

Etnobotanička primjena biljaka i samoniklih gljiva u narodnoj medicini i ljudskoj prehrani Općine Vitez (Bosna i Hercegovina)

Vitasović-Kosić, Ivana; Gugić, Katarina; Dorbić, Boris

Source / Izvornik: **Krmiva : Časopis o hranidbi životinja, proizvodnji i tehnologiji krme, 2020, 62, 39 - 56**

Journal article, Published version

Rad u časopisu, Objavljena verzija rada (izdavačev PDF)

<https://doi.org/10.33128/k.62.1.5>

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:204:892885>

Rights / Prava: [Attribution-NonCommercial 4.0 International](#)/[Imenovanje-Nekomercijalno 4.0 međunarodna](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-26**



Repository / Repozitorij:

[Repository Faculty of Agriculture University of Zagreb](#)



ETNOBOTANIČKA PRIMJENA BILJAKA I SAMONIKLIH GLJIVA U NARODNOJ MEDICINI I LJUDSKOJ PREHRANI OPĆINE VITEZ (BOSNA I HERCEGOVINA)

ETHNOBOTANICAL USE OF WILD PLANTS AND WILD MUSHROOMS IN FOLK MEDICINE AND HUMAN NUTRITION OF THE VITEZ MUNICIPALITY (BOSNIA AND HERCEGOVINA)

Ivana Vitasović-Kosić, Katarina Gugić, B. Dorbić

Prethodno znanstveno priopćenje - Preliminary scientific communication
Primljeno – Received: 22. srpanj – July 2020

SAŽETAK

Na širem području zapadnog Balkana ljudi su često tijekom povijesti gladovali, iako ih je okruživala vrlo bogata jestiva samonikla flora. U ovom radu dokumentirana je upotreba samoniklog bilja i gljiva na području Općine Vitez, kao i podaci o specifičnim lokalnim nazivima biljaka, njihovoj upotrebi, tradicijskim običajima i nematerijalnoj baštini vezanim uz samoniklo bilje i gljive. Dubinskim polustrukturiranim intervjuima zabilježeno je 66 biljnih vrsta (koje su raspoređene unutar 39 biljnih porodica) i 9 vrsta gljiva (unutar šest porodica). Prema rezultatima istraživanja najveći broj biljaka se koristi kao ljekovito bilje (53 vrste) i kao hrana za ljude (34 vrste). Vrste s najvećom frekvencijom jesu: *Rubus idaeus*, *Urtica dioica*, *Vaccinium myrtillus*, *Sambucus nigra*, *Taraxacum officinale*, *Corylus avellana* itd. Ovim istraživanjem zabilježene su zanimljive upotrebe: svježa salata od vrste *Stellaria media* (mišjakinja), čaj od cvjetova *Hedera helix* (bršljan) za liječenje gnojnih krajnika i fistula te ljekovita mast protiv ozeblina od *Loranthus europaeus* (žuta imela). Kao najčešće konzumirane samonikle gljive zabilježene su: *Boletus edulis* (ljetni / pravi virganj), *Lactarius sanguifluus* (krvava mliječnica) i *Cantharellus cibarius* (lisičarka). Zaključno, tradicionalna upotreba samoniklog bilja još uvijek je dosta zastupljena u svakodnevnom životu stanovnika istraživaniog područja te se i dalje prenosi usmenim putem s generacije na generaciju.

Ključne riječi: jestivo bilje, ljekovito bilje, samonikle gljive, tradicionalna upotreba, Vitez

UVOD

Unatoč činjenici da ih je okruživala vrlo bogata samonikla flora, ljudi su na širem području zapadnog Balkana tijekom povijesti često gladovali (velike suše, ratovi i sl) što je prouzrokovano raširenim vjerovanjima i predrasudama (Redžić, 2006.). U drugom, mirnodobskim razdobljima ovo se bilje dodaje hrani radi dobivanja posebnih aroma i okusa, a često i zbog svojih ljekovitih svojstava (Kuštrak, 2005.).

Na tržnicama se nude mješavine samoniklih biljaka za pripremu svježe salate i/ili kuhanih jela tzv. „divlje zelje“ ili „mišancija“ (Łuczaj i sur., 2013., Łuczaj i Dolina, 2015.), koje se posebno u Hrvatskom Primorju i Dalmaciji puno upotrebljavaju u prehrani i kulinarstvu (Łuczaj i sur., 2019a.) ili za proizvodnju ljekovitih rakija travarica (Łuczaj i sur., 2019b.).

Doc. dr. sc., Ivana Vitasović-Kosić, Agronomski fakultet Sveučilište u Zagrebu, Svetošimunska cesta 25, Zagreb; e-mail: ivitasovic@agr.hr, Katarina Gugić, studentica, Agronomski fakultet Sveučilišta u Zagrebu,
Doc. dr. sc. Boris Dorbić, v. pred., Veleučilište Marko Marulić u Kninu, Krešimirova 30, 22300 Knin

Zadnja dva desetljeća u najrazvijenijim regijama svijeta sve je više prisutno ponovno otkrivanje samoniklih biljnih vrsta koje se koriste u prehrani ljudi i životinja te u narodnoj medicini (Redžić, 2006.). Prema Turner i sur. (2011.) mnogi ljudi se i dalje uvelike oslanjaju na samonikle vrste kako bi udovoljili barem dijelu svojih dnevnih prehrambenih potreba.

U Hrvatskoj se etnobotanika kao znanstvena disciplina koja proučava odnos između ljudi i biljaka razvija zadnjih desetak godina. Slična situacija je i na području Bosne i Hercegovine te susjednih zemalja, gdje su istraživanja započela pred dvadesetak godina. Predmet istraživanja ove znanstvene discipline je tradicionalna upotreba uglavnom samoniklih biljaka za hranu, piće ili lijek, gradnju gospodarskih objekata, kao i za korištenje prilikom religijskih procesija i sl. (Vitasović-Kosić, 2018.). Potrebno je bilježiti sve značajne podatke i znanja o upotrebi i korištenju samoniklog jestivog i ljekovitog bilja kako bi se ove spoznaje očuvale od zaborava (Hmura, 2017.).

Od davnih vremena čovjek se morao boriti za opstanak i tražiti hranu i lijekove, a jedini način za opstanak bio je sakupljanje bilja iz svoje okoline. Poznavanje bilja i njegova primjena bilo je od presudne važnosti za opstanak i razvoj čovjeka. Znanje o bilju, prenosilo se s koljena na koljeno najčešće usmenom predajom. Kasnije izumom tiskarskog stroja potonja znanja su se prenosila na papir i tiskala, premda i danas postoje narodi i kulture kod kojih se narodno znanje i vještine prenose samo usmenim putem.

Način sakupljanja, pripreme i upotrebe hrane jedan je od najvažnijih podataka koji se koriste u antropologiji i etnobotanici (Alonso, 2014., Rexhepi, 2018.). Prema Biličiću (2014.) geografske, klimatske, pedološke i druge karakteristike područja uzrok su velikog broja različitih staništa gdje raste samoniklo bilje. Samoniklo bilje ponajviše uspijeva na mjestima gdje čovjek nije narušio prirodnu ravnotežu, ondje gdje mu prema ekološkim zahtjevima odgovara, gdje prima dovoljno hranjiva, zbog čega je uglavnom zdravo i otporno na bolesti i štetnike. Također, takve biljke su i nutritivno vrijedne i bogate vitaminima i mineralima, čime blagotvorno utječu na zdravlje čovjeka, a značajna prednost ovog bilja je što se gotovo tijekom čitave godine u prirodi mogu pronaći određene jestive vrste (Biličić, 2014.).

Neke studije su pokazale da postoje značajne sličnosti u primjeni i biljnim ljekovitim pripravcima između različitih regija i etničkih skupina u Bosni i Hercegovini (Šarić-Kundalić i sur., 2011.).

Iako je rat u Bosni i Hercegovini tijekom 90-ih godina 20. stoljeća doprinio smanjenju samoodrživog tradicionalnog načina života, rezultati etnobotaničkog istraživanja Ferrier i sur. (2015.) su pokazali da stanovnici manjih planinskih područja u Bosni i Hercegovini (npr. Lukomir) još uvijek imaju jako izraženu tradicionalnu medicinu i održivi sustav prehrane. Ovo tradicionalno znanje potrebno je valorizirati i dalje očuvati.

Dodatno, praćenje i pronalaženje novih trendova korištenja biljaka i gljiva, važno je za očuvanje ruralnih područja i njihove biljne raznolikosti. Važnu ulogu u tome imaju etnobotanika i katalogiziranje tradicijskih znanja, jer stvaraju osnovu za osmišljavanje i planiranje razvoja novih prehrambenih proizvoda koja se uvelike temelji na etnobotaničkim istraživanjima tradicijskog znanja lokalnog stanovništva (Blanco-Salas i sur., 2019.).

Različiti oblici ruralnog turizma predstavljaju dobru prigodu za održivu i inovativnu komercijalizaciju lokalnog samoniklog i naturaliziranog bilja. Tu se u prvom redu misli na gastronomski, zavičajni, kreativni, kulturni, edukacijski i ekoturizam te njihove kombinacije (Juračak i sur., 2019.).

Pregled dosadašnjih istraživanja na području Središnje Bosne

Samoniklo bilje i njegova uporaba u Središnjoj Bosni dokumentirana je u nekoliko recentnih studija po pojedinim regijama Bosne i Hercegovine (Redžić, 2006., 2007.; Šarić-Kundalić i sur., 2010., 2011.).

Prva sustavna etnobotanička istraživanja na području Bosne i Hercegovine provedena su 2000.-2004. godine, gdje je obuhvaćen uzorak od 250 ispitanika iz različitih dijelova zemlje (Redžić, 2006.). Nakon toga uslijedila je nadopuna istraživanja istog autora Redžić (2007.) na uzorku od još 150 ispitanika. Sva su istraživanja provedena metodom polustrukturiranog intervjua, a spomenuto bilje je pritom sakupljeno i herbarizirano.

Prema Redžiću (2007.) na području Bosne i Hercegovine nije uočena značajna razlika u uče-

stalosti korištenja ljekovitog bilja prema etničkoj pripadnosti. Međutim, uočena je duža etno-terapijska tradicija sub-Mediteranskog i Mediteranskog područja kao i stanovnika planinskog područja BiH, bez obzira na njihovu pripadnost, u odnosu na ostala područja i lokalno stanovništvo BiH.

Šarić-Kundalić (2010.) u istraživanju središnje, zapadne i južne BiH zaključuje kako je tradicionalna upotreba ljekovitog bilja na navedenom području od velike važnosti i još uvijek je presudna za medicinske svrhe. Pored vrsta koje se koriste u službenim farmakopejama i „ljekarušama“, navedene su i manje poznate vrste, koje mogu biti izvor novih terapija. Stoga, daljnja farmaceutska istraživanja u ovom slučaju i znanstveno još uvijek nedovoljno istražen udio biološke raznolikosti biljnih vrsta u BiH izgleda obećavajuće (Šarić-Kundalić, 2011.).

Za Bosnu i Hercegovinu specifični su tradicionalni pripravci nazvani „*mehlem*“ (meleml) koji su karakteristični za njen središnji, južni i zapadni dio, kao i formulacije poput meda, maslinovog ulja s različitim ljekovitim biljem. Važno je spomenuti da stanovnici planinskih regija posjeduju dužu tradicionalnu (više od 6 generacija) fito-terapijsku tradiciju (Šarić-Kundalić i sur., 2010.).

U sjeveroistočnom dijelu Bosne i Hercegovine poznata je i uporaba tzv. „*dulbe*“ šećera, tj. sirupa od limuna, šećera, meda, vode i ružinih latica, čija se receptura prenosila s generacije na generaciju (Šarić-Kundalić i sur., 2011.).

Neka istraživanja na području južne Hercegovine pokazuju da je u narodu rasprostranjena i česta uporaba samoniklog zeljastog bilja za jelo (salate ili kuhano), ali da nedostaju arhivski podaci o vrstama i uporabi (Łuczaj i Dolina, 2015.).

Sva ova istraživanja svojim rezultatima pokazuju kako je upotreba samoniklog i kultiviranog bilja na području Bosne i Hercegovine još uvijek zastupljena te se prenosi usmeno, s generacije na generaciju. Također, pregled istraživanja pokazuje da je središnji, zapadni i južni dio BiH u odnosu na istočni, sjeverni i sjeveroistočni dio slabije istražen.

Stoga je cilj ovog rada bio nadopuna i provjera postojećem etnobotaničkom znanju lokalnog stanovništva na području središnje Bosne, a konkretno za Općinu Vitez ovo je prvo istraživanje i prvi zabilježeni podaci. Dokumentirana je upotreba samoni-

klog bilja i samoniklih gljiva, kao i podaci o specifičnim lokalnim nazivima biljaka, njihovoj upotrebi, tradicijskim običajima i nematerijalnoj baštini vezanim uz samoniklo bilje i gljive.

MATERIJAL I METODE RADA

Opis istraživanog područja

Administrativnom podjelom Federacija Bosna i Hercegovina je sastavljena od deset županija među kojima se nalazi i županija Središnja Bosna koja čini prostorni okvir ovog rada. Sam naziv županije sugerira na njen geografski smještaj u središnjem dijelu Bosne i Hercegovine, gdje se prostire na ukupnoj površini od 3.189 km² (Strategija razvoja SBK 2016-2020, 2016.). (slika 1). Županija Središnja Bosna na sjeverozapadu i sjeveru graniči s Republikom Srpskom, na sjeveroistoku sa Zeničko-dobojskom županijom, na jugoistoku sa Sarajevskom, dok na južnom i jugozapadnom dijelu graniči s Hercegovačko-neretvanskom odnosno Hercegbosanskom županijom (Strategija razvoja SBK 2016-2020, 2016.).



Slika 1. Prikaz Županije Središnja Bosna
(Izvor: https://hr.wikipedia.org/wiki/%C5%BDupanija_Sredi%C5%A1nja_Bosna)

Figure 1 Display County of Central Bosnia
(Source: https://hr.wikipedia.org/wiki/%C5%BDupanija_Sredi%C5%A1nja_Bosna)

Općina Vitez je smještena u središnjem dijelu doline rijeke Lašve, koja svoj put započinje na jugoistočnim padinama planine Vlašić te završava kao prtok rijeke Bosne u općini Busovača (slika 2). Općina se proteže na površini od 159 km² te čini jednu od dvanaest općina županije Središnja Bosna, a u njenom sastavu nalaze se 34 naseljena mjesta i 14 mjesnih zajednica, od kojih se Vitez može smatrati jedinim gradskim naseljem iako upravno nema status grada. Prema popisu stanovništva iz 2013. godine Općina Vitez ukupno ima 27.000 stanovnika, što čini svega 0,3% površine Bosne i Hercegovine, no gustoća stanovništva je dvostruko veća od nacionalnog prosjeka te iznosi 169 stan/km² (Strategija razvoja SBK 2016-2020, 2016.).

Prostor općine Vitez može se u fizičko-geografskom smislu podijeliti na dvije kompaktne, ali različite cjeline. Sjeverni dio općine je znatno niži prostor kojim protječe rijeka Lašva. Središnja mikroregija je najniži prostor doline Lašve i upravo na tom prostoru gdje se susreću rijeka Lašva i njeni pritoci te tvore aluvijalnu ravan s najpovoljnijim prirodnim uvjetima stvorena su prva naselja, a potom i jače razvijena. Upravo zbog toga gotovo sva naselja i prometnice općine nalaze se u ovome nizinskom dijelu. Planina Krušćica zauzima više od 60% teritorija općine Vitez, te se na njoj nalazi i najviši vrh općine Vitez, a to je vrh Krstac na visini od 1578 m nadmorske visine. Najznačajnije obilježje južnog dijela općine je šumsko bogatstvo koje je značajan izvor biljnih vrsta na području općine. U posljednjih 25 godina zbog nemarnog upravljanja tim vrijednim prirodnim bogatstvom dolazi do uništavanja i prekomjernog iskorištavanja šuma čime se narušavaju biljna i životinjska prirodna staništa. Područje Krušćice također karakterizira veliko bogatstvo vode. Kroz sjeverni dio općine prolazi magistralni put M5 koji povezuje sjeverozapadne dijelove BiH te središnju Hrvatsku s južnim i jugoistočnim dijelom BiH te čini okosnicu gospodarskog napretka ovog prostora. Sjeverni dio općine zahvaljujući geomorfološkim karakteristikama je gušće naseljen i bolje prometno povezan. Prema Köppenovoj klimatskoj klasifikaciji Općina Vitez ima umjereno kontinentalna klimatska obilježja. Zime su jake i s dosta padalina gdje temperatura može pasti i do -28 °C, dok se temperatura ljeti zna popeti i do +36 °C. Biljna kao i prirodna raznolikost te netaknutost flore i faune je ono što čini općinu Vitez bogatom i značajnom (Strategija razvoja općine Vitez 2014-2020, 2014.).

Prikupljanje podataka i proučavanje populacije

Podaci korišteni u ovom radu prikupljeni su u razdoblju od ožujka do lipnja 2019. godine metodom polustrukturalnog dubinskog intervjua. Istraživanje je provedeno slijedeći preporuke Američke antropološke udruge (American Anthropological Association) te Međunarodnog Etičkog kodeksa etnobiološkog društva (International Society of Ethnobiology Code of Ethics, 2006.). Podaci su prikupljeni slučajnim odabirom koristeći „snowball“ tehniku, metodom uglavnom slobodnog nabiranja („free listing method“), u dvorištima ispred kuća ispitanika, na poljoprivrednim površinama ili u neformalnim šetnjama po prirodi s ključnim ispitanicima.

Intervjuirani su isključivo lokalni stanovnici (rođeni i odrasli na istraživanom području). Podaci su sakupljeni iz ukupno 20 pojedinačnih intervjua. Udio ženskog spola među ispitanicima je 60%, dok je udio muškog spola 40%. Raspon starosne dobi ispitanika je bila između 52 i 85 godina, a prosječna dob ispitanika je 62,2 godine.

Intervju je proveden na hrvatskom jeziku, a temeljio se na sljedećim pitanjima:

Koje samonikle biljke koristite ili ste koristili: A) u ishrani ljudi, B) za medicinske svrhe, C) za hranidbu stoke, D) za gospodarske namjene, E) tradicionalno za religijske obrede i /ili blagdane te F) koje samonikle gljive sakupljate.

Odgovori su bilježeni na papir, po potrebi snimani uz prethodno odobrenje ispitanika i prepisani u Excel tablicu u kojoj su bilježeni: mjesto intervjua, spol, ime, dob, hrvatski, lokalni i latinski naziv biljke, dijelovi biljke koji se upotrebljavaju, namjena i način upotrebe.

Podaci su analizirani primjenom metode deskriptivne statistike na temelju relativnih frekvencija citiranja. Sve dodatne informacije o tradicionalnom korištenju biljaka također su zabilježene. Biljne vrste koje su spomenute u intervjuima, a koje su bile dostupne, sabrane su i herbarizirane.

Imena biljaka slijede Flora Croatica Database – FCD (Nikolić, 2020.; <http://hirc.botanic.hr/fcd/>), a imena gljiva slijede Index Fungorum (<http://www.indexfungorum.org/>).

REZULTATI I RASPRAVA REZULTATA

Provedenim anketiranjem ukupno je zabilježeno 66 svojti biljaka (65 samoniklih biljnih svojti i jedna kultivirana vrsta, *Rosmarinus officinalis* L.) te 9 vrsta samoniklih gljiva koje se na području općine Vitez tradicionalno koriste. U prosjeku je po jednom intervjuu navedeno 18 vrsta. Popis biljaka dokumentiranih u intervjuima prikazan je abecedno u tablici 1., a gljiva u tablici 2.

Samoniklo bilje

Biljke su raspoređene u 39 porodica, među kojima su najzastupljenije: Rosaceae (8 vrsta, 66 spominjanja), Asteraceae (7 vrsta, 50 spominjanja) i Lamiaceae (6 vrsta, 38 spominjanja).

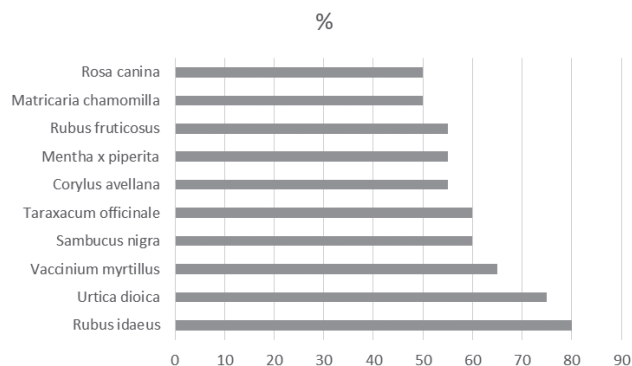


Slika 2. Prikaz općine Vitez (izradila Gugić K. – Arc Map)

Figure 2 Review of Vitez municipality (made by Gugić K. - Arc Map)

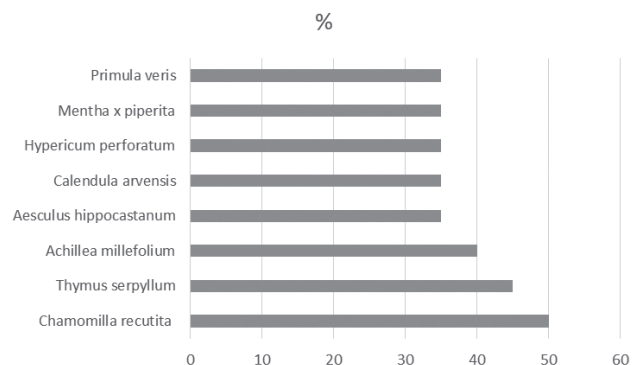
Prema načinu upotrebe rezultati pokazuju sljedeće: 1. hrana za ljude - 34 vrste (175 spominjanja), 2. ljekovito bilje - 53 vrste (181 spominjanja),

3. hrana za životinje - 7 vrsta (26 spominjanja), 4. biljke i običaji - 4 vrste (12 spominjanja) te kao 5. skupina bilježene su samonikle gljive (slika 2, slika 3, slika 4, tablica 1 i 2).



Slika 3. Prikaz biljnih vrsta s najvećom frekvencijom na području općine Vitez

Figure 3 The most frequent wild growing species on Vitez municipality area



Slika 4. Prikaz najčešće spominjanog ljekovitog bilja na području općine Vitez

Figure 4 A review of the most frequently mentioned medicinal plants in the municipality of Vitez

Najčešće spominjane biljne vrste, zastupljene s 50 i više % prikazane su na slici 3. Zajedničko im je da su sve samonikle, dok se upotreba znatno razlikuje; 5 ih se većinom koristi kao samoniklo voće, odnosno prerađuju se u marmelade, likere i rakije *Rubus idaeus* (malina), *Rubus fruticosus* (crna kupina), *Vaccinium myrtillus* (borovnica), *Rosa canina* (divlja ruža) i *Corylus avellana* (lijeska, upotreba samo kao voće), a ostalih 5 vrsta prvenstveno kao medicinske biljke *Urtica dioica* (kopriva), *Taraxacum officinale* (maslačak), *Mentha x piperita* (metvica), *Chamomilla recutita* (kamilica) i *Sambucus nigra* (bazga).

Tablica 1. Popis dokumentiranih samoniklih biljaka i njihova tradicionalna upotreba na području općine Vitez (Dio biljke: CB = cijela biljka, ND = nadzemni dio, CV = cvijet, VR = vrhovi, MV = mladi vrhovi, MG = mlade grančice, K = korijen, LI = list, PL = plod, S = sjemenka, Način korištenja: HR = hrana za ljude, HST = hrana za stoku, MED = medicina, OB = obredi, KOZ = kozmetika, OST = ostalo, ALK = alkohol, Freq = učestalost spominjanja).

Table 1 Inventoried wild growing plants and their traditional use in the municipality of Vitez (Plant part: CB = whole plant, ND = aboveground part, CV = flower, VR = shoots, MV = young shoots, MG = sprig, K = root, LI = leaf, PL = fruit, S = seed, Way of use: HR = humans food, HST = livestock food, MED = medicine, OB = rituals, KOZ = cosmetics, OST = rest, ALK = alcohol, Freq = frequency of quoting).

Br. No.	Porodica Family	Latinski naziv Latin name	Hrvatski / lokalni naziv Croatian / local name	Dio biljke Plant part	Način korištenja Way of use	Upotreba Using	Freq %
1.	Pinaceae	<i>Abies alba</i> Mill.	jela / jelka	ND, VR, MG	MED, OB	pripravci s medom za dišne puteve i jačanje organizma, kao ukrasno drveće za Božić te za Cvjetnicu, grančice na posvećivanje	45
2.	Asteraceae	<i>Achillea millefolium</i> L.	stolisnik, hajdučka trava / bokvica, kunica	LI, CV	HR, MED	salata, čaj za zgrušavanje krvi s ili bez obloga	45
3.	Hippocastanaceae	<i>Aesculus hippocastanum</i> L.	divlji kesten	PL	MED	biljni čaj za smanjenje proširenih vena, tinktura s rakijom protiv reume, mast za vene i otečene noge	35
4.	Poaceae	<i>Agropyrum repens</i> L.	pirika	ST	MED, HST	sok protiv slabokrvnosti – cijedi se iz svježeg podanka	10
5.	Alliaceae	<i>Allium ursinum</i> L.	luk divlji / medvjedi luk, strimoža	LI, ST	HR, MED	začin, salata, za čišćenje dišnog sustava, u rakiji protiv visokog tlaka	25
6.	Fabaceae	<i>Anthyllis vulneraria</i> L.	ranjenik, ranovka	CV	MED	biljni čaj za čišćenje krvi	10
7.	Brassicaceae	<i>Armoracia rusticana</i> P. Gaertn	hren	K	HR	začin	15
8.	Asteraceae	<i>Artemisia vulgaris</i> L.	pelin divlji	ST, LI	HR, MED	začin, biljni čaj, liker - pospješuje apetit	25
9.	Asteraceae	<i>Articum lappa</i> L.	čičak	PL, LI, K	MED, KOZ	biljni čaj za čišćenje organizma, oblozi protiv reume i kožne bolesti, ulje za rast kose	20
10.	Asteraceae	<i>Bellis perennis</i> L.	tratinčica	LI, CV, ND	MED, OST	biljni čaj za dišne puteve / ukras u vazi	15
11.	Betulaceae	<i>Betula pendula</i> Roth	breza	LI, CB	HR, MED, OST	biljni čaj / oblozi protiv kožnih bolesti / ukras u dvorištu	15
12.	Buxaceae	<i>Buxus sempervirens</i> L.	šimšir	ND, LI	OBR, OST	za blagoslov kuća grančica / ukrasne živice	15
13.	Asteraceae	<i>Calendula arvensis</i> L.	neven	CV, LI	MED	biljni čaj protiv bolne menstruacije, mast protiv kožnih bolesti, lomova i bolnih koljena	35
14.	Brassicaceae	<i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Medik.	rusomača, pastirska torbica / hoću-neću	ST	MED	biljni čaj za reguliranje tlaka	20
15.	Cichoriaceae	<i>Cichorium intybus</i> L.	cikorija / konjogriz	CV, ST	MED	biljni čaj za reguliranje stolice	10

16.	Asteraceae	<i>Chamomilla recutita</i> (L.) Rauschert	kamilica	CV	MED	biljni čaj za dišne puteve, smanjenje boli, smirenje, inhalacije, oblozi, ispiranje usta	50
17.	Cornaceae	<i>Cornus mas</i> L.	drijen / dren	PL	HR	džem, marmelada, sok	15
18.	Corylaceae	<i>Corylus avellana</i> L.	ljeska / lješnjak	PL	HR	voće	55
19.	Rosaceae	<i>Crataegus laevigata</i> (Poir.) DC	crveni glog	PL, CV, LI	HR, MED, ALK	voće, džem, marmelada / biljni čaj za snižavanje visokog tlaka, za srce i krvožilni sustav / liker	40
20.	Rosaceae	<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.	bijeli glog	PL	HR	džem, marmelada	10
21.	Equisetaceae	<i>Equisetum arvense</i> L.	preslica	ST	MED	biljni čaj protiv bubrežnih oštećenja	15
22.	Apiaceae	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	komorač	LI, K, CV	HR, MED	Začin, biljni čaj za poboljšanje probave	15
23.	Rosaceae	<i>Fragaria vesca</i> L.	šumska jagoda	PL, LI	HR	kao voće, džem, marmelade, sok, sirup	35
24.	Gentianaceae	<i>Gentiana lutea</i> L.	srčanik	LI, K	MED, ALK	biljni čaj, tinktura, rakija	20
25.	Araliaceae	<i>Hedera helix</i> L.	bršljan	CV	MED	biljni čaj za ispiranje usta, protiv gnojnih krajnika i fistula	20
26.	Clusiaceae	<i>Hypericum perforatum</i> L.	kantarion, kantariol / gospina trava	ST, CV, LI	MED, ALK	biljni čaj za želudac, za smirenje, za dišne puteve; ulje protiv opekline od sunca, upale ženskih organa, kožnih oboljenja, rakija i liker	40
27.	Aquifoliaceae	<i>Ilex aquifolium</i> L.	božikovina	LI	MED, OST	biljni čaj protiv brinhitisa, ukrasna živica	10
28.	Juglandaceae	<i>Juglans regia</i> L.	orah	PL, LI	HR, MED, ALK	voće, biljni čaj za slabokrvnost; rakija za obnavljanje sluznice želuca / rakija, mladi orasi za rakiju – liker orahovac	40
29.	Cupressaceae	<i>Juniperus communis</i> L.	kleka / borovica	MV, PL	MED	čaj za čišćenje želuca, ulje protiv kašlja	20
30.	Loranthaceae	<i>Loranthus europaeus</i> Jacq.	imela	PL, LI	MED	čaj za reguliranje menstruacije, mast protiv smrzavanja izloženih dijelova tijela koja se dobiva miješanjem samljevanih bobica imele i hladne svinjske masti	10
31.	Lamiaceae	<i>Melissa officinalis</i> L.	matičnjak	LI	HR, MED	začin, biljni čaj za umirivanje i čišćenje kože	15
32.	Lamiaceae	<i>Mentha x piperita</i> L.	paprena metvica / menta, nana	LI	HR, MED, OST	začin, biljni čaj za čišćenje organizma, sirup, oblozi, kao miris	55
33.	Orchidaceae	<i>Orchis</i> sp.	kačun	CB	OST	ukras	10
34.	Oxalidaceae	<i>Oxalis acetosella</i> L.	cecelj	LI, ST	HR, MED	u salati protiv žgaravice	10
35.	Pinaceae	<i>Picea abies</i> (L.) H.Karst.	smreka	PL, IG	MED	za izradu tzv. „meda“, biljni čaj za probavu, disanje, protiv kašlja; inhalacija, češeri kuhani u vodi liječe lišajeve na koži (maže se)	25
36.	Pinaceae	<i>Pinus nigra</i> J.F.Arnold	crni bor	IG	MED	pripravci s medom za dišne puteve i jačanje organizma, inhalacija za dišne puteve	10

37.	Plantaginaceae	<i>Plantago lanceolata</i> L.	trputac / bokvica	LI, CV	MED	sirup za dišne puteve; oblozi protiv žuljeva i gnojnih rana, protiv uhobolje, svježa protiv krvarenja;	25
38.	Primulaceae	<i>Primula veris</i> L.	pravi jaglac / jagorčevina	CV, K	MED	biljni čaj protiv kašlja, za dišne puteve; sirup protiv kašlja	35
39.	Rosaceae	<i>Prunus spinosa</i> L.	trnina	PL	HR, MED	sok, džem, svježa za čišćenje organizma	20
40.	Fagaceae	<i>Quercus robur</i> L.	hrast lužnjak	PL, LI	MED, HST	biljni čaj protiv proljeva, svježa hrana za stoku	10
41.	Rosaceae	<i>Ribes rubrum</i> L.	ribiz	PL	HR, ALK	voće, džem, marmelada, sok, vino	40
42.	Fabaceae	<i>Robinia pseudoacacia</i> L.	bagrem / drača	CV	MED	biljni čaj protiv prehlade	20
43.	Rosaceae	<i>Rosa canina</i> L.	ruža divlja / šipak, ostruga, divlji šipak	PL, CV	HR, MED, OST	džem, marmelada, biljni čaj protiv dijareje, miris i ukras za kuću	50
44.	Lamiaceae	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	ružmarin	LI	MED, ALK	biljni čaj za jačanje organizma, rakija	10
45.	Rosaceae	<i>Rubus fruticosus</i> L.	crna kupina / kupina	PL	HR, ALK	voće, džem, marmelada, sok, sirup, vino, liker	55
46.	Rosaceae	<i>Rubus idaeus</i> L.	malina	PL, LI	HR, ALK	voće, džem, marmelada, sok, sirup, biljni čaj, vino	80
47.	Salicaceae	<i>Salix alba</i> L.	vrba	LI, K	MED	kuhamo i peremo kosu protiv peruti, oblog za rane	10
48.	Lamiaceae	<i>Salvia officinalis</i> L.	žalfija / mirisava kadulja	LI, CV, ST	MED, ALK	sa stolisnikom protiv šećerne bolesti, za dišne puteve; oblozi, s koprivom protiv čireva, rakija, liker i vino	45
49.	Caprifoliaceae	<i>Sambucus nigra</i> L.	bazga / bezga, zova	CV, PL	HR, MED	džem i marmelade, sirup od bobica i cvijeta, biljni čaj za dišne puteve, protiv gripe	60
50.	Apiaceae	<i>Sanicula europeae</i> L.	milojed / zdravčica	CB, CV	MED, OB	biljni čaj za ispiranje usta, umivanje lica na Đurđevdan	10
51.	Crassulaceae	<i>Sempervivum tectorum</i> L.	čuvarkuća	LI, CB	HR, MED, OST	gricka se svježa, sok iz lista protiv uhobolje, oblozi, ukras	40
52.	Caryophyllaceae	<i>Stellaria media</i> (L.) Vill.	mišjakinja	ST	HR	salata	10
53.	Boraginaceae	<i>Symphytum officinale</i> L.	gavez	K, LI, CV	MED	oblozi od korjenova praha, mast za rane, protiv reume, lomova; biljni čaj za dišne puteve	15
54.	Asteraceae	<i>Taraxacum officinale</i> Weber	maslačak	CV, LI, K, CB	HR, MED, HST	salata, sok, „med“ za imunitet, biljni čaj protiv kožnih bolesti, sirup za jačanje organizma, protiv kamenca, jelo za zečeve i perad	60
55.	Lamiaceae	<i>Teucrium montanum</i> L.	iva trava	LI, ST	MED	biljni čaj za jačanje organizma	20
56.	Lamiaceae	<i>Thymus serpyllum</i> L.	majčina dušica	LI, CV, ST	HR, MED	začin, biljni čaj za inhalaciju, dišne puteve, jačanje organizma; tinktura s rakijom,	45
57.	Tiliaceae	<i>Tilia platyphyllos</i> Scop.	lipa	CV	MED	biljni čaj za preznojavane i skidanje temperature, za smirenje, protiv prehlade, za čišćenje organizma	25

58.	Fabaceae	<i>Trifolium pratense</i> L.	crvena djetelina	CV, LI, ST, CB	HST	hrana za stoku	25
59.	Fabaceae	<i>Trifolium repens</i> L.	bijela djetelina	CB	HST	hrana za stoku	20
60.	Urticaceae	<i>Urtica dioica</i> L.	kopriva	K, LI, ST, CB	HR, MED, KOZ, HST	salata, pite, variva, kuhana, biljni čaj protiv slabokrvnosti, oblozi, ulje za kosu, pripravak s vodom protiv opadanja kose, hrana za stoku	75
61.	Ericaceae	<i>Vaccinium vitis idaea</i> L.	brusnica	PL	HR	svježe voće, džem, sok	10
62.	Ericaceae	<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	borovnica / vrsinje	PL	HR, ALK	voće, džem, marmelada, sok, liker	65
63.	Valerianaceae	<i>Valeriana officinalis</i> L.	odoljen	K	MED	s koromačom i vodom te malo šećera ili meda se kuha na vatri 5 minuta i popije ujutro i navečer - za dišne puteve, biljni čaj za smirenje	10
64.	Scrophulariaceae	<i>Veronica officinalis</i> L.	čestoslavica	CV, LI, ST	MED	biljni čaj, tinktura s rakijom protiv kožnih oboljenja	15
65.	Violaceae	<i>Viola odorata</i> L.	ljubičica	CV, CB	KOZ, OB, OST	sapuni, eterična ulja, parfem, umivanje na Cvjetnicu, ukras	20
66.	Violaceae	<i>Viola tricolor</i> L.	maćuhica	ST, LI, CV, CB	MED, OST	oblozi za kožne bolesti, ukras	20

Tablica 2. Popis dokumentiranih samoniklih gljiva na području općine Vitez

Table 2 List of documented wild mushrooms in the municipality of Vitez

Porodica / vrsta Family / Taxa	Hrvatski / lokalni naziv Croatian / local name	Freq %
Agaricaceae		
<i>Agaricus campestris</i> L.	poljska pečurka / jesenka	10
<i>Lycoperdon perlatum</i> Pers.	puhara / puhavec	10
<i>Macrolepiota procera</i> (Scop.) Singer	sunčanica	10
Amanitaceae		
<i>Amanita caesaera</i> (Scop.) Pers)	blagva	10
Boletaceae		
<i>Boletus edulis</i> Bull.	crnogorični vrganj	45
Cantharellaceae		
<i>Cantharellus cibarius</i> Fr.	lisičarka	35
<i>Craterellus cornucopioides</i> (L.) Pers	crna trubača / crna tintica	10
Morchellaceae		
<i>Morchella esculenta</i> (L.) Pers	smrčak	10
Russulaceae		
<i>Lactarius sanguifluus</i> (Paulet) Fr. 1838	krvava mliječnica	40

U istraživanju središnje, zapadne i južne BiH (Šarić-Kundalić i sur., 2011.), vrste s najvećom frekvencijom spominjanja jesu: *Sambucus nigra* (bazga), *Olea europea* (maslina), *Citrus x aurantium* (naranča), *Allium cepa* (crni luk), *Chamomilla recutita* (kamilica), *Malus domestica* (jabuka), *Juniperus communis* (borovica), *Mentha x piperita* (metvica), *Pimpinella anisum* (anis) i *Angelica archangelica* (anđelika). Frekvencija spominjanja biljaka u ovom istraživanju gotovo je jednaka frekvenciji spominjanja u istraživanju Šarić-Kundalić i sur. (2011.), osim mnogo manje učestalosti spominjanja *Taraxacum officinale* (maslačka) od 13%, dok je u ovom istraživanju 60%. Potrebno je napomenuti da su vrste iz roda *Taraxacum* morfološki vrlo slične, ali su sve jestive (Forenbacher, 2001.). Iz gore navedenog je razvidno da su u odnosu na ovo istraživanje samo tri vrste istovjetne u upotrebi, što se može pripisati različitom geografskom području i uzorku. Također je zanimljivo da *Corylus avellana* (lijeska) te *Rosa canina* (divlja ruža) nisu navedene niti među najučestalije spominjanim vrstama u istraživanju Redžić (2007.).

Najčešće spomenuta biljka u ovom istraživanju je malina, a najviše se upotrebljava u svježem stanju i za spravljanje marmelada i džemova, u nešto manjoj količini za sok i vino odnosno kao biljni čaj. Prema inozemnim istraživanjima (Bošnjaković i sur., 2012., Dajić Stevanović i sur., 2014.) u Srbiji su popularne slične samonikle voćne vrste (borovnica, kupina, jagoda, malina, divlja ruža, glog, jagoda i dr.) koje se tradicionalno koriste kao hrana i / ili kao lijek.

Potrebno je izdvojiti i neke navedene vrste koje su u posljednje vrijeme u svijetu i kod nas veoma popularne u prevenciji karcinoma i sl. Primjerice malina je bogata vitaminima, mineralima i polifenolima. Konzumira se u svježem stanju kada su bioaktivni spojevi još aktivni ili u obliku prerađevina. Zbog svog kemijskog sastava svrstava u funkcionalno voće (Maslov Bandić i sur., 2020.).

Prema novijim istraživanjima ustanovljeno je da su spojevi koje su nalaze u divljoj ruži inhibitori ciklooksigenaze, a koriste se prilikom liječenja karcinoma, upalnih stanja i kardiovaskularnih bolesti (Fan i sur., 2014.).

Bazga se u provedenom istraživanju spominje u 60% odgovora, a od nje se pravi sirup i biljni čaj

protiv gripe i za dišne puteve, ali isto tako koristi se i za džemove, marmelade i sirupe. U sličnim istraživanjima na području Hrvatske, Vitasović-Kosić i Kužir (2018.) navode bazgu kao vrstu koja se na području Varaždina vrlo često koristi za biljne čajeve.

Lijeska koja je spomenuta u 55% odgovora koristi se samo u svježem stanju kao samoniklo voće i za pripremu kolača. Divlja ruža se koristi za spravljanje džemova i marmelada i u nešto manjem postotku za biljni čaj.

Zbog lošeg gospodarskog i financijskog stanja lokalnog stanovništva nakon rata 1990-tih godina, dugi niz godina jedina poslastica za djecu i odrasle su bili svježi plodovi, džemovi i marmelade, sirupi i sokovi te kompoti zbog čega su se ubirale veće količine biljaka kako bi se pripremile zimnice i napravile dovoljne količine koje će obitelji služiti tijekom cijele godine. Najčešća poslastica je bio sok od zove odnosno bazge i kolači napravljeni s džemovima i marmeladama od navedenih samoniklih biljaka.

Za džemove i marmelade, osim navedenih biljaka, još se koriste i *Cornus mas* (drijen), *Crataegus laevigata* (crveni glog), *Fragaria vesca* (šumska jagoda), *Ribes rubrum* (ribiz), *Prunus spinosa* (trnina). U svježem stanju, uz već navedene biljke, koriste se: *Fragaria vesca* (šumska jagoda), *Junglas regia* (orah) te *Ribes rubrum* (ribiz).

I danas lokalno stanovništvo u nekim planinskim dijelovima Hercegovine, tijekom razdoblja hladnoće i jakih vjetrova, puno koristi samoniklo voće, odnosno plodove sljedećih biljaka posebno u ishrani djece: *Cornus mas*, *Crataegus monogyna*, *Sorbus torminalis* i *Prunus avium* (Redžić, 2006.), od kojih su prva dva zastupljena i potvrđena u ovom istraživanju, s tim da je dodatno na području zabilježeno u 40% intervjua korištenje *Crataegus laevigata* (crveni glog). Drijen je voćna vrsta koja zbog svoje velike prehrambene vrijednosti u svijetu postaje sve popularnija te se sve češće plantažno uzgaja. Iako u Hrvatskoj za sada ne postoji intenzivni nasad ove vrste, na tržištu se mogu naći brojne prerađevine dobivene od plodova samoniklih primjeraka (Dujmović Purgar i sur., 2012.). Slična situacija s proizvodnjom i preradom je i na području Bosne i Hercegovine.

Za aromatiziranje rakije u ovom istraživanju je dokumentirano korištenje šest vrsta: *Crataegus laevigata* (Poir.) DC (crveni glog) (40%), *Gentiana lutea* L.

(srčanik) (20%), *Hypericum perforatum* L. (kantaron) (40%), *Juglans regia* L. (orah) (40%), *Rubus fruticosus* L. (crna kupina) (55%), *Salvia officinalis* L. (žalfija) (45%), dok je u radu (Łuczaj i sur., 2019b.) dokumentiran znatno veći broj, čak 25 vrsta: *Foeniculum vulgare* Mill., *Myrtus communis* L., *Salvia officinalis* L., *Ruta graveolens* L., *Juniperus oxycedrus* L., *Ceratonia siliqua* L., *Juglans regia* L., *Citrus limon* (L.) Osbeck, *Citrus aurantium* L., *Ficus carica* L., *Laurus nobilis* L., *Rosmarinus officinalis* L., *Artemisia absinthium* L., *Rosa centifolia* L., *Mentha x piperita* L., *Prunus cerasus*, *P. spinosa*, *P. avium*, *Ziziphus jujuba* L., *Celtis australis* L., *Rubus ulmifolius* Schott, *Eriobotrya japonica* (Thunb.) Lindl., *Rosa canina* L. i *Sorbus domestica* L. (Łuczaj i sur., 2019b.).

Samonikla biljna hrana koja se sabire uključuje: korijenje i druge podzemne dijelove; izbojke i lisnate nadzemne dijelove; bobice i ostalo mesnato voće; žitarice, orašaste plodove i sjemenke. Također se sabiru i koriste u prehrani gljive, lišajevе, alge i druge vrste. Upotreba bilo koje od ovih vrsta zahtijeva posebno kulturno znanje o berbi, pripremi, kuhanju i drugim oblicima obrade (Turner i sur., 2011.).

U ovom radu najviše je zabilježeno da se koriste plodovi (117), listovi (82) i cvjetovi (59 spominjanja) biljaka, stabljika ili cijela biljka (33 spominjanja), a mnogo manje podzemni dijelovi, stanični sok ili kora drveta (manje od 10 spominjanja).

Kao začini jelima upotrebljavaju se *Allium ursinum* (medvjedi luk), *Armoracia rusticana* (hren), *Artemisia vulgaris* (divlji pelin), *Foeniculum vulgare* (komorač) i *Mentha x piperita* (metvica). Osim kopri-ve, kao prilog jelima i svježa salata koriste se *Stellaria media* (mišjakinja), *Taraxacum officinale* (maslačak) i *Oxalis acetosella* (cecelj).

Zanimljivo je konzumiranje vrste *Stellaria media* za svježu salatu, što je rijetko zabilježena upotreba također i duž cijelog Mediterana, ali kao dio kuhane mišancije“ odnosno „divljeg zelja“ zabilježena je na otoku Korčuli u Hrvatskoj (Łuczaj et al., 2019a.) te u južnoj Hercegovini (Łuczaj i Dolina, 2015.).

Makedonsko etnobotaničko istraživanje Rexhepi i sur. (2018.) navodi da se u Makedoniji u obliku salate najviše (promatrano po broju izvještaja) konzumira *Oxalis acetosella* (cecelj), *Allium scordoprasum* (češnjakasti luk) i *Rumex acetosa* (kiselica). Zanimljivo je izdvojiti i konzumiranje sirovog maslačkova cvijeta na salatu.

Ljekovito bilje je vrlo važno u tradiciji naroda, što se pokazalo i u ovom istraživanju. Najčešće biljne vrste na području općine Vitez prikazane su na slici 4. U istraživanju Redžić (2007.) većina bilja se koristi za liječenje bolesti dišnog sustava (22%), gastrointestinalnog (19%), urinarnog i genitalnog sustava (9%), liječenje kože (11%) kao i bolesti živčanog sustava i srca (16%), što se razlikuje od rezultata ovog istraživanja. Neki autori kao npr. Bexhet (2012.) su ustanovili da se na području zapadnog Kosova najviše biljaka koristi za probleme gastrointestinalnog sustava (26%), dišnog (19%) te urinarnog i genitalnog sustava (12%). U ovom istraživanju najveći broj vrsta se koristi za: liječenje kože (17 vrsta), gastrointestinalnog sustava (15), dišnog sustava (14), bolesti živčanog sustava i srca, slabokrvnost (8), urinarni i genitalni sustav (4 vrste).

U ovom istraživanju dobiveni su slijedeći rezultati (tablica 1):

Za liječenje kože (ukupno 17 vrsta): *Articum lappa* L. (čičak) (20%), *Betula pendula* Roth (breza) (15%), *Calendula arvensis* L. (neven) (35%), *Chamomilla recutita* (L.) Rauschert (kamilica) (50%), *Hypericum perforatum* L. (kantaron) (40%), *Melissa officinalis* L. (matičnjak) (15%), *Mentha x piperita* L. (paprena metvica) (55%), *Picea abies* (L.) H.Karst. (smreka) (25%), *Plantago lanceolata* L. (trputac) (25%), *Salix alba* L. (vrba) (10%), *Salvia officinalis* L. (žalfija) (45%), *Sempervivum tectorum* L. (čuvarkuća) (40%), *Symphytum officinale* L. (gavez) (15%), *Taraxacum officinale* Weber (maslačak) (60%), *Urtica dioica* L. (kopriva) (75%), *Veronica officinalis* L. (čestoslavica) (15%), *Viola tricolor* L. (maćuhica) (20%).

Za gastrointestinalni sustav koristi se ukupno 15 vrsta: *Artemisia vulgaris* L. (pelin divlji) (25%), *Articum lappa* L. (čičak) (20%), *Cichorium intybus* L. (cikorija) (10%), *Foeniculum vulgare* Mill. (komorač) (15%), *Hypericum perforatum* L. (kantaron) (40%), *Juglans regia* L. (orah) (40%), *Juniperus communis* L. (kleka) (20%), *Chamomilla recutita* L. (Rauschert) (kamilica) (50%), *Mentha x piperita* L. (paprena metvica) (55%), *Oxalis acetosella* L. (cecelj) (10%), *Picea abies* (L.) H.Karst. (smreka) (25%), *Prunus spinosa* L. (trnina) (20%), *Quercus robur* L. (hrast lužnjak) (10%), *Rosa canina* L. (ruža divlja) (50%), *Tilia platyphyllos* Scop. (lipa) (25%).

Za dišni sustav koristi se ukupno 14 vrsta: *Abies alba* Mill. (jela) (45%), *Bellis perennis* L. (tratinčica) (15%), *Chamomilla recutita* (L.) (kamilica) (50%), *Picea abies* (L.) H. Karst. (smreka) (25%), *Pinus nigra* J.F.Arnold (crni bor) (10%), *Plantago lanceolata* L. (trputac) (25%), *Primula veris* L. (pravi jaglac) (35%), *Robinia pseudoacacia* L. (bagrem) (20%), *Salvia officinalis* L. (žalfija) (45%), *Sambucus nigra* L. (baza) (60%), *Symphitum officinale* L. (gavez) (15%), *Thymus serpyllum* L. (majčina dušica) (45%), *Tilia platyphyllos* Scop. (lipa) (25%), *Valeriana officinalis* L. (odoljen) (10%).

Za bolesti živčanog sustava i srca, slabokrvnost (ukupno 8 vrsta): *Achillea millefolium* L. (stolisnik) (45%), *Aesculus hippocastanum* L. (divlji kesten) (35%), *Agropyrum repens* L. (10%), *Anthyllis vulneraria* L. (ranjenik) (10%), *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medik. (rusomača) (20%), *Crataegus laevigata* (Poir.) DC (crveni glog) (40%), *Juglans regia* L. (orah) (40%), *Urtica dioica* L. (kopriva) (75%).

Za urinarni i genitalni sustav (ukupno 4 vrste): *Calendula arvensis* L. (neven) (35%), *Equisetum arvense* L. (preslica) (15%), *Hypericum perforatum* L. (kantaron) (40%), *Loranthus europaeus* Jacq. (ime-la) (10%).

Najčešće korišteno ljekovito samoniklo prikazano je na slici 4. Ove biljke su spomenute u 35 do 45% intervju.

Kamilica se najviše koristi u obliku biljnog čaja protiv bolova i za dišne puteve. Hmura (2017.) u svom etnobotaničkom istraživanju navodi da se na području Našica kamilica najviše koristila kod otežane probave, za smirenje, kod ublažavanja boli, za ispiranje očiju i kose itd.

Divlji kesten ima više medicinskih upotreba, jedna od njih je da se svježi cvjetovi stave u bocu i preliju rakijom te se koristi kao tinktura protiv reume. Jednako često se koristi i plod kao oblozi protiv reume i proširenih vena.

Neka etnobotanička istraživanja navode, da se gore navedene vrste, osim divljeg kestena vrlo često koriste kao biljni čajevi i u susjednoj Makedoniji (Rexhepi i sur., 2018.).

Stolisnik se upotrebljava najviše protiv krvarenja i za zgrušavanje krvi direktno na ranu ili se stavlja na ranu pa omota oblozima. U nešto manjem postotku se koristi kao biljni čaj za krvotok. Također

se upotrebljava i kod različitih želučanih tegoba, poboljšanja apetita, otežane probave i slično (Kišgeci, 2005.).

Tinktura se mora pripremiti odmah nakon berbe jer stajanjem sjeme gubi ljekovitost (Kišgeci, 2005.).

Kantaron se u narodnoj medicini koristi za spravljanje biljnih čajeva, kao i ljekovitog ulja s kojim se premazuju rane. Ponekad, kod bjeloputih ljudi aktivna tvar hipericin, pod utjecajem sunčeve svjetlosti može izazvati neugodne upalne procese (Gelenčir i Gelenčir, 1991.).

Metvica se koristi u obliku biljnog čaja u razne medicinske svrhe; za izbacivanje sluzi i čišćenje organizma, za smirenje, ali u malim količinama i ne često, jer može izazvati dijareju.

Vezano za prihvaćanje oparka (biljni čaj) od metvice, prema nekim senzorskim procjenama taj oparak ispitnici veoma dobro ocjenjuju (Dorbić i sur., 2019.).

Premda mentol konzumiran u većim količinama uzrokuje upalne promjene u probavnom traktu, pripravci iz listova uzeti u uobičajenim količinama neće uzrokovati navedene pojave (Gelenčir i Gelenčir, 1991.).

Pravi jaglac se najčešće koristi kod problema s dišnim putovima (jakog kašlja, bronhitisa i asme). Osim toga u narodnoj se medicini koristi i kod problema sa slabim živcima, glavoboljom, kao sredstvo za brže izlučivanje vode iz organizma itd. (Gelenčir i Gelenčir, 1991.).

Žuta imela poluparazit je koji dolazi na velikom broju domaćina (Idžojtić i sur., 2007.). U istraživanju Šarić-Kundalić i sur. (2010.) spominju *Loranthus europaeus* (žutu imelu) koja se koristi protiv dijareje, hemoroida i problema sa cirkulacijom, dok Redžić (2007.) navodi imelu kao biljku koja se koristi protiv problema sa srcem i epilepsijom, a u ovom radu se po prvi put navodi imela kao lijek odnosno mast koju dobijemo miješanjem samljevenih bobica imele i hladne svinjske masti, a koristi se protiv smrzavanja hladnoći izloženih dijelova tijela.

U nekim dijelovima istočne i sjeverne Bosne ova vrsta se koristila i protiv glista kod djece, problema s hemoroidima i kod nekih problema s ženskim spolnim organom (Šarić-Kundalić i sur., 2011.).

U obliku masti se najviše koriste neven i gavez, koji se zajedno sa svinjskom masti koriste za zarastanje lomova kostiju, bolna koljena, protiv reume i za zarastanje rana i ožiljaka.

Od nevenova cvijeta se može spravljati i čaj koji djeluje protiv želučanih i crijevnih tegoba. Aktivne tvari nevena su: karotenoidi, flavonoidi, kalendulozoidi, tanini, eterično ulje, sluzi, organske kiseline, gorke tvari itd. (Kišgeci, 2005.).

Prema Vitasović-Kosić i sur. (2017.) neven se u Sjeveroistočnoj Istri najviše koristi u masti i to za zacijeljivanje rana.

Čestoslavica i srčanik se koriste kao tinktura, dok se čestoslavica sa rakijom koristi protiv kožnih oboljenja. Protiv bolova i upale uha kod djece i odraslih, osobito tijekom 1990-ih zbog oružanih sukoba i nedostatka lijekova, koristili su se *Semprevivum tectorum* (čuvarkuća) i *Plantago lanceolata* (uskolisni trputac) čiji se sok iz listova koristio kao kapi za uho. Iako se i danas koristi na isti način kao i 1990-ih, spomenute biljke se ipak manje koriste, zbog pristupačnosti i raširenosti kemijskih lijekova.

Srčanik se na području Sjeveroistočne Istre koristi kao lijek (liker) u suzbijanju gihta, reume i artritisa (Vitasović-Kosić i sur., 2017.).

Juniperus communis (borovica) je zanimljiva ljekovita biljka koja se na istraživanom području koristi kao čaj za čišćenje želuca, a ulje borovice protiv kašlja. Na području planine Čičarije plodovi iste biljke se većinom koriste za medicinku rakiju protiv dijareje, a ulje se djeci davalo protiv glista, nametnika u tijelu, također su se grane koristile kao metla za dvorište (Vitasović-Kosić i sur., 2017.). U Hrvatskoj se tradicionalno na području Kršana i na otoku Krku, od plodova radi osvježavajuće piće zvano „smrekovice“ koje se za vrućih ljetnih dana pije protiv žeđi. Plodovi (bobe) se namaču u bačvi s vodom 40-tak dana, dok se ne napravi gazirano piće (Dolina i sur., 2016., Vitasović-Kosić, 2018.).

Prema rezultatima (frekvencijama od viših prema nižim) kao hrana za životinje koristi se 8 vrsta: *Urtica dioica* (kopriva), *Taraxacum officinale* (maslačak), *Trifolium pratense* (crvena djetelina), *Trifolium repens* (bijela djetelina), *Agropyrum repens* (pirika), *Oxalis acetosella* (cecelj) i *Quercus robur* (hrast lužnjak).

Crvena djetelina se uzgaja i u kulturi te ima veliki gospodarski značaj kao krmna kultura i hrana za životinje. Veoma je ljekovita, a u narodu se općenito može koristiti protiv kroničnog kašlja, astme, čireva i opekline itd. (Umeljić, 2004.).

Bijela djetelina prirodno dolazi u zajednicama sveže *Arrhenatherion* (Šoštarić-Pisačić i Kovačević, 1968., Bošnjak i sur., 2008.) te se javlja s prosječnim udjelom u pašnjacima od 9,56% (Šoštarić-Pisačić, 1967., Bošnjak i sur., 2008.).

Pirikin podanak je vrlo ljekovit, a agropirenu koji se nalazi u njenom eteričnom ulju se pripisuje antibiotsko svojstvo (Gelenčir i Gelenčir, 1991.).

U biljnim dijelovima se sadržaj aktivnih tvari mijenja s godišnjim dobom. Prema Willfort (2002.) i Erhatic i sur. (2014.), navodi se da svježi korijen maslačka iskopan u proljeće uglavnom sadrži gorku tvar, a prema sredini kolovoza, stvara se inulin umjesto mliječnog soka.

U posljednje vrijeme maslačak se sve više koristi kao pomoćno ljekovito sredstvo u usporavanju tumorskih stanica kod ljudi (Omeragić i Hadžiabdić, 2017.). Analogno navedenom maslačak se može primijeniti i na životinje u stočarskoj proizvodnji.

Za hranidbu stoke (goveda, svinje, peradi) sve navedene biljne vrste koriste se u svježem stanju (Slika 5). Kopriva se često koristi u hranidbi pilića i na području Varaždina (Vitasović-Kosić i Kužir, 2018.). Potonja je za vremena velike gladi i ratova bila jedna od najkorištenijih biljaka, a tu svoju popularnost je i zadržala u modernom razdoblju (Luczaj i Pieroni, 2016.). Kod osnaživanja imuniteta kod peradi može se koristiti i *Medicago sativa* L. (lucerna). Uvarak se pravi od 125 g osušenog mladog lišća lucerne te se kuha 1 sat u 0.5 L prokuhane vode. Nakon toga se pripremak ostavi da se smlači. Potom se procijedi uz dodatak jedne žlice meda (Ptičar, 1995.). Učestalost korištenja spomenutog i drugog bilja za hranidbu stoke je također u opadanju. Razlog smanjenja korištenja bilja je osim smanjenja broja stoke i činjenica da je današnja hranidba stoke temeljena na kupovnoj hrani te biljkama koje se ne uzgajaju na području općine Vitez.

Današnji zahtjevi potrošača za zdravijim namirnicama koje su dobivene iz ekološkog uzgoja jedan su od najvažnijih razloga za uvođenje novih hranidbenih strategija prilikom uzgoja životinja. Dodatni

poticaj za traženje te iznalaženje novih dodataka koji će unaprijediti spomenuto nastao je nakon zabrane uporabe antibiotika (Gregaćević i sur., 2014.).

Prema Krželj i Vitasović-Kosić (2020.) za ishranu životinja na području Dalmatinske zagore tradicionalno su se koristile sljedeće samonikle vrste: *Hedera helix* (bršljan), *Papaver rhoeas* (mak), *Viscum album* (bijela imela), *Trifolium arvense* (poljska djetelina), *Paliurus spina-christi* (drača), *Quercus pubescens* (hrast medunac), *Fraxinus angustifolia* (jasen), *Acer monspessulanum* (maklen), *Arum italicum* (kozlac), *Convolvulus cantabrica* (slak) kojeg posebno vole svinje zbog slatkastog okusa, *Clematis vitalba* (pavitina ili škrabutina), *Anthyllis vulneraria* (ranjenik), a kao stelju (podlogu) u stajama kod nedostatka slame, posebice svinjama, koristila se *Inula verbascifolia* (belušina).

Ljudi na području središnje Bosne njeguju tradiciju i običaje što je potvrđeno u ovom istraživanju. Zabilježene su sljedeće vrste koje se koriste za obrede, običaje ili svetkovine: *Abies alba* (jela), *Buxus sempervirens* (šimšir), (*Sanicula europaea* (europska zdravčica) i *Viola odorata* (mirisna ljubičica). Jela ili jelka se koristi kao ukrasno drveće za Božić, na blagdan Cvjetnice nosi se na groblje dok se u razdoblju između Božića i Sveta Tri kralja koristi za blagoslov kuća. Šimšir se kao i jela koristi za blagoslov kuća u navedenom periodu, no nešto češće s obzirom da se često nalazi kao ukrasna ograda u dvorištima kuća, pa je stanovnicima lakše upotrijebiti šimšir u blizini kuće, nego „ići u potragu“ za nekom biljkom.

Zdravčica i ljubičica se koriste za tradicionalno umivanje lica s (toplom) vodom na Đurđevdan ili Cvjetnicu. Taj je običaj umivanja s ljubičicom na Cvjetnicu zabilježen i u Hrvatskoj, u kontinentalnom i mediteranskom dijelu (Juraćak i sur., 2019.), no za zdravčicu je ova upotreba novo zabilježena, njezini nadzemni dijelovi se prema Redžić (2006.) inače koriste kao kuhano povrće.

Učestalost korištenja biljaka u vjerskim i narodnim običajima se nije smanjila, a razlozi se ponajviše mogu pronaći u nastojanjima da kroz takve običaje lokalno stanovništvo zadrži identitet koji je razvijan i njegovan kroz stoljeća.

Brojne priče i legende vezane uz mirisnu ljubičicu ukazuju na važnost vrste od antičkih civilizacija. U svrhu njene valorizacije potrebno je provesti et-

nobotanička istraživanja da se zabilježe različite priče, legende, načini upotrebe i sl. Na taj način bi se omogućilo stvaranje autohtonih proizvoda (Erhatic i sur., 2010.).

Biljke su uvijek imale posebno mjesto u magijskim ritualima, posebno zahvaljujući uvjerenju da se mlade, tek iznikle biljke mogu suprotstaviti zlu (Dajić Stevanović i sur., 2014.). I u Srbiji je bio vrlo razvijen kult drveća i biljaka. Srbi nisu bili iznimka u usporedbi s drugim narodima, no važno je napomenuti da je puno takvih običaja sačuvano (Dajić Stevanović i sur., 2014.).

SAMONIKLE GLJIVE

U odnosu na dosadašnja istraživanja na području BiH (Redžić, 2006., 2007.; Šarić-Kundalić i sur., 2010., 2011.) gdje gljive nisu zabilježene, u ovom istraživačkom radu po prvi puta je dokumentirano ukupno devet vrsta gljiva iz šest porodica te njihova upotreba za jelo. Najčešće ubirane i konzumirane gljive u Općini Vitez jesu: ljetni / pravi vrganj (*Boletus edulis* Bull.), krvava mliječnica (*Lactarius sanguifluus* (Paulet) Fr. 1838) i lisičarka (*Cantharellus cibarius* Fr.) (tablica 2.). Ove gljive su spominjane u frekvenciji od 35-45% intervjua. Ljetni vrganj je od davnina vrlo cijenjena vrsta (Božac, 1995.) i javlja se u više varijeteta pa su moguće zabune prilikom sakupljanja.

Nešto manje, odnosno tek u 10% intervjua, spominjane su blagva (*Amanita caesarea* (Scop.) Pers), crna trubača (*Craterellus cornucopioides* (L.) Pers), poljska pečurka / jassenka (*Agaricus campestris* L.), puhara (*Lycoperdon perlatum* Pers.), smrčak (*Morchella esculenta* (L.) Pers) i sunčanica (*Macrolepiota procera* (Scop.) Singer).

Opservacijom je utvrđeno da crnogorični vrganj, mliječnica i lisičarka imaju veliku rasprostranjenost na području općine Vitez te su i lakše uočljive, posljedično tome se više sakupljaju, stoga je i veća zastupljenost spomenutih vrsta u intervjuiima. Dodatno, nedovoljno znanje o drugim mogućim upotrebama i namjenama određenih vrsta gljiva doprinosi da se druge vrste ne koriste često i uobičajeno. Primjerice za vrstu smrčak Božac (1995.) navodi da se vrsta teško nalazi odnosno da nije puno zastupljena po šumama. Smrčci djeluju antitumorno, a neki ih smatraju i afrodozijakom (Novak, 1997.).

Sve spomenute gljive se koriste za prženje / pečenje na tavi kao prilog ili glavno jelo (rižoto, s tjesteninom). Osim na klasičan način (prženje), gljive se u kulinarstvu ovisno o vrsti mogu pripremati na različite načine. Tako npr. Novak (1995.), navodi različite vrste jela od gljiva: salata od sunčanica, pohane sunčanice, smrčci u kremi, salata od vrganja, punjeni vrganji itd. Osim toga gljive se još mogu sušiti, duboko zamrznuti, kiseliti, čuvati u slanoj vodi itd.

Kad su gljive u pitanju mora se naglasiti i problematika onečišćenja okoliša, a to se posebno odnosi na području u blizini industrijskih središta i ratom zahvaćenih područja (npr. Vitez). Potrebno je naglasiti da je koncentracije teških metala u gljivama i na okolnom šumskom zemljištu gdje one rastu, potrebno češće analizirati kako bi se procijenila moguća opasnost za ljudsko zdravlje (Širić i sur., 2016.). Unatoč kontaminiranosti gljiva s teškim metalima smatra se da one nisu veća prijetnja ljudskom zdravlju, budući se one manje konzumiraju od nekih važnijih svakodnevnih namirnica (Božac, 1995.; Širić i sur., 2016.).

ZAKLJUČAK

Ovim radom po prvi je puta dokumentirana upotreba biljaka na području Općine Vitez u Središnjoj Bosni. Rezultati se značajno ne razlikuju u odnosu na ostale istraživane općine na području Lašvanske doline. Usko povezani povijesni razvoj, rodbinske i prijateljske veze te geografske odlike prostora najznačajnija su obilježja zbog kojih je upotreba samoniklog bilja na području središnje Bosne vrlo slična.

S obzirom na globalizaciju, napredak gospodarstva te brže i lakše kretanje roba i lijekova učestalost korištenja samoniklog bilja je smanjena u odnosu na razdoblje prije 2000.-te godine. Na istraživanom području se i danas u velikoj mjeri koriste ljekovite i jestive samonikle biljke koje su se tradicionalno i ranije koristile. Učestalost korištenja samoniklog bilja za ishranu stoke opada, zbog promjene životnih navika te kupovine hrane za stoku. Učestalost korištenja biljaka u vjerskim i narodnim običajima se nije smanjila, jer stanovništvo želi zadržati identitet građen i čuvan stoljećima. Može se zaključiti kako se učestalost korištenja dokumentiranih gljiva smanjuje, a razlozi su ponajviše nepoznavanje gljiva i njihove jestivosti.

Upotreba samoniklog bilja u BiH i dalje se prenosi s generacije na generaciju te je još uvijek dosta zastupljena u svakodnevnom životu stanovnika istraživanog područja. Rezultati ovog rada mogli bi doprinijeti edukaciji pučanstva i reintrodukciji zaboravljenih upotreba samoniklog bilja i gljiva u ljudsku prehranu, očuvanju tradicije i narodnih običaja, kao i prevenciji očuvanja zdravlja ljudi i životinja.

Napomena: ovaj rad je proizašao iz terenskih podataka završnog rada studentice Katarine Gugić, naslova „Tradicionalna primjena samoniklog bilja na području središnje Bosne“.

Zahvala: zahvaljujemo svim ispitanicima što su sa nama podijelili svoja znanja.

LITERATURA

1. Alonso E. B. (2014.): The impact of culture, religion and traditional knowledge on food and nutrition security in developing countries. 2014. LICOS-Centre for Institutions and Economic Performance. Belgium.
2. Behxhet, M., Hajdari, A., Krasniqi, F., Hoxha, E., Ademi, H., Quave, C.L., Pieroni, A. (2012.): Medical ethnobotany of the Albanian Alps in Kosovo. J Ethnobiology Ethnomedicine 8 (6): 1-14.
3. Bilić I. (2014.): Korisne samonikle biljke-opis i upotreba, Dušević i Kršovnik, Rijeka.
4. Blanco-Salas J., Gutiérrez-García L., Labrador-Moreno J., Ruiz-Téllez T. (2019.): Wild Plants Potentially Used in Human Food in the Protected Area "Sierra Grande de Hornachos" of Extremadura (Spain) Sustainability 11(2): 456-474.
5. Bošnjak K., Leto J., Perčulija G., Vranić M., Kutnjak H. (2009.): Reakcija bijele djeteline (*Trifolium repens* L.) na gnojidbu dušikom i pašno opterećenje u poluprirodnom travnjaku. Mljekarstvo, 59 (3): 244-253.
6. Bošnjaković D., Ognjanov V., Ljubojević M., Barać G., Predojević M., Mladenović E., Božac R. (1995.): Gljive, morfologija, sistematika, toksikologija, Školska knjiga, Zagreb.
6. Čukanović J. (2012.): Biodiversity of wild fruit species of Serbia, Genetika, 44 (1): 81-90.

7. Dajić Stevanović Z., Petrović M., Ačić S. (2014.): Ethnobotanical Knowledge and Traditional Use of Plants in Serbia in Relation to Sustainable Rural Development, U: A. Pieroni, C. L. Quave (eds.), (2014): Ethnobotany and Biocultural Diversities in the Balkans, DOI 10.1007/978-1-4939-1492-0_12.
8. Dolina K., Jug-Dujaković M., Luczaj Ł., Vitasović-Kosić, I. (2016.): A century of changes in wild food plant use in coastal Croatia: the example of Krk and Poljica, *Acta Societatis Botanicorum Poloniae*, 85 (3): 3508.
9. Dorbić B., Friganović E., Slipčević M., Davitkovska M., Bogevska Z. i Vujošević A. (2019.): Senzorska procjena različitih oparaka od aromatičnog bilja, *Glasilo Future*, 2 (1-2), 44-58.
10. Dujmović Purgar, D., Duralija B., Mešić A., Vokurka A., Rubeša A. (2012.): Rasprostranjenost i značaj roda *Cornus* u Hrvatskoj, *Pomologia Croatica*, 18 (1-4): 33-53.
11. Erhatici R., Kajin K., Mesić Ž., Markovina J., Žutić I., Židovec, V. (2010.): Povijest i mogućnosti primjene mirisne ljubičice, *Agronomski glasnik*, 72 (1): 47-58.
12. Erhatici R., Vukobratović M., Dudaš S., Mužić M. (2014.): Kemijske karakteristike populacija maslačaka s križevačkog i riječkog područja, *Agronomski glasnik*, 76 (3): 127-136.
13. Fan C, Pacier C, Martirosyan D. M. (2014.): Rose hip (*Rosa canina* L.): A functional food perspective, *Funct food health dis* 4: 493-509.
14. Ferrier J., Šaćiragić L., Trakić S., Chen E. C., Gendron R. L., Cuerrier A., ... & Arnason J. T. (2015.): An ethnobotany of the Lukomir highlanders of Bosnia & Herzegovina. *Journal of ethnobiology and ethnomedicine*, 11:81, 1-17.
15. Forenbacher S. (2001.): Velebit i njegov biljni svijet, Školska knjiga, Zagreb.
16. Golenčir J., Golenčir J. (1991.): Atlas ljekovitog bilja, Prosvjeta, Zagreb.
17. Gregačević L., Klarić I., Domaćinović M., Galović D., Ronta M. (2014.): Fitogeni aditivi u hranidbi domaćih životinja, *Krmiva: Časopis o hranidbi životinja, proizvodnji i tehnologiji krme*, 56 (3): 117-123.
18. Hmura M. (2017.): Tradicionalna upotreba samoniklog bilja na području Našica, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku Odjel za biologiju, Završni rad.
19. Idžojić M., Glavaš M., Zebec M., Pernar R., Bećarević J., Glova K., Plantak S. (2007.): Žuta i bijela imela na području Uprava šuma podružnica Našice i Osijek, *Šumarski list*, 131 (3-4): 125-135.
20. International Society of Ethnobiology Code of Ethics (with 2008 additions). <http://ethnobiology.net/code-of-ethics/>. Pristupljeno 18. studeni 2020.
21. Juračak J., Gugić D., Vitasović-Kosić I. (2019.): Tradicijska primjena samoniklog i naturaliziranog bilja kao potencijal za inovacije u razvoju ruralnih područja Hrvatske. *Agroeconomia Croatica*, 9 (1): 91-102.
22. Kišgeci J. (2005.): Lekovite i aromatične biljke, Partenon, Beograd.
23. Krželj M., Vitasović-Kosić I. (2020.): Etnobotanička primjena samoniklog bilja: hrana i lijek za ljude i životinje na području općine Šestanovac (Dalmatinska Zagora, Hrvatska). *Krmiva: Časopis o hranidbi životinja, proizvodnji i tehnologiji krme*, 62 (1): 3-13.
24. Kuštrak D. (2005.): Farmakognozija – Fitofarmacija. Golden marketing – Tehnička knjiga, Zagreb.
25. Luczaj Ł., Končić M. Z., Miličević T., Dolina, K., Pandža M. (2013.): Wild vegetable mixes sold in the markets of Dalmatia (southern Croatia). *Journal of ethnobiology and ethnomedicine*, 9 (1): 1-12.
26. Luczaj Ł., Fressel N., Perković S. (2013.): Wild food plants used in the villages of the Lake Vrana Nature Park (northern Dalmatia, Croatia). *Acta Societatis Botanicorum Poloniae*, 82 (4): 275-281.
27. Luczaj Ł., Dolina K. (2015.): A hundred years of change in wild vegetable use in southern Herzegovina. *J Ethnopharmacol*, 26 (166): 297-304.
28. Luczaj Ł., Pieroni A. (2016.): Nutritional Ethnobotany in Europe: From Emergency Foods to Healthy Folk Cuisines and Contemporary Foraging Trends, Chapter 3. In: *Mediterranean Wild Edible Plants*, M. De C. Sanchez-Mata, J. Tardío (eds.), Springer Science+Business Media New York.
29. Luczaj Ł., Jug-Dujaković M., Dolina K., Jeričević M., Vitasović-Kosić I. (2019a.): The ethnobotany and biogeography of wild vegetables in the Adriatic islands. *Journal of ethnobiology and ethnomedicine*, 15 (1): 1-17.
30. Luczaj Ł., Jug-Dujaković M., Dolina K., Vitasović-Kosić I. (2019b.): Plants in alcoholic beverages on the Croatian islands, with special reference to rakija travarica. *Journal of ethnobiology and ethnomedicine*, 15 (1): 1-19.
31. Maslov Bandić L., Jenić M., Duralija B. (2020.): Bioaktivni spojevi u plodu, listu i sjemenci maline (*Rubus idaeus* L.), *Glasnik Zaštite Bilja*, 43 (5): 50-55.
32. Nikolić, T., ur. (2020.): Flora Croatica Database (URL <http://hirc.botanic.hr/fcd/>), Prirodoslovno-matematički fakultet, Sveučilište u Zagrebu.

33. Novak B. (1995.): Uzgoj jestivih i ljekovitih gljiva. Hrvatsko agronomsko društvo, Zagreb.
34. Omeragić A., Hadžiabdić S. (2017.): Upotreba maslačka u tretmanu tumorskih oboljenja. Hrana u zdravlju i bolesti, 3 Specijalno izdanje (9. Štamparovi dani): 48-52.
35. Principles of Professional Responsibility. American Anthropological Association. <http://ethics.americananthro.org/category/statement/>. Pristupljeno 18. studeni 2020.
36. Ptičar M. (1995): Ljekovito bilje kao hrana i lijek. Glasilo Zagrebačkog društva za zaštitu i uzgoj ptica i ribica, 2 (12): 6-7.
37. Redžić S. (2006.): Wild edible plants and their traditional use in the human nutrition in Bosnia-Herzegovina, Ecology of food and nutrition, 45 (6): 189-323.
38. Redžić S. (2007.): The ecological aspect of ethnobotany and ethno pharmacology of population in Bosnia and Herzegovina, Coll. Antropol, 31 (3): 869-890.
39. Rexhepi B., Bajrami A., Mustafa B. (2018.): Ethnobotanical Study of Wild Edible Plants in Pelagonia Region (Southwestern Macedonia), International Journal of Advances in Science Engineering and Technology, 6 (1): 61-65.
40. Strategija razvoja Općine Vitez 2014-2020 (2014.): Općina Vitez.
41. Strategija razvoja Srednjobosanskog kantona 2016-2020 (2016.): Kantonalni odbor za razvoj Srednjobosanskog kantona.
42. Šarić-Kundalić B., Dobeš C., Klatte-Asselmeyer V., Saukel J. (2010.): Ethno botanical study on medical use of wild and cultivated plants in middle, south and west Bosnia and Herzegovina, Journal of Ethno pharmacology, 131 (17): 33-55.
43. Šarić-Kundalić B., Dobeš C., Klatte-Asselmeyer V., Saukel J. (2011.): Ethno botanical survey of traditionally used plants in human therapy of east, north and north-east Bosnia and Herzegovina, Journal of Ethno pharmacology, 133 (17): 1051-1076.
44. Širić I., Kasap A., Kos I., Markota T., Tomić D., Poljak M. (2016.): Heavy metal contents and bioaccumulation potential of some wild edible mushrooms, Šumarski list, 140 (1-2): 29-37.
45. Šoštarić-Pisačić K. (1967.): Višegodišnje kulturne Trifolium vrste. Zavod za specijalnu proizvodnju bilja Poljoprivrednog fakulteta, Zagreb: 35-48.
46. Šoštarić-Pisačić K., Kovačević J. (1968.): Travnjačka flora i njena poljoprivredna vrijednost, Nakladni zavod Znanje, Zagreb: 443 str.
47. Turner N.J., Łuczaj Ł., Migliorini P., Pieroni A., Dreon A.L., Sacchetti L.E., Paoletti M. G. (2011.): Edible and tended wild plants, traditional ecological knowledge and agroecology. Critical Reviews in Plant Sciences, 30(1-2): 198-225.
48. Umeljčić V. (2004.): Atlas medonosnog bilja, U svijetu cvijeća i pčela, Vlastita naklada.
49. Vitasović-Kosić I., Juračak J., Łuczaj Ł. (2017.): Using Ellenberg-Pignatti values to estimate habitat preferences of wild food and medicinal plants: An example from northeastern Istria (Croatia). Journal of ethnobiology and ethnomedicine, 13 (1): 1-19.
50. Vitasović-Kosić I. (2018.): Tradicionalna upotreba samoniklog jestivog bilja na području općine Kršan, Glasilo Future, 1 (2): 1-14.
51. Vitasović-Kosić I., Kužir M. (2018.): Tradicionalna upotreba samoniklog i kultiviranog bilja na području grada Varaždina (Hrvatska). Krmiva, 60 (2): 83-95.
52. Willfort R. (2002.): Ljekovito bilje i njegova upotreba, Erudit, Zagreb.

SUMMARY

In the wider area of the Western Balkans, people have often starved throughout history, although they have been surrounded by a very rich edible wild flora. This paper documents the use of wild-growing plants and fungi in the Municipality of Vitez in Central Bosnia, as well as data on specific local plant names, their use, traditional customs and intangible heritage related to wild plants and fungi. In semi-structured interviews we recorded 66 plant species (distributed within 39 plant families) and 9 mushroom species (from six mushroom families). According to research findings, the largest number of plants is used as medicinal herbs (53 species), as well as for human food (34 species). The species that have been mentioned most frequently are *Rubus idaeus*, *Urtica dioica*, *Vaccinium myrtillus*, *Sambucus nigra*, *Taraxacum officinale*, *Corylus avellana*, etc. Interesting uses noted by this research include *Stellaria media* (common chickweed) which is used as green salad, as well as *Hedera helix* (the common ivy) whose flowers are used to make a medicinal tea for curing peritonsillar abscess and fistulas, and *Loranthus europaeus* (yellow mistletoe) used as a healing ointment against frostbite. The most commonly used mushrooms are: *Boletus edulis* (cep), *Lactarius sanguifluus* (bloody milk cap), and *Cantharellus cibarius* (fox glove). In conclusion, the traditional use of wild-growing plants is still well-preserved in the daily life of the humans in research area, and still transmitted orally from generation to generation.

Key words: wild growing plants, medicinal herbs, wild mushrooms, traditional use, Vitez