

# CARBASSA VALENCIANA CARBASSA VALENCIANA CARBASSA VALENCIANA CARBASSA VALENCIANA

Collectiu **Eixarcolant**

El Collectiu Eixarcolant treballa per la recuperació i divulgació dels coneixements i usos de les espècies silvestres comestibles i les varietats agrícoles tradicionals, per tal que esdevinguin una eina que permeti **desenvolupar un model de producció, distribució i consum d'aliments més sostenible i accessible a tothom**, basat en la proximitat i en la qualitat, que dignifiqui la feina d'agricultores i agricultors i que permeti mantenir la diversitat dels paisatges que ens envolten.

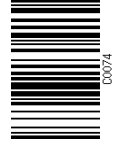
Realitza projectes de recerca, formació, divulgació, dinamització territorial i assessorament, sempre desenvolupats amb el màxim rigor i metodologia científica. **Totes les seves actuacions es desenvolupen en el marc de l'economia social i solidària, i sense afany de lucre.**

[www.eixarcolant.cat](http://www.eixarcolant.cat)

## RECUPERANT EL PASSAT, TRANSFORMANT EL FUTUR!

Es recomana conservar les llavors en un lloc fresc i sec, i protegides de la radiació solar directa.

Sembrar preferentment  
abans de: des 2031



00074

Joan Bernaldino

"Si la fas simplement bullida o estofada, i la proves amb els ulls tancats, mai diries que és una carbassa, sinó que juraries que és una patata amb un toc dolç, però menys que un moniato. Mencanta."

### CARBASSA VALENCIANA

basses que fan entre 3 i 5 kg.

Varietat que destaca sobretot per la textura de la seva carn, que recorda clarament a la de la patata. El gust és dolç i agradable. Molt indicada per fer estofats, sopes, coques i cocs. La carbassa és arrodonida i lleugerament aplanada, amb la pell acostellada i irregular, de coloració entre blau i gris, que pren una tonalitat una mica més ataronjada un cop és madura. És una varietat tardana i mitjanament productiva, amb carbasses que fan entre 3 i 5 kg.



## Carbassa valenciana



## Carbassa valenciana ————— *Cucurbita maxima*

### Germminació

La germinació és fàcil i ràpida, sempre que la temperatura del sol sigui superior als 15 °C, ja que en aproximadament una setmana veurem com emergeixen les primeres fulles.



15 - 30 °C



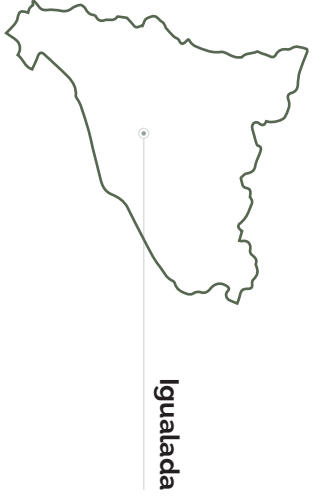
4 - 8 dies



95%

### Mida i forma de la llavor

2 x 1,3 cm, de forma ovalada i aplanada, amb un gruix de 0,4 cm.



Igalada

Aquesta varietat ha estat conservada fins a dia d'avui gràcies al Joan Bernaldino, a Igualada.



Desplega la pàgina per veure tota la informació sobre l'espècie  
Sembra, Cultiu, Recollecció, Cronograma, Recomanacions de consum,  
Perfil sensorial, i Composició nutricional entre d'altres.





## Carbassa valenciana

— Cucurbita maxima

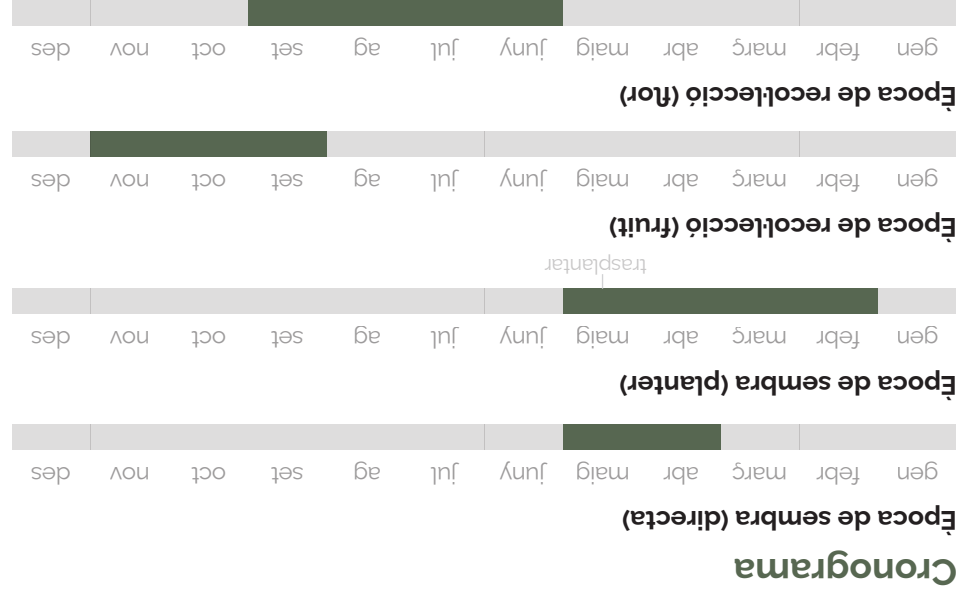


**Part consumida:** Fruit, flors i llavors.

**Cultiu:** Anual

*Aquestes llavors han estat cultivades/recol·lides 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.*



## 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 les nostres carbasseres. Collocarem 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'encrostatament superficial impedeixi la germinació. En cas de fer planter, el protegirrem de les glaçades i utilitzarem safates d'al·veol gran o testos.

### Profunditat

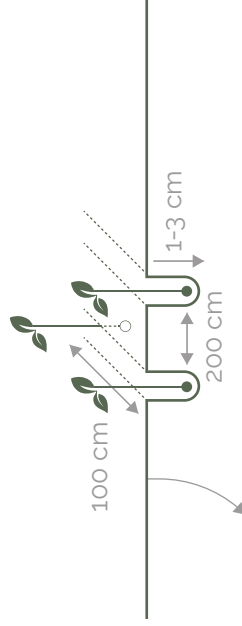
Entre 1 - 3 cm.

### Marc de plantació

100 cm entre indrets de plantació (2 llavors per indret de plantació), i 200 cm entre files.

### Alçada

Les tiges s'estenen per damunt del sòl, arrelant-hi a mesura que creixen, però també tenen capacitat d'enflair-se per sobre de la vegetació o d'altres estructures, gràcies als potents cèrcells. Per això no és estrany veure carbasses penjades d'un arbre o d'una tanca.



### Sòl

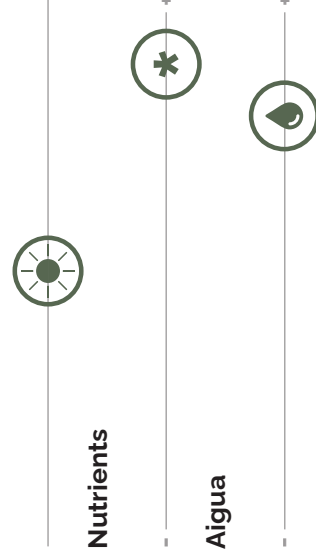
Prefereix els sòls lleugers i frescals, tot i que també s'adapta bé als sòls argilosos, més pesats. Necessita sòls rics en matèria orgànica, ja que nutricionalment és molt exigent, i sinó la producció serà escassa. Aconsellem adobar bé amb fem compostat.

### Sistema de creixement i maneig

Les tiges són reptants i, alhora, enfiladisses. Aquest creixement horitzontal fa que necessiti molt d'espai, ja que les tiges poden arribar a fer 8 metres, passant unes per sobre les altres i enfilant-se sobre altres plantes o superfícies. Si la reguem a manta facilitarem que les tiges, en contacte amb el sòl, vagin arrelant. En cas que només es regui el punt de plantació, cal marcar-lo per saber on s'ha de regar. Es desaconsella el reg en aspersió ja que propicia l'aparició de malalties fúngiques.

### Exposició

Sol en ambients frescals, semiombra en ambients secs o càlids.



## Recol·lecció

Si volem collir carbasses i que es guardin bé, cal collir-les cap al migdia, quan estiguin seques, i sobretot és important que siguin ben madures. Ens n'adonarem perquè el peduncle que uneix la carbassa i la planta ha de ser sec, i cal evitar trencar-lo. També veurem que el color gris pren, en general, una tonalitat ataronjada, tot i que molt variable en funció de l'individu. S'ha de fer la collita abans de les primeres glaçades. Per tal de conservar-les, cal guardar-les en un lloc sec i fresc, però que no baixi dels 13 °C.

## Consum

Pot cuinar-se de múltiples maneres, però per la seva consistència ferma i textura de patata, és especialment indicada per fer-la estofada, en coques i cocs, fregida, en xips, o cuita al forn com un moniato. És senzillament espectacular. Les llavors d'aquesta varietat són molt bones torrades, però caldrà pelar-les abans de consumir-les.

### Perfil sensorial

És una varietat de pell dura i de carn ferma, que sobretot es caracteritza perquè no es desfà durant la cocció i perquè la seva textura recorda totalment a la patata. El gust és dolç, molt agradable. La flor, de color groc ataronjat, és gran i carnosa, però delicada.

### Composició nutricional

No es disposa de dades d'aquesta varietat en concret, però prenent com a referència les dades generals disponibles per a carbasses similars, es pot dir que conté una quantitat d'aigua situada al voltant del 80%, inferior a d'altres varietats. És rica en carbohidrats i fibra. Presenta propietats antioxidants gràcies a l'elevada concentració de carotenoides (principalment zeaxantina, luteïna i β-carotè) i vitamina C. També conté vitamines del grup B, especialment àcid fòlic, i vitamina E. Pel que fa als minerals, en destaquen el calci, el sodi i el potassi.

**CARBASSA VALENCIANA**

**CARBASSA VALENCIANA**

**CARBASSA VALENCIANA**