

CARDELLET
CARDELLET
CARDELLET
CARDELLET
CARDELLET
CARDELLET
CARDELLET
CARDELLET

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

RECUPERANT
EL PASSAT,
TRANSFORMANT
EL FUTUR!

Eixarcolant llavors



Cardellet

CARDELLET

El cardellet (cardillo o tagarnina en castellà), és una de les espècies silvestres comestibles més apreciada, i consumida, al centre i sud de la península Ibèrica. Es consumeix el nervi de les fulles, de gust suau i carnós, ideal per fer saltejat, en truita, arrebossat, amb pasta, estofat amb llegums o, simplement, bullit. Espècie perenne, de cultiu molt fàcil, que rebrotarà any rere any.

"Triem la part verda de la fulla i la part blanca la fèiem bullir una mica i, després, saltejada amb panceta o en truita era bueníssima. Si la plantes a l'hort, en pots collir cada any."

Pepe Solís

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

Sembrar preferentment
abans de: des 2026



5027

Espècie silvestre comestible

Llavor de Cardellet
50 u. — *Scolymus hispanicus*



Cardellet — *Scolymus hispanicus*

Germminació

Les llavors que germinen ho fan amb rapidesa i agrupades en el temps, però hi ha llavors que no germinaran per culpa de la dormància. Convé posar 3 - 4 llavors per forat de sembra.

°C 10 - 30 °C

🕒 5 - 10 dies

% 65%

Mida i forma de la llavor

4 mm x 2 mm i 1 mm de gruix. La llavor pren volum a la part central, mentre que als laterals presenta una làmina molt fina.



Jorba

Aquesta llavor ha estat recollida a Jorba (Catalunya).

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





Cardellet, card de moro, cardillo o tagarnines

Scolymus hispanicus



Part emprada: Nervi central de la fulla, carnós i de color verd clar. La part verda de la fulla, el limbe, es descarta.

Cultiu: De pluriennal (els individus viuen diversos anys) a perenne..

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.

Cronograma



Epoca de recollecció



Sembra i cultiu

Podem sembrar-la directament o fer-ne planter i, després, trasplantar-la, sempre situant les llavors entre 0,5 i 1 cm de profunditat, amb un marc de plantació de 20 x 40 cm. En tractar-se d'una espècie molt competitiva i amb un elevat creixement, és recomanable adobar abans de la instauració del cultiu i realitzar adobats de manteniment any rere any.

Profunditat

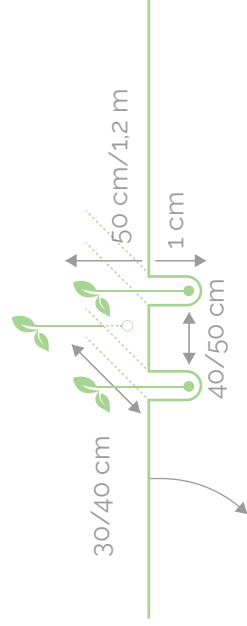
Entre 0,5 i 1 cm.

Marc de plantació

20 cm entre individus, 40 cm entre files.

Alçada

La roseta basal de fulles no superarà els 30 - 40 cm, però quan s'espiга i floreix pot arribar fins als 2 m.



Sòl

Creix en ambients molt fèrtils i en sòls profunds i, en conseqüència, és molt indicat cultivar-la als horts. En general prefereix terrenys argilosos més que sorrencs, però també s'hi adapta bé.

Sistema de creixement i maneig

Quan el cultiu està ben instaurat, només cal realitzar serà una sega a mig estiu, un cop l'espècie ja hagi fructificat, i adobar regularment. Per adobar, convé que utilitzem fems (d'alliberació lenta) i no adobs químics (d'alliberació ràpida), ja que així evita una sobreacumulació de nitrogen a les fulles. Cada tardor tornarà a rebrotar des de la base, generant una nova roseta basal de fulles.

Exposició



Nutrients



Aigua



En ambients humits es pot desenvolupar sense necessitat de reg, si bé en ambients mediterranis es recomana regar almenys durant el període estival.

Recol·lecció

Es recomana utilitzar guants per evitar punxades. Es cull tota la roseta basal de fulles, sencera, amb l'ajuda d'un ganivet ben esmolat. És important no profunditzar massa, ja que d'aquesta forma afavorirem el rebrot. Un cop collida la roseta, cal separar el nervi central (la part que es consumeix) de la resta de la fulla. Situem els dits index i polze fent pinça a la base de la fulla, però no pressionant el nervi central, sinó uns mil·límetres per sobre. En aquesta posició, exercirem una pressió constant i, mentre amb l'altra mà subjectem la fulla, farem córrer els dits amb decisió des de la base fins a l'àpex. Veureu com la part verda de la fulla (limbe) desapareix i us quedeu només amb el nervi central.

Consum

El cardellet compleix tots els requisits per convertir-se en una verdura d'ampli consum, però cal consumir-lo cuit i només el nervi central de les fulles. Primer cal bullir-lo durant uns 5 minuts, i després es pot consumir saltejat, en truita, arrebossat, en crema, amb pasta, estofat amb llegums o, simplement, bullit i amanit amb un raig d'oli. Aquestes són només algunes de les possibilitats que ens ofereix.

Perfil sensorial

Destaca pel gust suau i la presència del gust umami. Presenta un color que s'assembla més al d'una ceba que no pas al d'una verdura de fulla, i té una textura tova i carnosa que recorda fàcilment al carbassó o als espàrrecs, en funció de la cocció.

Composició nutricional

La fulla del cardellet és rica en fibra (>7 g / 100 g), i també en K (>1000 mg / 100 g), Ca (>230 mg / 100 g) i Mg (>90 mg / 100 g). És important bullir-lo abans de consumir, ja que conté nivells alts d'àcid oxàlic, que es dissoldrà en l'aigua de cocció. Diversos estudis apunten també a la seva capacitat hipoglucèmica.

A més a més

L'aspecte de la roseta basal, un cop collida i quan només queda el nervi central de les fulles, pot recordar als tentacles d'un pop, de manera que una forma divertida de referir-se a aquesta espècie seria amb la denominació de "pop vegetal". Alerta, és una comparativa només morfològica, no pas organolèptica, sense cap mena de dubte el cardellet és millor que el pop. Va, deixem-ho en diferent i que cadascú escolli.

CARDELLET
CARDELLET