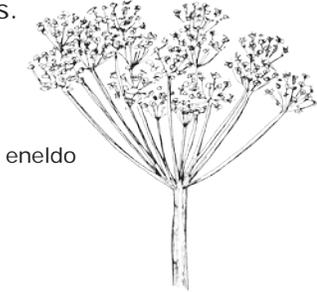


# LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA – Página de ciencias

## APIACEAE (OR UMBELLIFERAE)

El nombre Umbelliferae se deriva de una palabra en latín que significa "umbroso", "que tiene sombra o la causa". Las plantas de la familia de la zanahoria tienen flores que parecen sombrillitas.



eneldo

### ¡A ENTERARSE!

Ciertos miembros de la familia de la zanahoria, como la pastinaca o chirivía y la manzanilla bastarda gigante, pueden quemar la piel. Con la ayuda de la luz ultravioleta del sol, sustancias químicas de las hojas, tallos y frutos de esas plantas pueden penetrar el tejido de la piel, enrojecerla y producir ampollas.

¡Fíjate en mi piel!  
¡Estas ampollas duelen!



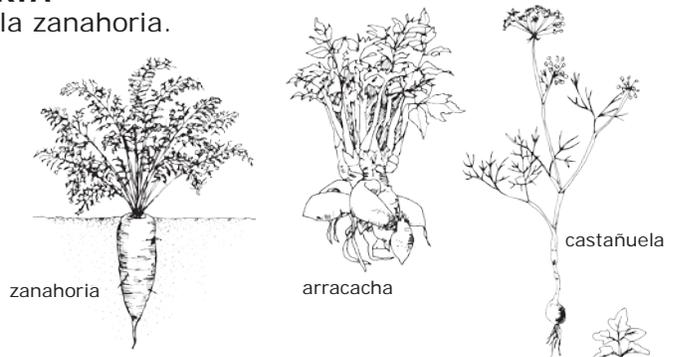
Tal vez tocaste chirivía o manzanilla bastarda ayer o anteayer. A poco la piel no te va a doler, pero sí va a estar descolorida cierto tiempo.

## MIEMBROS DE LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

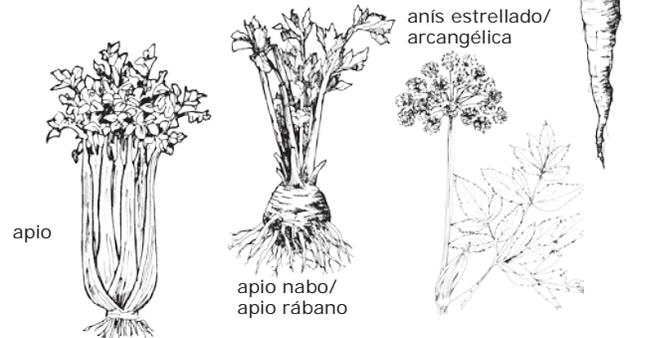
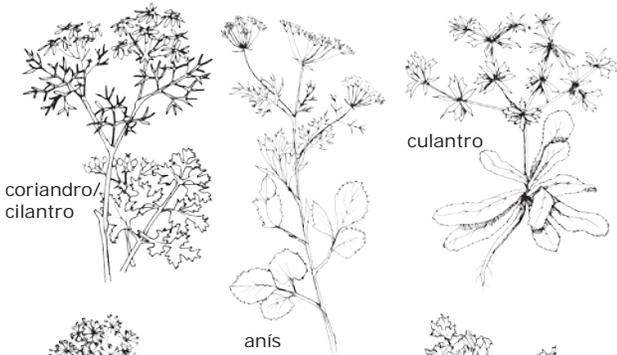
Existen más de 3,000 especies en la familia de la zanahoria.



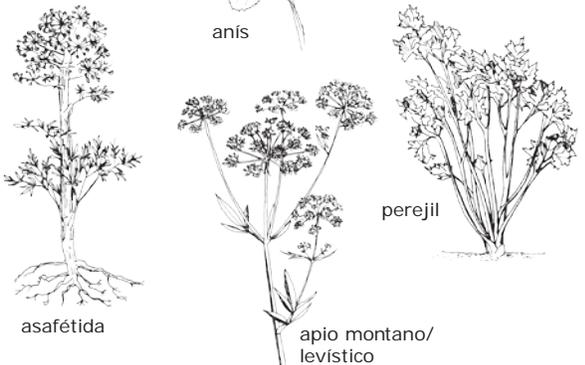
Unas tienen fuertes sabores y olores singulares y se usan como hierbas y especias.



Muchas tienen raíces, tallos u hojas que se usan como verduras. Unas contienen nutrientes, tales como carotina beta, que son importantes para la dieta humana.



Otras son venenosas.



# Juego de cartas de la familia de la zanahoria

## DIRECCIONES

Se imprime cada pista y su respuesta en una carta separada. Detrás de cada ilustración debe ir la descripción de la misma. Se recortan las cartas de pistas y las de la familia de la zanahoria. Si se plastifican van a durar más.

Se esparcen todas las cartas de la familia de la zanahoria con los dibujos boca arriba.

Luego se barajan las cartas de pista y se colocan en un montón boca abajo.

El objeto del juego es recopilar tantas cartas de la familia de la zanahoria como sea posible. El jugador con más cartas al final del juego es el ganador.

El primer jugador toma una carta de pista y la lee. El jugador a su derecha tiene la oportunidad de tomar la carta de la planta correspondiente para contestar la pregunta de la carta de pista.

Esa persona toma la carta de la planta y lee el reverso para ver si es la carta correcta. Si lo es, se queda con la carta. Si no, la carta se coloca debajo de todas las otras de la pila. Luego el jugador que tuvo la oportunidad de elegir una carta es quien toma la siguiente carta de pista. Se continúa el juego hasta que ya no quedan más cartas de plantas. Entonces cada jugador cuenta sus cartas para ver quién es el ganador.

**Variación:** Todo jugador usa la información de las cartas para formular preguntas que tiendan a desconcertar a los otros jugadores.

## CARTAS DE PISTAS

El miembro más popular de la familia de la zanahoria alrededor del mundo.

Respuesta: zanahoria

Solía crecer alrededor del antiguo pueblo de Maratón, en Grecia.

Respuesta: hinojo

La gomorresina de esta raíz se usa como condimento o sazón.

Respuesta: asafétida

Los antiguos griegos preparaban una bebida venenosa con esta planta para ejecutar a los reos.

Respuesta: cicuta

Una vez se creía que tenía poderes curativos angélicos.

Respuesta: anís estrellado/arcangélica

Se usa para dar sabor a un licor escandinavo llamado akavit.

Respuesta: alcaravea

Una de las sazones más populares de la cocina en la antigua Roma.

Respuesta: apio montano/levístico

Las hojas se usaban en ceremonias funerarias en la antigua Grecia.

Respuesta: perejil

Originario del sur de Europa y el oeste de Asia, esta hierba se usaba para aliviar el dolor de estómago causado por gases en los bebés.

Respuesta: eneldo

De olor como el del cilantro, pero más fuerte.

Respuesta: culantro

En Inglaterra, los niños solían escarbar las raíces para comerlas como golosina camino a la escuela y a casa.

Respuesta: castañuela

Importante raíz de cultivo en Centroamérica y Suramérica.

Respuesta: arracacha

Se presenta en tres formas – para hojas, raíces o tallos.

Respuesta: apio

Verdura de raíz cuyas hojas pueden ser causa de una erupción cutánea.

Respuesta: chirivía/pastinaca

En el siglo XIX, las semillas caramelizadas de esta planta recibían el nombre de “confite de ciruela”.

Respuesta: coriandro

Maleza invasiva que causa erupción en la piel.

Respuesta: manzanilla bastarda

En la antigua Roma, se usaba en bizcochos que se consumían para ayudar a la digestión al terminar una comida.

Respuesta: anís

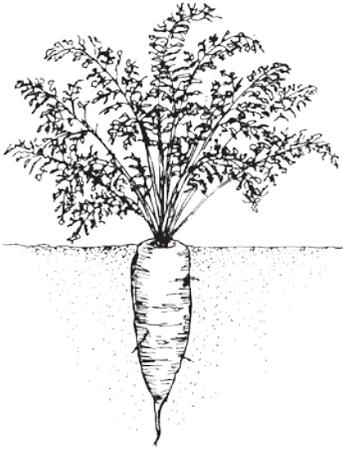
Popular en Europa por sus bulbosas raíces duras, que hay que pelar antes de comer.

Respuesta: apio nabo/apio rábano

# Cartas de la familia de la zanahoria

LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**ZANAHAORIA**  
*Daucus carota*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**PEREJIL**  
*Petroselinum crispum*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**APIO MONTANO/  
LEVÍSTICO**  
*Levisticum officinale*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**ARRACACHA**  
*Arracacia xanthorina*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**ALCARAVEA**  
*Carum carvi*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**ANÍS ESTRELLADO/  
ARCANGÉLICA**  
*Archangelica officinalis*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**HINOJO**  
*Foeniculum vulgare*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**ASAFÉTIDA**  
*Ferula asa-foetida*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**CICUTA**  
*Conium maculatum*



**APIO MONTANO/  
LEVÍSTICO**

*Levisticum officinale*

El apio montano/levístico fue una de las especias más populares en la gastronomía de la antigua Roma. Los polvos y aceites que se extraen de las raíces se usan para sazonar las comidas. Las hojas tienen sabor a apio y los tallos con hojas se usan en ensaladas, sopas y cocidos. Las semillas del apio montano/levístico se usan para sazonar dulces, bizcochos y platillos de carne.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**PEREJIL**

*Petroselinum crispum*

En la antigua Grecia, el perejil se usaba en ceremonias funerarias y en coronas para atletas vencedores. Las hojas de sabor fuerte se usan secas, crudas, o picaditas para condimentar distintos platillos. El perejil es parte importante de la ensalada de tabbouleh del Oriente Medio. Los japoneses lo frien en aceite abundante como tempura. En Bélgica y Suiza, se frie así mismo para acompañar el fondue. Los mexicanos y los españoles usan el perejil en salsas verdes. Los franceses lo añaden a la salsa de ajo y mantequilla que comen con escargots (caracoles). Los ingleses hacen jalea de perejil.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**ZANAHORIA**

*Daucus carota*

La zanahoria es el miembro más popular de la familia Apiaceae. Las zanahorias blancas son originarias de Europa, las rojas de Asia central y las amarillas y moradas, del área hoy llamada Afganistán. Las zanahorias tienen más carotina beta, utilizada por nuestro cuerpo para producir vitamina A, que todas las otras legumbres.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**ANÍS ESTRELLADO/  
ARCANGÉLICA**

*Archangelica officinalis*

Había una vez una creencia de que el anís estrellado/la arcangélica tenía poderes curativos angelicales. Las raíces se consumen, hervidas, como legumbre. Los aceites, extraídos de raíces y semillas, se emplean para condimentar dulces y bebidas alcohólicas como ginebra y vermú. Los aceites también se usan en perfumes y jabones.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**ALCARAVEA**

*Carum carvi*

La alcaravea es una especie favorita en la Europa central. Contiene un polvo antifatulento (¡que contrarresta los gases estomacales!) Las semillas picantitas y el aceite se emplean para sazonar galletas, bizcochos, quesos y pan de centeno. También se usan en dulces, carnes, pepinillos y bebidas. El licor llamado kummel o akavit tiene sabor de alcaravea y se produce y se bebe en el norte de Alemania y países escandinavos. En Túnez, la alcaravea es ingrediente de la harissa, una pasta picantísima de ciertos chiles o ajíes picantes desecados.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**ARRACACHA**

*Arracacia xanthorina*

La arracacha es un cultivo importante de Centroamérica y Suramérica. Se cultivó primero en la región andina. Con el tiempo, los agricultores mejoraron el cultivo, de modo que las variedades de hoy día tienen raíces largas, lisas y carnosas. Una planta tiene de cuatro a seis raíces del tamaño de zanahorias. El sabor es parecido al de la chirivía o pastinaca y la zanahoria. Las raíces se comen hervidas, asadas y fritas. Se pueden comer enteras, majadas o en hojuelas fritas. Las hojuelas de arracacha son crocantes, así que muchos las prefieren a las papitas. Las raíces de arracacha se pueden secar y pulverizar y así se usan en alimentos instantáneos, como sopas y alimentos para bebés. También se usa para hacer chicha, una bebida alcohólica.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**CICUTA**

*Conium maculatum*

Hace más de 2,300 años, los griegos hacían una bebida de cicuta para ejecutar a los reos. Al famoso filósofo griego Sócrates se le sentenció como enemigo del pueblo. Se le condenó a muerte y por eso bebió una poción de cicuta.



LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**ASAFÉTIDA**

*Ferula asa-foetida*

La asafétida tiene un fuerte olor amargo y punzante. Sus hojas se usan como hierba aromática. La goma seca de la raíz es una especia potente. Es favorita en el sur de la India para sazonar platillos de pescado y vegetales tales como dal (nombre que se da a frijoles, guisantes, lentejas y otras leguminosas). La asafétida se usa por su acción antifatulenta (¡contrarresta gases estomacales!) Es uno de los ingredientes de la salsa inglesa.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**HINOJO**

*Foeniculum vulgare*

El nombre del hinojo en la antigua Grecia era "maratón". La planta crecía en los alrededores de la aldea de Maratón, sitio de una famosa batalla. Durante la misma, un soldado griego corrió de Maratón a Atenas. Tal distancia se convirtió en el largo de la carrera olímpica de maratón. Las semillas de hinojo, flores y hojas tienen un fuerte sabor a anís. Las hojitas se usan para adornar o hacer té. El tallo bulboso se puede consumir como apio. Las semillas se usan para dar sabor a pastelería, quesos y varios platillos de carne y vegetales.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

# Más cartas de la familia de la zanahoria

LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**MANZANILLA BASTARDA**  
*Heracleum mantegazzianum*



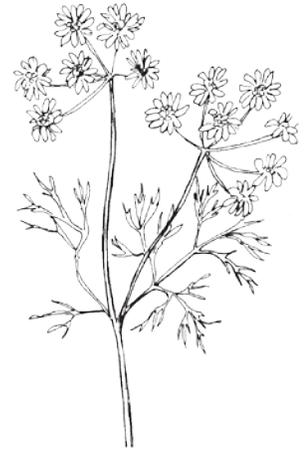
LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**CHIRIVÍA/PASTINACA**  
*Pastinaca sativa*



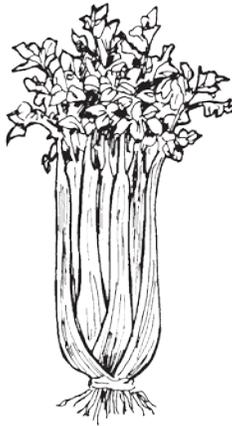
LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**CORIANDRO/CILANTRO**  
*Coriandrum sativum*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**APIO**  
*Apium graveolens* var. dulce



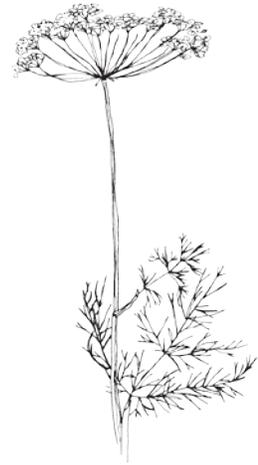
LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**ANÍS**  
*Pimpinella anisum*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**ENELDO**  
*Anethum graveolens*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**APIO NABO/APIO RÁBANO**  
*Apium graveolens* var. rapaceum



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**CASTAÑUELA**  
*Conopodium majus*



LA FAMILIA DE LA ZANAHAORIA

**CULANTRO**  
*Eryngium foetidum*



**CORIANDRO/CILANTRO**

*Coriandrum sativum*

La hierba cilantro y la semilla coriandro salen de la misma planta, que es originaria del sur de Europa y la región mediterránea. Es una de las primeras especias registradas en la historia y ya estaba en uso 7,000 años atrás. El cilantro se emplea en Latinoamérica y el sureste de Asia para sazonar ensaladas, sopas y carnes. El culantro se usa como especia en platillos de Europa, India y el Oriente Medio. Las semillas de coriandro caramelizadas eran muy populares en el siglo XIX y se les llamaba "confite de ciruela".

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**CHIRIVÍA/PASTINACA**

*Pastinaca sativa*

La chirivía es originaria de Italia. Durante la Edad de piedra en la Europa central crecía silvestre. Era común en huertos caseros en la antigua Roma. Para mediados del siglo XIX, se había popularizado en Europa y Estados Unidos. Hoy día, la chirivía no es común en EE.UU. pero lo sigue siendo en Inglaterra y Francia, donde las raíces se emplean en sopas y potajes. La planta exuda un jugo que causa erupciones cutáneas severas a muchas personas. Para cosechar la planta siempre hay que llevar guantes y después lavarse bien las manos.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**MANZANILLA BASTARDA**

*Heracleum mantegazzianum*

Esta planta crece hasta una altura de 4.5-6 m (15-20 pies); las hojas pueden alcanzar 1.5 m (5 pies) de ancho; las flores, hasta 76 cm (2.5 pies). Es originaria de la región montañosa del Cáucaso y suroeste asiático. Fue llevada a Europa como una curiosidad de jardinería, pero es una especie muy invasiva. Rápidamente vence a las especies autóctonas con una cubierta densa, que hace sombra a otras plantas. Ya que tiene un sistema de raíces muy débiles, también puede conducir a la erosión cuando crece a orillas de los arroyuelos. Se está convirtiendo en peligro de salubridad en ciudades y pueblos donde se está arraigando. La savia hace la piel más sensible al sol. Uno puede quemarse y sufrir una erupción cutánea y ampollas tras tocar la planta.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**ENELDO**

*Anethum graveolens*

Originario del sur de Europa y el oeste de Asia, el eneldo está en uso desde el año 3,000 a.C. Las semillas y las hojas se usaban en Egipto, Grecia y Roma de la antigüedad. Se utilizaba para los gases que causaban dolores estomacales a los bebés. Hoy día, el dulce sabor del eneldo es muy gustado en toda Europa, principalmente para pan, encurtidos y pescados, así como para salsas y aderezos, y en Asia. El eneldo fresco es prácticamente la especia nacional escandinava, para sazonar pescados y mariscos. En India, las semillas son para sazonar platillos de lentejas y frijoles.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**ANÍS**

*Pimpinella anisum*

El anís es originario de la región mediterránea. El nombre proviene del latín "anisum". En la antigua Roma, un bizcocho llamado mustaceum que contenía anís, se servía al final de todas las fiestas importantes y, posiblemente, fue el primer bizcocho de boda. Además de ser un delicioso pastel, era bueno para la digestión. Hoy día, el regaliz u orozuz con sabor a hojas de anís se degusta por todo el mundo. El anís fresco y seco se usa en ensaladas, sopas y aderezos. En los países escandinavos se hace pan con anís y en India se le añade a los platillos con curry o cari. Ciertos hispanos lo usan en cocidos y los franceses, para sazonar zanahorias.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**APIO**

*Apium graveolens* var. dulce

El apio es muy popular en Norteamérica, donde se utiliza la variedad de tallo verde, y en Europa, donde la variedad de tallo amarillo es más conocida. La capital del apio en la antigüedad era una ciudad en Sicilia llamada Selinunto, que quiere decir "ciudad de apio". Las monedas mostraban imágenes de apio. En ceremonias en honor del dios Lino, creador de la música, se empleaban hojas de apio. Hasta la Edad Media, las hojas de apio eran para uso medicinal exclusivamente. Sólo en el siglo XVII se empezó a considerar comestible.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**CULANTRO**

*Eryngium foetidum*

Originario de América tropical y las Antillas, el culantro huele como un cilantro más fuerte. Las hojas se emplean para sazonar comidas en Latinoamérica, el Caribe y el Oriente Lejano. En Latinoamérica se le añade a salsas y sofritos. En Tailandia y Malasia, se esparce culantro picadito sobre sopas, fideos y platos de curri o cari.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**CASTAÑUELA**

*Conopodium majus*

Esta planta tiene raíz de color pardo, con aspecto y sabor a castaña. Crece silvestre en arbolados y campiñas por gran parte de Europa y el norte de África. En Inglaterra, los niños solían escurbarlas para golosina camino a la escuela o a casa. A los cerdos les encantan las castañuelas, por lo cual a veces se les dice "castañas de cerdos". En "La tempestad", Shakespeare escribe, en boca de Calibán: "Te ruego me permitas que te conduzca donde brotan las manzanas silvestres; y con mis largas uñas te desenterraré castañuelas".

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA

**APIO NABO/APIO RÁBANO**

*Apium graveolens*

var. rapaceum

El apio nabo/apio rábano se cultiva por sus castañas raíces bulbosas en vez del tallo o las hojas. La raíz tiene unos 10-12 cm (3-4 pulg.) de diámetro y tiene sabor a apio. A veces le llaman "apio nudoso". Se cultivó primero en Europa, donde aún es muy común. Hay que pelar la raíz porque es muy dura. Se puede comer crudo, pero por lo general se cocina en sopas o cocidos, o se sirve en rodajas con sal, pimienta y vinagre.

LA FAMILIA DE LA ZANAHORIA