

MADUIXERA

Fragaria vesca L.

[1753, Sp. Pl. : 494] $2n = 14$



FRAGARIA VESCA L. Dibuix de TOMÉ, OTTO WILHELM



foto inferior: PERE MASDÉU

ETIMOLOGIA NOM CIENTÍFIC: de «fragro» = exhalar bona olor» i «vesca» = escadussera.

NOMS POPULARS

Alemanys: Wald- erdbeere/ Erdbeere / Monatserdbeere

Anglès: Starwbery/ Woodland strawberry/ Alpine strawberry / English strawberry / European strawberry / Hautbois strawberry / Perpetual strawberry / Steawberie / Strawberries / Strawberry / Wild european strawberry / Wild strawberry / Wood strawberry / Woods strawberry

Aragonès: fraga, frara, fresera, magoria, martuall, martuel, martuello, matruei, morterol, fraga, frara, fresa, fresera, fresones, magoria, martoll, martuall, martuel, martuello, matruei, morterol, mortol.

Armeni: Գետնատխալ

Bable: abeyuotanu, abrodos, abruógano, amorolo, amurolo, amuruógano, amuruóganeira, argumiétanos, arándanos, belléanos, bidruégano, bidruéanos, biruíbanu, biuéganu, celogromo, fresa enana, fresa montés, fresa silvestre, freseira, freses, gorbiétanu, gurbiétanu, marganétanu, medruégano, meruéganu, meruéndanu, meruéanos, miragüétanu, mirauéanos, miruéganal, miruéganu, miruéndanal, miruéndano, miruéndanos, miruéndanu, miruéganal, miruéganu, mirándanos, mirándanu, moruéganu, ribichón, ribión, rubión.

Basc/Euskera: amaluquio, amarrúgi, amayata, amuli, arragantze, arragatze, arrugui, ayugui, basamarrubi, maguria, maidubi, maihar, mailar, malhuero, mallubi, mallugai, mallugi, malluguia, malluki, malubi, malubia, maluquio, marabio, marauri, mariguri, mariguria, marrubi, marrubia, marrubiondo, marrubí, marubia, marubiya, maruri, mauli, mauliqui, maulubi, maurgi, mauri, maurri, mazura, metra, sagarina.

Castellà: fresonera silvestre, frutilla, fresal silvestre, fraguera, ajuérganu, alubica, amagueta, amaita, amaluquio, amarrubia, amaruégano, amaruógano, amaruóganu, amiérganu, amiérganu, amorodo, anube, aragues, arneinas, arneita, arneitas, arneína, arneíta, arrugui, avellátanos, avellótanos, ayugue, ayugui, belletano, belletedano, ciruéganu, colorines, fraga, fragaria, fragaria menor, fraguera, fresa, fresa brava, fresa común, fresa espanyola, fresa fina, fresa gorda, fresa menuda, fresa montisca, fresa silvestre, fresal, fresal común, fresal silvestre, fresas de Castilla, fresera, guindón, madroncillo, maeta, magueta, magüetas, maibeta, mairuéndano, maita, maluquio, mamaeta, mamayeta, mameta, maqueta, mariángana, marrubia, martuelera, maruéndano, mauliqui, mayeta, mayetas, mayota, mayuela, mayueta, mayueta, mayueta yerba, mayuetal, mayuetas, maíta, meleta, melétano, meruendanu, meruéndano, meta, metra, metras, miezdago, miezgado, miruendanera, miruendano, miruébano, miruéganu, miruéndano, miérdago, miérganu, miézdago, miézdago, morazo, morita de la reina, morita del rey, morozo, neta, viruébano, viruéganu.

Català: maduixera, aragera, aragé, aragues, baragera, fraga, fraula, fraulera, fresera, maduixa, maduixeira, maduixer, maduixer bord, maduixera de bosc, maduixeres, maduixers, maduixes, maduixetes de bosc, maduxeira, martoll, martuall, muduxer. manduixera, manduxera, marioges, mariotxa.

Danès: Almindelig jordbaer(Jordbaer/ Skov-jordbaer

Eslovac: Jahoda obyčajná

Eslovè: Gozdna jagoda/ Jagodnjak navadni / Navadni jagodnjak

Estonià: Metsmaasikas

Farsi/Persa: توت فرنگی وحشی

Finlandès: Ahomansikka/ Mansikka / Metsämansikka

Francès: Fraisier des bois

Gaèlic: Sú talún fiáin

Galès: Mefus gwyllt / Mefusen / Mefusen y goedwig

Gallec: amarón, amodoreira, amoridio, amorillote, amorilloteira, amorillón, amorodeira, amorodo, amorote, cacareixón, careixón, carrixo, fragaria, fresa, fresa silvestre, freseira,

maroteiro, morango, morango colorado, morangueira, morodeira, morodera, morodo, moroga, morogo, morogueiro, morongueira, morongueiro, moronguiño, morote.

Grec: Χαμοκέρασο / Άγρια φράουλα / Φράουλα

Holandès: Bosaardbei/ Aardbeiplant

Hongarès: Erdei szamóca

Islandès: Villijarðarber/ Jarðaber / Jarðarbe

Italià: Fragola di bosco, fragola commune, fragola

Japonès: エゾヘビイチゴ / ワイルドストロベリー

Norueg: Bærbær / Jarbær / Jolebær / Jærebær / Moskusjordbær / Månedsjordbær / Markjordbær

Polonès: Poziomka pospolita

Portuguès: Morango-silvestre/ Fragaria / Moranga / Morango / Morangueiro / Morangueiro-bravo/ Herva dos morangos/ Morangueira vulgar/ Morodo/ Murungao.

Rus: Земляника лесная

Serbi: Шумска јагода

Suec: Månadssmultron / Skogssmultron / Smultron

Turc: Yabani çilek/ Çilek / Dağ çileği / Ormançileği

Txec: Jahodník obecný

Xinès: 森林草莓 / 野草莓

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA

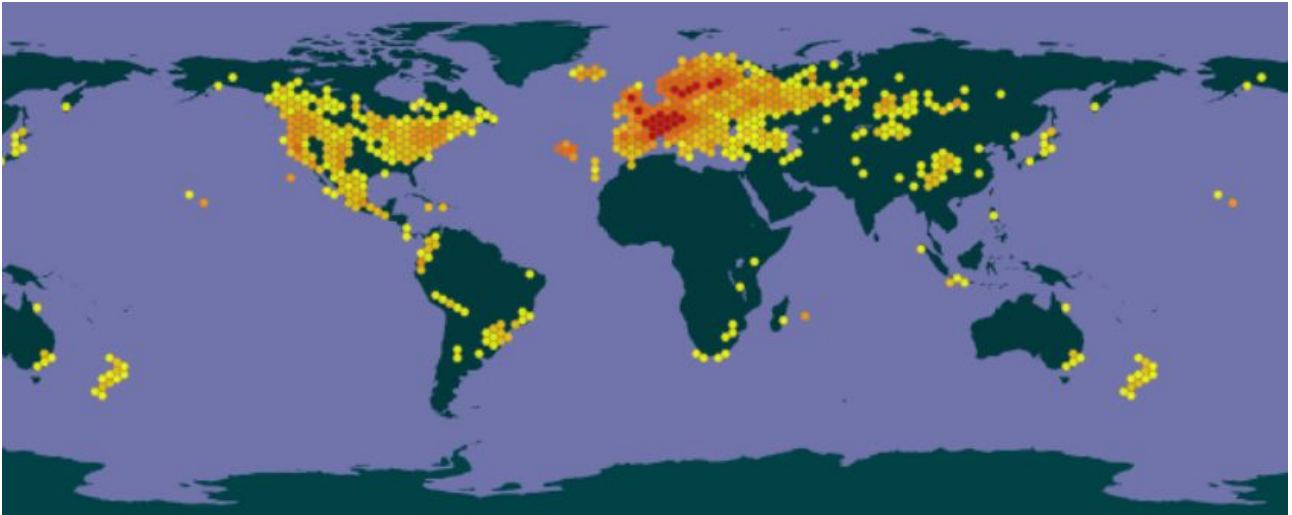
Les **Rosàcies** són plantes no paràsites ni submarines, amb fulles amb estípules, amb flors amb carpels no soldats, dialipètales polistèmones, regulars, amb 5 pètals, i fruit en polidrupa. Dins la família de les rosàcies, el gènere **Fragaria** es distingeix per tenir les flors superovàriques, amb calicle de 5 peces enteres o bifides, i ser plantes herbàcies rizomatoses, sense agullons, amb el fruit en poliaqueni amb receptacle suculent, estil curt subterminal, pètals blancs, de més de 3 mm, més de 10 estams; les fulles ternades, dentades, llargament peciolades, amb els rizomes coberts de les restes de fulles i estípules, i que arrenen als nusos, donant lloc a un rosetó de fulles; i flors en inflorescències cimoses.

Fragaria vesca és una planta de fins a 25 cm d'alçada, i amb estolons rogençs que es poden allargar fins a 50 cm, amb una bràctea a cada nus. Tiges fèrtils ascendents, rogenques a la base, amb pèls simples, més aplicats a la zona apical. Fulles glabrescents per la cara de sobre i peluda (amb pèls aplicats) a la de sota. Foliols oval-ròmbics amb dents triangulars ovals, amples, totes iguals. Pecíol rogenç a la base, amb pèls patents. Estípules enteres, lanceolades, acuminades, piloses, de color castany. Inflorescència terminal cimosa, amb pedicels erectes durant la floració i reflexes després, amb pèls aplicats o més o menys erectes. Bràctea inferior de la inflorescència simple (o en 3 peces), de més de 3 mm d'amplada, amb marge generalment dentat. Flors hermafrodites. Receptacle amb la zona axial ben glabra, llevat de a la base on hi ha un anell de pèls. Sèpals 5, reflexos després de la floració, de 3-7 mm, aguts, peluts (amb pèls aplicats). Peces del calicle lanceolades, piloses. Pètals de 4-8 mm entre ovals i orbiculars, ben blancs, amb la unglà curta. Maduixa de 5-15 mm, ovoide, entre turbinada i globulosa, ben vermella al madurar, amb els petits aquenís (1-1.5 mm) repartits per igual en la superfície, no enfonsats.

ESPÈCIES SIMILARS

Els maduixots de cultiu solen ser híbrids **Fragaria x ananassa** (=chiloensis x virginiana). De maduixera silvestre n'hi ha una altra espècie, ben rara de trobar al Montsec i a algunes zones del Ripollès i la Garrotxa: **Fragaria viridis** (=collina). Es distingeix perquè els sèpals, enlloc d'estar girats cap avall, estan dirigits cap a la punta de la maduixa, i els estolons només tenen una bràctea al primer entrenús.

HÀBITAT I DISTRIBUCIÓ GEOGRÀFICA



FRAGARIA VESCA al món, segons GBIF

Al món és una espècie gairebé cosmopolita de les zones temperades fredes, però principalment es fa a Europa i Amèrica del Nord. La maduixera es fa als marges de camins ombrívols i amb força saó, a les vorades i clarianes de rouredes, pinedes de pi roig, avellanoses i fagedes. Ocasionalment també als alzinars. A Catalunya es troba una mica arreu, des de terra baixa fins l'estatge subalpí. És absent, però a les planes de l'Empordà o a les de Lleida o del Camp de Tarragona. Les maduixes del bosc, al Ripollès, es troben des de Sant Joan (24 de Juny) fins a Sant Gil (1 Setembre). Se'n poden collir fàcilment 3 Kg en una estona si es coneixen els indrets on es fan, allà on s'hagin tallat els faigs. Una mica d'efecte psicodèlic el deuen tenir perquè després d'una collita tan profitosa, a la nit al aclucar els ulls segueixes veient maduixes.

HISTÒRIA

Les maduixes silvestres del cert que eren conegudes pels homes prehistòrics. OVIDI (segle I a.C-I d.C.) donava a entendre que al paradís els homes s'alimentaven de maduixes. LUCI APULEU (LUCIUS APPULEIUS) (segle II) en descrivia els usos terapèutics de les maduixes, les fulles i les arrels. Però les maduixes grosses o maduixots no es conegueren fins el segle XIV a França.

Per a NICHOLAS CULPEPER, (segle XVII) la maduixera és planta de Venus. Les maduixes refreden el fetge, la melsa, la sang i l'estómac, apaguen la set i reconforten l'esperit. Però no es bo prendre'n moltes quan es té febre perquè poden augmentar les pujades de temperatura al fermentar dins l'estomac. També les fulles o les arrels bullides en aigua i vi proporcionen una beguda que refresca el fetge i la sang, i desinflama els ronyons, la bufeta i alleuja moltes altres inflamacions. També frena la menorràgia i desinflama la melsa. El destil·lat de les maduixes és un remei excel·lent contra les palpitations i contra la icterícia. Les úlceres es poden curar amb compreses de l'agua de bullir fulles i arrels o amb el mateix suc de les maduixes. L'agua de fer bullir fulles i arrels va bé per reforçar les genives i evitar que els dents ballin. També va bé contra el catarro. El suc de les maduixes es pot instil·lar als ulls per combatre la conjuntivitis o les cataractes; o a la cara contra ronxes allà on siguin.

CARL LINNÉ (segle XVIII) va fer una cura de maduixes i es va curar de la gota.

Comptant totes les varietats de maduixa, al món se'n produeixen uns quatre milions i mig de tones l'any.

ESOTERISME

A Alemanya creuen que els nens que han mort dissortadament a una edat molt curta puguen al cel amagats dins les maduixes del bosc.

Els cinturons fets amb els pecíols de les fulles de les maduixeres protegeixen de les picadures de les serps.

Una llegenda explica que Adam va discutir amb Eva que va marxar allunyant-se d'Adam. Ell va marxar en direcció contrària, però sense gaire esma. El sol li va preguntar si encara estava enfadat amb Eva, i ell respongué que no, que voldria tornar a estar amb ella. Aleshores el sol va anar col·locant al camí per on avançava Eva mates de romegueres plenes de mores, després gerderes amb gerds, i no va ser fins que va posar maduixeres plenes de maduixes que a Eva se li va passar l'enfadament. Aleshores va sentir l'impuls de reconciliar-se amb Adam i va tornar enrere per reunir-s'hi i donar-li algunes maduixes que encara no s'havia menjat.

Somniar en maduixes té un significat sexual esperançador. Veure-les, en somnis, significa que una amistat progressarà. Menjar-les pronosticaria un petó de qui menys t'ho esperaves. Agafar-ne moltes al bosc, pronosticaria aventura sexual o guany inesperat. Però si el cistell es volca, decepció en l'amor.

LITERATURA

[«Oda a la fresa» *Fata Morgana* = PAMELA ERIN MASON RAMOS]

«Fresca fresa,
frenesí de la
lengua que te prueba,
de los labios que
descifran tu
textura
de poros resaltados,
como la piel de los
enamorado
que se besan.

Fresa roja,
mi boca que
loca te toca
va adquiriendo
de tu jugo su color
carmesí, sangre de la tierra.
Eres dulce como
un suspiro del que ama;
y cítrica audacia,
cuando te muerdo,
me reclama.
Quiero ya verte
cubierta de crema

y azúcares,
de chocolate amargo,
de licor.
O desnuda en tu propia
ensoñación.
Fresa de los campos
psicodélicos,
fresa de las tierras
de Guanajuato*, cada mano
que se agacha en la pizca
a recogerte
va fabricando un destino.
Eres más que un fruto,
un estandarte,
fresa color de bandera,
verde la vida en tu frente,
blanca esperanza dentro,
roja sangre que
te llena de jugosidad.
Quiero volverme
como tú, fresa,
al amanecer,
y ser probada por unos

labios sedientos.
Fresa de las mil pecas,
quiero comerte
a mediodía,
en las noches de pasión
y de silencios.

Quiero beberte
en agua fresca,
lamerte en helados
y paletas.
Fresa, tu figura de
diamante
adorna mi corazón,
eres como una gota
de sangre que cae
invertida
sobre la claridad
de mi alma
y la desborda
con su sabor
radiante, como
la primavera.»

[* Guanajuato: regió del centre de Mèxic]

ALIMENTACIÓ

Les maduixes del bosc es cullen ben madures i es mengen de seguida a l'endemà. A la nevera es podrien conservar 3 dies. Industrialment es conserven 20 dies a 3 °C amb atmosfera d'11% d'Oxigen i 10% de CO2. Solen amanir-se amb unes gotes de vinagre i sucre, o amb suc de taronja i sucre, o amb vi dolç, o amb llet o iogurt i sucre, o amb nata o crema. Però per alimentació solen emprar-se les maduixes de l'hort de la mateixa manera o en suc, batuts, pastissos, licors (per maceració), confitures. Les maduixes no convenen, per l'àcid oxàlic, als qui tenen tendència a produir càlculs d'oxalats. Ni a les persones que en són al·lèrgiques o als nens de menys d'un any i mig o a les embarassades, pel perill de desencadenar un procés al·lèrgic. Les fulles més tendres es poden menjar com a verdura.

INFUSIONS

Per fer dormir: fulles de maduixera + milfulles + til·la +serpol + menta

Tisana universal (MARIA TREBEN):

Abies alba (borrons)	Mentha piperita (fulles)
Alchemilla vulgaris (fulles)	Origanum majorana (planta)
Asperula odorata (planta)	Oxalis acetosella (flors)
Bellis sylvestris (flors)	Primula veris (flors)
Calendula officinalis	Pulmonaria affinis (fulles)
Epilobium parviflorum (planta)	Rosa damascena (flors)
Filipendula ulmara (flors)	Rubus idaeus (brotets)
Fragaria vesca (fulles)	Sambucus nigra (flors)
Galium verum (planta florida)	Thymus serpyllum (planta florida)
Glechoma hederacea (planta florida)	Tilia cordata (flors)
Hypericum perforatum (planta florida)	Tussilago farfara (flors o fulles)
Matricaria chamomilla (flors)	Urtica dioica (brotets)
Melissa officinalis (fulles)	Viola canina (flors)

PROPIETATS MEDICINALS DE FRAGARIA VESCA

- analgèsica
- antiinflamatòria
- aperitiva
- anticancerígena
- antireumàtica
- astringent
- colagoga
- cosmètica
- depurativa
- diürètica
- hepàtica
- hipoglucemiant
- hipotensora
- immunoestimulant
- laxant
- pectoral
- radioprotectora dels limfòcits i dels granulòcits normals (no leucèmics)
- reforçant
- refrigerant
- tònica
- vasodilatadora coronària (fulles)

USOS MEDICINALS DE FRAGARIA VESCA

- aftes a la boca (fulles tendres)
- amigdalitis (fulles UE)
- anèmia
- anorèxia
- ansietat
- arrugues a la cara (suc UE)
- artritis
- càlculs biliars
- càlculs urinaris
- calor
- càncer
- cataractes (fulles UI)
- catarro
- cistitis (fulles UI)

- conjuntivitis (suc UE)
- couperose (suc UE)
- cremades
- cucs intestinals
- dents que es mouen
- diabetis
- diarrees (fins i tot tifus i còlera)
- disenteria
- estomatitis
- flebitis
- gingivitis (fulles)
- gota (àcid úric)(excepte si hi ha oxalúria)
- hematúria
- hepatitis
- hipertensió
- icterícia
- incontinença urinària
- infeccions urogenitals (cistitis, leucorrea)
- insolació UE
- intoxicacions
- mal de coll (fulles + arrels)
- mal de vente (pecíols i calzes en maceració en licor d'anís)
- melsa inflamada
- menorràgia (arrels i fulles UI)
- nafres (fulles UE, maduixes picades)
- palpitations (destil · lat aquós)
- penellons (arrels UE; homeopatia)
- pielonefritis
- pigues UE (maduixa + Llimona)
- poagre
- prostatitis (decocció rizoma)
- reuma
- tabaquisme
- taques a les dents UE
- tos ferina (fulles + baba de cargol)
- tuberculosi
- tumors
- ulls plorosos (fulles UE)
- xarampió (fulles UE)

USOS MEDICINALS DE LES MADUIXES

Externament s'empren per fer mascareta facial de bellesa. Fregar les pigues amb la polpa, amb suc de llimona, les fa desaparèixer. Per ús intern són tòniques, depuratives, mineralitzants, refrescants, hipotensores, immunoestimulants. Però a algunes persones els produeix al·lèrgia. En general s'empren contra:

- àcid úric
- anèmia
- anorèxia
- arrugues a la cara UE
- arteriosclerosi
- artritis
- asma
- aterosclerosi
- auto-intoxicació
- blennorràgia
- càlculs biliars
- càlculs urinaris
- càncer
- convallescència
- debilitat
- diabetis
- diarrees
- èczema UI
- estrenyiment
- ferides UE
- gastritis
- gota (excepte si hi ha oxalúria)
- grans
- hemorroides
- hepatitis
- hiperglucèmia de després de dinar
- hipertensió
- indigestions
- infeccions urogenitals
- mal de coll
- osteoporosi
- penellons UE
- pielonefritis
- pigues UE
- plètora
- reuma
- tabaquisme (desintoxicació)
- talls a les mans UE
- tifus
- tuberculosi
- urticària UI

USOS MEDICINALS DE LES ARRELS DE MADUIXERA

- cucs intestinals
- diarrea
- gastroenteritis
- estomatitis
- gingivitis
- hemorroides

- infeccions urinàries
- menorràgia
- panses a la boca
- pielonefritis
- reuma
- tifus
- varius

PRINCIPIIS ACTIUS DE FRAGARIA VESCA

PLANTA

- àcid cítric
- àcid el·làgic
- àcid màlic
- àcid tànnic
- Calci
- catecol
- diòxid de Silici
- el·lagitanina
- flavonoides
- flavonols
- fraganol
- leucoantocianidines
- Magnesi
- metil-salicilat
- pectina
- procianidina B1
- quercetina
- tanins

MADUIXES

- 1-O-protocatehuïl-beta-xilosa
- àcid 3-O-metil-el·làgic-3'-O-alfa-rhamnòpiranòsid
- àcid caprònic
- àcid cítric
- àcid cítric isòmer
- àcid clorogènic
- àcid dimetil-el·làgic-hexosa
- àcid el·làgic
- àcid el·làgic i derivats
- àcid el·làgic-hexosa
- àcid el·làgic-metil-pentòsid
- àcid el·làgic-pentosa
- àcid ferúlic-hexosa
- àcid linoleic
- àcid linolènic
- àcid metil-el·làgic-acetil-hexòsid
- àcid metil-el·làgic-glucosa
- àcid metil-el·làgic-hexosa
- àcid metil-el·làgic-pentosa
- àcid metil-el·làgic-rhamnòsid
- àcid oxàlic
- àcid salicílic
- àcid succínic
- àcid tetrametil-el·làgic-hexosa
- agrimoniïna
- alcohol amílic
- antocianines
- apigenina-pentòsid
- bornaol
- Calci
- castalina
- casuarictina
- catequina
- cianidín-3-O-glucòsid
- cianidín-3-O-malonil-glucòsid
- cianidina
- diosmetina-acetil-hexòsid
- el·lagitanins
- èster de l'àcid acètic i caprònic
- èster de l'àcid benzoic i caprònic
- èster de l'àcid fòrmic i caprònic
- etanol
- Ferro
- flavonoides
- Fòsfor
- fragarina
- fragaròsid
- fructosa
- furaneol-hexòsid
- gal·lo-tani
- gal·loil-bis-hexahidro-difenoil-glucosa
- gal·loil-glucosa
- gibberel·lina8-hexosa
- hexosil-hexosa
- hiperòsid
- kaempferol-3-O-hexòsid
- kaempferol-acetil-hexòsid
- luteïna
- oli essencial
- pelargonidina 3-O-glucòsid
- pelargonidina-3-glucòsid
- pelargonidina-acetil-hexòsid

- pemntagal·loïl-hexosa
- peonidín-3-O-malonil-glucòsid
- peonidina-3-O-malonil-glucòsid
- Potassi
- proantocianidina tetràmer
- proantocianidina trimer
- procianidina
- propelragonidina trimer
- quercetín-3-O-glucòsid
- quercetín-acetil-hexòsid
- rutina
- sacarosa
- salicilat d'etil
- tanins
- taxifolín-3-O-arabino-furanòsid
- taxifolín-3-O-arabinòsid
- terpina
- tgrigal·loïl-glucosa
- triptofan
- vitamina A
- vitamina B9
- vitamina C
- vitamina E (gamma-tocoferol)
- zeaxantina

AROMA DE MADUIXA (2n=14, 28, 56)

(* primordials; ** exclusius de la maduixa de bosc 2n=14)

(E)-2-decenal	2,3-butanediol-diacetat T	furanones
(E)-2-heptanal	3-metil-2-butenil-acetat	gamma-decalactona*
(E)-2-hexèn-1-ol	3-metil-butyl-acetat	heptanal
(E)-2-hexenal*	3,4-dimetil-benzaldehid	hexanal
(E)-2-hexenil-acetat*	4-tridecanona	hexil-acetat*
(E)-2-nonenal	6-metil-5-heptèn-2-ona	hexil-butanoat
(E)-2-octenal	acetofenona	hexil-hexanoat
(E)-2-pentenal	acetona	lactones
(E,Z)-2,4-heptadienal	alcohols	linalool*
(Z)-2-hexenal	aldehids	limonè
(Z)-3-hexan-1-ol	alfa-fernesè	mesifurà*
(Z)-3-hexenal*	alfa-fel·landrè **	metil-acetat T
(Z)-3-hexenil-acetat*	alfa-ionona	metil-2-amino-benzoat **
(Z)-geranil-acetona	alfa-pinè **	metil-2-hexenoat
1-decanol	alfa-terpineol **	metil-3-hidroxi-octanoat T
1-hexanol	benzaldehyd	metil-benzoat
1-metil-etil-acetat	benzil-acetat	metil-butanoat*
1-metil-butyl-butanoat	beta-ionona	metil-cinnamat T*
1-metil-etil-butanoat	beta-mircè **	metil-decanoat
1-metil-hexil-acetat	butyl-acetat*	metil-dodecanoat
1-metil-octyl-butanoat	butyl-butanoat*	metil-hexanoat*
1-octanol	butyl-hexanoat*	metil-octanoat
1-pentèn-3-ol	cetones	mirtenil-acetat*
1-pentèn-3-ona	cinamil-acetat	mirtenol
2-heptanol	decanal	nerol
2-heptanona	decil-acetat	nerolidol*
2-metil-amino-benzoat**	èsters	nonanal
2-metil-butyl-acetat	etanol	nonil-acetat
2-nonanol	etil-2-hexenoat	octanal
2-nonanona	etil-butanoat*	octil-acetat
2-pentadecanona	etil-decanoat	octil-hexanoat
2-pentanona	etil-dodecanoat	pentanal
2-pentil-furà	etil-hexenoat	pentil-acetat
2-tridecanol	etil-metil-tioacetat	propil-butanoat
2-tridecanona	etil-octanoat	terpineol
2-undecanona	eugenol	triterpenoides
2,1-pentenil-furà	furaneol*	

maduixes (crues, madures)	
Valor nutricional per cada 100 g	
Energia 33 Kcal = 136 KJ	
Carbohidrats	7.68 g
• Sucres	4.89 g
• Fibra alimentària	2 g
Grasses	0.3 g
Proteïnes	0.67 g
Tiamina (vit. B1)	0.024 mg (2%)
Riboflavina (vit. B2)	0.022 mg (1%)
Niacina (vit. B3)	0.386 mg (3%)
Àcid pantotènic (vit. B5)	0.125 mg (3%)
Vitamina B6	0.047 mg (4%)
Àcid fòlic (vit. B9)	24 µg (6%)
Vitamina C	58.8 mg (98%)
Vitamina E	0.29 mg (2%)
Vitamina K	2.2 µg (2%)
Calci	16 mg (2%)
Ferro	0.41 mg (3%)
Magnesi	13 mg (4%)
Manganès	0.386 mg (19%)
Fòsfor	24 mg (3%)
Potassi	153 mg (3%)
Sodi	1 mg (0%)
Zinc	0.14 mg (1%)

MÉS INFORMACIÓ

MARÍA URRUTIA, JOSÉ L. RAMBLA, KONSTANTINOS G. ALEXIOU, ANTONIO GRANELL, AMPARO MONFORT: «Genetic analysis of the wild strawberry (*Fragaria vesca*) volatile composition». *Plant physiology and biochemistry* Vol. 121: 99-117. (2017).

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S098194281730342X?via%3Dihub>

JIANGHAO SUN, XIANJIN LIU, TIANBAO YANGC, JANET SLOVIN, PEI CHEN.»Profiling polyphenols of two diploid strawberry (*Fragaria vesca*) inbred lines using UHPLC-HRMS». *Food Chemistry: Volume 146* (2014): 289-298.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3902803/>