



Carbassa patisson

Cucurbita pepo



Part consumida: Fruit, flors i llavors.

Cultiu: Anual

Aquestes llavors han estat cultivades/recol·lides pel Col·lectiu 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

Època de sembra (directa)



Època de sembra (planter)



Època de recollecció (fruit)



Època de recollecció (flor)



Sembra i cultiu

Si fem sembra directa, que és l'opció més recomanada, és obligat fer-la quan ja no glaci, ja que fins i tot una lleu glaçada mataria la planta. Col·locarem dues llavors per indret de plantació, i en sòls pesats (argilosos) és aconsellable cobrir les llavors amb terra vegetal per tal d'evitar que l'encrostament superficial impedeixi la germinació. En el cas de fer planter, el protegirem de les glaçades i utilitzarem safates d'alvèol gran o testos.

Profunditat

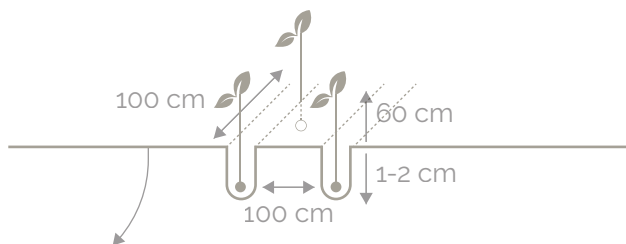
Entre 1 - 2 cm.

Marc de plantació

100 cm entre punts de sembra (2 llavors per punt de sembra), i 100 cm entre files.

Alçada

60 cm.



Sòl

S'adapta bé a tot tipus de sòls. Necessita sòls rics en matèria orgànica, ja que nutricionalment és molt exigent. Aconsellem adobar bé amb fem compostat.

Sistema de creixement i maneig

Es tracta d'una varietat amb un desenvolupament molt similar al de les carbassoneres que no corren, tot i que si ens hi fixem amb detall veurem que la tija principal si que s'allarga a mesura que la planta creix, estenent-se entre 1 i 2 metres, ja que s'ajeu amb el pes de les fulles i els fruits. Caldrà fer desherbatges només durant els primers estadis de creixement, moment en el que recomanem encoixinar amb palla per tal d'evitar el creixement d'adventícies. Es desaconsella el reg en aspersió per evitar l'aparició de malalties fúngiques.

Exposició



Nutrients



Aigua



Recol·lecció

Es recomana collir el fruit, la carbassa, quan encara no és madura. De la tija on surten les fulles, també en surten les flors (masculines i femenines per separat). Les flors femenines pol·linitzades esdevindran fruits, que amb l'ajuda d'unes tisores de podar tallarem quan tinguin 10 - 15 cm de diàmetre. Aquells fruits que madurin a la planta tindran un to blanc groguenc, amb el peduncle sec, i es poden guardar i consumir durant tot l'hivern, tot i que són menys apreciats que els immadurs.

Consum

Es consumeixen els fruits immadurs, que cuinarem com si fossin un carbassó, per tant no cal pelar-los. És indicada per fer-la al forn, a la planxa, en puré o en cremes, i és excel·lent per fer-la farcida al forn gràcies a la seva forma de cassoleta. Si consumim les carbasses ja fetes, madures, la pell és molt dura, llavors es recomana separar la polpa de la pell després de la cocció. També es poden utilitzar les flors, per exemple, en tempura.

Perfil sensorial

Immatura es pot consumir amb pela, té una carn ferma, de textura agradable i gust suau que recorda a la carxofa. Un cop madura, la carn segueix sent ferma i de textura agradable, però esdevé menys gustosa. La flor és gran i carnosa, però delicada.

Composició nutricional

La carbassa patisson presenta una composició nutricional molt més semblant a la dels carbassons que a la de les carbasses, en bona part degut a la coloració blanquinosa, i no carbassa, de la polpa. El seu contingut calòric és extremadament baix. El 85 - 95% del seu pes és aigua. És rica en vitamina C, potassi, magnesi i fòsfor.

CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON
 CARBASSA PATISSON