poco conocido, es como sustituto del tabaco.