



Calèndula, boixac de jardí o flor de tot l'any

Calendula officinalis



Part emprada:

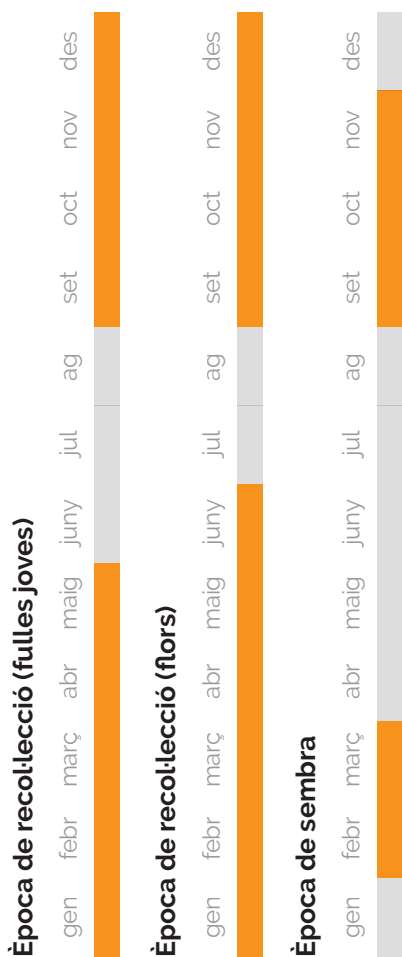
Flors i, en menor mesura, la fulla

Cultiu: Pluriennal (els individus viuen diversos anys). En indrets amb sequeres perllongades o hiverns molt freds, pot esdevenir anual.

Aquestes llavors han estat cultivades/recollides pel Collectiu Eixarcolant de forma totalment sostenible i respectuosa amb l'entorn.

La informació relativa a les condicions de cultiu i cronograma s'ha elaborat considerant que el cultiu es desenvolupa en un clima mediterrani de tendència continental.

Cronograma



Sembra i cultiu

Es pot fer tant sembra directa com planter, en funció de les preferències de cadascú i de l'indret on s'hagi de cultivar. Per tal que les llavors germinin és important mantenir sempre la terra amb un elevat grau d'humitat, especialment la capa superficial. També és important que les llavors quedin ben enterrades (això sí, mai a més d'un o dos centímetres de profunditat a tot estirar) per evitar que les formigues o altres insectes de les enduguin.

Profunditat

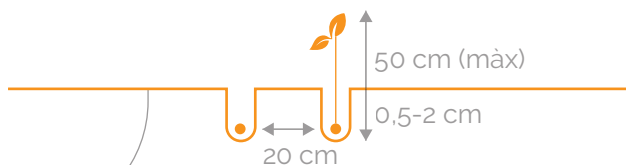
Entre 0,5 i 2 cm

Marc de plantació

20 cm entre individus, 20 cm entre files

Alçada

Pot arribar fins a 50 cm



Sòl

Pot créixer en tot tipus de sòls, des d'argilosos a sorrencs, tot i que la germinació pot ser més complicada en sòls molt argilosos i amb poca matèria orgànica degut a encrostaament de la capa superficial del sòl. En referència al pH, es desenvolupa correctament tant en terrenys àcids com bàsics.

Sistema de creixement

Els individus es ramifiquen des de la base. Si la densitat de germinació és massa elevada alguns dels individus esdevindran dominants i acabaran ofegant a la resta.

Exposició



Nutrients



Aigua



Recollecció

Les inflorescències en forma de capítol (és a dir, el que popularment anomenem flors i en realitat són centenars de flors agrupades) les podem recollir directament amb les mans, ja que amb l'ungla es tallen fàcilment, o bé amb unes petites tisores. El mateix passa amb les fulles tendres, que recollirem una a una. Sobretot en el cas de les flors, recomanem guardar-les en un recipient tancat i a la nevera i se'ns conservaran almenys una setmana.

Consum

Marida molt bé amb làctics i formatges, amb dolços, i també amb amargs suaus que complementa i matisa gràcies al seu gust resinós amb un final dolç. El seu aspecte, afegit a l'atractiu que representa menjar-se una flor, faran que sigui un ingredient molt acceptat en tots els plats on l'utilitzeu. I atreviu-vos amb les fulles, que són molt bones en tempura.

Perfil sensorial

Les flors presenten una textura més aviat seca però un gust suau i agradable, un punt dolç i una mica resinosa. Les fulles, carneses, tenen un gust molt més intens, de caràcter resinós, tot i que amb la cocció la intensitat es redueix considerablement.

Composició nutricional

Les flors de boixac tenen un contingut molt elevat en carotenoides. Són una bona font d'antioxidants, sobretot si es consumeixen crues, ja que contenen α -tocoferol, que a part de ser antioxidant actua com a Vitamina E. També presenten un contingut considerable de K, Mg, Na, Ca i Fe.

Ornamental

Molt adequada per utilitzar-la com a espècie ornamental en zones enjardinades de baix manteniment, i també en marges d'horts o fins i tot torretes, on es desenvolupa molt bé. En general, pot desenvolupar-se perfectament sense necessitat de reg, si bé en zones amb estius secs caldrà regar-la durant l'estiu. Pot combinar-se amb espècies que floreixin al llarg de l'estiu. També és molt interessant la seva utilització als escocells de l'arbrat urbà.

Duració de la flor tallada

La seva utilització com a flor tallada no és recomanable. Si la posem en un gerro amb aigua durarà aproximadament una setmana.

Olor

Assecatge

Poden assecar-se els pètals i emprar-los per fer punts de llibre o art floral, però no la flor sencera, ja que estèticament no és atractiva.

Perquè més plantar-la?

És molt interessant per atraure els pol·linitzadors i incrementar així la biodiversitat i equilibri ecològic dels indrets on es cultiva.