

COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA
COL MANPRESANA

Collectiu **Eixarcolant**

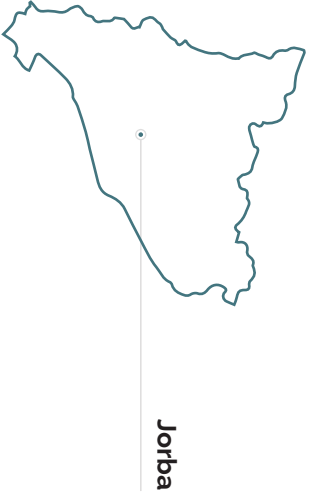
El Collectiu Eixarcolant treballa per la recuperació i divulgació dels coneixements i usos de les espècies silvestres comestibles i les varietats agrícoles tradicionals, per tal que esdevinguin una eina que permeti **desenvolupar un model de producció, distribució i consum d'aliments més sostenible i 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!

Aquesta varietat ha estat conservada fins a dia d'avui gràcies al Pere Palomas, al poble de Jorba.



Jorba



Mida i forma de la llavor
2 mm de diàmetre.
Forma entre ovoide i esfèrica.



8 - 25 °C



3-8 dies



96%

Col manpresana

Brassica oleracea

Germinació

La germinació és fàcil i ràpida, i es pot produir en un ampli ventall de temperatures.

Eixarcolant
llavors



Col tipus manresana, molt voluminosai de fins a un metre d'alçada abans de l'espiгат. Les fulles, molt grosses, són arrissades i de color verd grisaci. Fa un ull poc compacte que es cabdella una mica, d'entre 30 i 40 cm. Normalment es menja bullida amb patata i després xafada –trinxaat–, i a la primavera se'n mengen els brotons. És una col tirant a dolça, més bona encara si es cull després de les gelades, ja que es cou més ràpid i el gust és més suau.

COL MANPRESANA

"Aquesta col, ja no es troba avui en dia, és molt bona i no fa aquella olor tan forta quan la cous! A casa la fem com la feia la mare, trinxada amb patata i un bon raig d'oli d'oliva per sobre."

Pere Palomas

Llavor de Col manresana del Pere Palomas
80 U. *Brassica oleracea*

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

Sembrar preferentment
abans de: des 2029



03441

Varietat agrícolatradicional

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





Col manresana del Pere Palomas

— Brassica oleracea

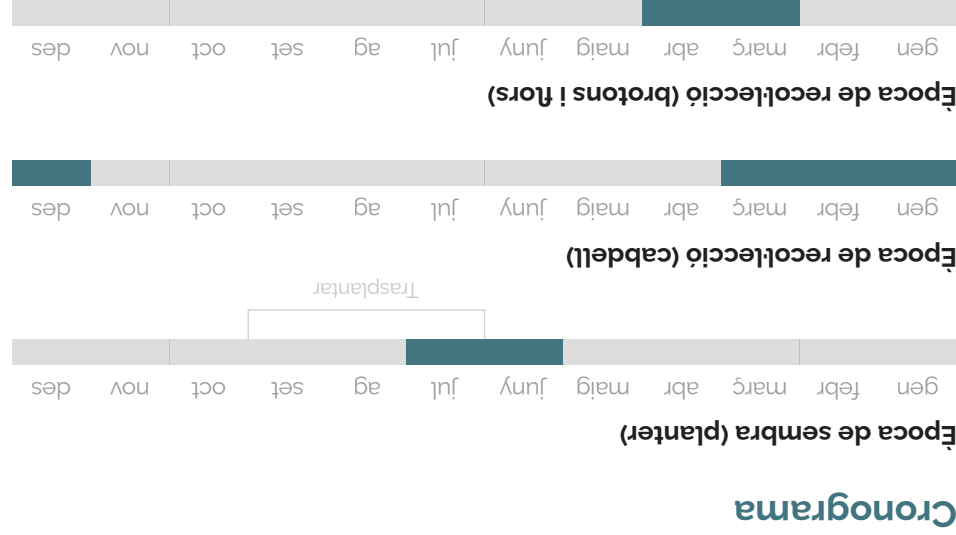


Part emprada: Fulles, brotons i flors.

Cultiu: Biennal, però cultivada com a 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.



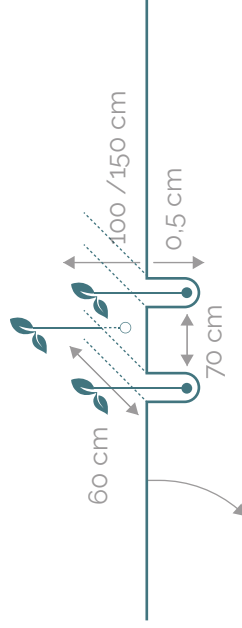
Sembra i cultiu

Com que es tracta d'una col d'hivern el planter caldrà fer-lo a principis d'estiu. Si s'opta per utilitzar alvéols cal posar una llavor per alvéol, però com que la col tolera la trasplantació amb arrel nua podem sembrar varies llavors separades entre elles uns 3 cm dins d'un test o, tal i com feien els nostres avis, sembrar directament al terra de l'hort. En tots els casos al cap d'unes 4 o 6 setmanes ja es poden trasplantar al lloc definitiu.

Profunditat
0,5 cm.

Marc de plantació
60 cm entre plantes i 70 cm entre files.

Alçada
100 cm abans d'espiguar. 150 cm quan s'espigui.



Sòl

Prefereix sòls fèrtils, humits i profunds. Es desenvolupa bé en sòls calcaris. S'aconsella fer una aportació de matèria orgànica, com per exemple fems compostats. També és important fer una bona rotació a l'hort per evitar problemes de plagues i malalties.

Sistema de creixement i maneig

Varietat de col tipus manresana que es caracteritza per fer un cabdell poc compacte però gran. Les fulles del cabdell tenen un color més clar que la resta. És una col de port gran que creix en alçada. Les fulles són molt grosses, de color verd glauc i presenten una rugositat molt més elevada que les varietats anomenades "col d'hivern".

Exposició



Nutrients



Aigua



Recol·lecció

Un cop la col és alta i grossa cal escapçar l'ull de manera que només es cullen les fulles de la part superior de la gran tija, tot i així un ull pot fer més de 30 cm de diàmetre. Es recomana collir després de les glaçades. Tradicionalment es posava terra damunt del tall fet a la tija perquè no es deshidratés o glacés la col, i d'aquesta manera rebrotava i a finals d'hivern se'n collien brotons. Les fulles basals també es poden aprofitar si se'n treu el nervi, però són més dures.

Consum

Es consumeix cuita. Tipicament s'ha fet bullida acompanyada amb patata i es xafa, si es desitja s'hi pot afegir un sofregit d'all. És una col de gran tamany, que se n'utilitza només la part superior, és a dir les fulles més joves. Lull que collim tindrà un diàmetre de 30 - 40 cm. Per que les fulles més grans es cugin bé, recomanem treureh el nervi central. A la primavera, també se'n consumeixen els brotons, molt tendres.

Perfil sensorial

Es tracta d'una varietat amb cos, molt gustosa, de gust dolç, i que quan es cou no fa la típica pudor de col. És ideal per fer trinxats de col i patata. Quan la col ha patit una glaçada a l'hort es cou més ràpid i el gust esdevé més suau. Els brotons tenen un gust més suau i textura més fina respecte la col en si. Les flors de la col són dolces, ideals per decorar plats.

Composició nutricional

Es desconeix la composició nutricional d'aquesta varietat en concret, però en general les cols són riques en vitamina C i folats. La vitamina C, tot i que bona part es perd amb la cocció, ajuda a la protecció contra el dany oxidatiu de les cèl·lules. Els folats ajuden a reduir el cansament i la fatiga. També té un alt contingut en fibra, tant soluble com insoluble, i en potassi.

COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA
COL MANRESANA