

ORENGA
ORENGA
ORENGA
ORENGA

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



Orenga

Espècie aromàtica perenne de la família de les labiades que pot arribar a fer 60 cm d'alçada. Cada any renova la part aèria. És un condiment indispensable a totes les cuines, i degut a que el seu cultiu és molt senzill, tothom el podria tenir a vora casa, ja sigui en una torreta, hort, marge o jardí. S'utilitzen les flors, amb el calze de color vinós i la corolla de color rosa clar, i les fulles. Després de la collita s'asseca i així es pot conservar tot l'any.

"Tota la vida volent trobar orenga i resulta que em surt sola al descampat de vora casa. Quan està florida és inconfusible, i és boníssima!"

Blanca Roma

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

Sembrar preferentment
abans de: des 2026



50133

Espècie silvestre comestible i ornamental



Llavor d'Orenga
500 u. — **Origanum vulgare**

Orenga — *Origanum vulgare*

Germminació

Es tracta d'una llavor petita i fràgil en el moment de la germminació. S'ha danar amb molt de compte amb la profunditat de sembra i el reg. És més fàcil germinar-la en terra poc argilosa o amb terra de planter.



15 - 25 °C



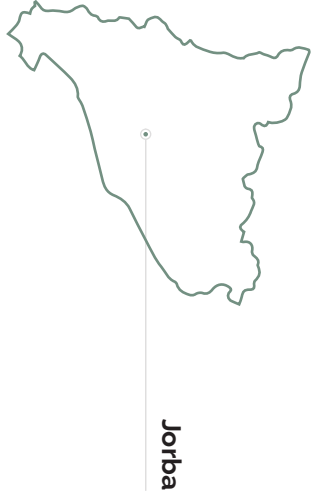
8 - 20 dies



66%

Mida i forma de la llavor

La llavor és tan petita que resulta difícil identificar-ne la fesonomia a ull nu. Amb l'ajuda d'una lupa es pot veure que la llavor s'assembla a una aglà tant pel color, com per la forma.



Jorba

Aquesta llavor ha estat recollida a Jorba (Catalunya).

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





Orenga, oregan o moraduix bord

— *Origanum vulgare*



Part emprada: Flors i fulles.

Cultiu: Perenne, a l'hivern s'asseca la part aèria.

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

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. Al tractar-se d'una llavor petita cal sembrar-la superficialment. Un cop instal·lada es pot reproduir vegetativament fent esqueixos o agafant una ramificació que hagi desenvolupat arrels.

Profunditat

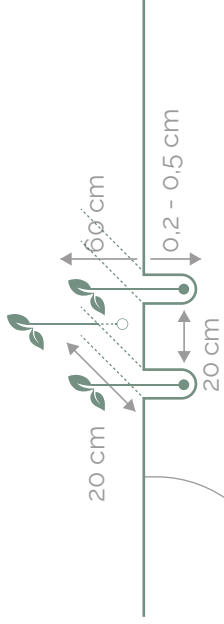
Superficial, 0,2 - 0,5 cm.

Marc de plantació

20 cm entre individus, 20 cm entre files.

Alçada

60 cm.



Sòl

Prefereix sòls fèrtils no compactats, però pot créixer en tot tipus de sòls, des d'argilosos a sorrenços. Tolera molt bé sòls pedregosos. Cal tenir en compte que la germinació pot ser més complicada en sòls molt argilosos i amb poca matèria orgànica degut a l'encrostament de la capa superficial del sòl.

Sistema de creixement i maneig

És una planta de molt baix manteniment. Un cop instal·lat el cultiu, només caldrà tallar la planta a uns 4 o 5 cm del terra quan estigui seca (a causa del fred o de la calor) per tal d'afavorir el rebrot.

Exposició



Nutrients



Aigua



Recollecció

Un cop comença a florir, fent ús d'unes tisores o directament amb les mans ja es poden tallar les tiges que duen inflorescències, d'aquesta manera es preserva millor el seu aroma. Per tant, collirem l'orenga quan les flors tot just comencen a obrir-se. Un cop collit el deixarem assecar en un lloc a l'ombra i ben ventilat. Quan sigui sec el guardarem en un recipient ben tancat on es conservarà durant anys.

Consum

Tradicionalment s'ha utilitzat l'orenga com a condiment sec, però també es pot consumir fresc. Marida molt bé amb tomàquet, pastes, pans i salses, i també és interessantíssima per les carns, tan pels guisats de fer xup-xup, com per les coccions al forn. I el més important, tothom qui tingui almenys una torreta pot cultivar el seu propi orenga.

Perfil sensorial

Quan pensem en orenga, pensem sobretot en la seva olor inconfusible. A nivell de gust és intens, fresc i un punt mentolat, mentre que la textura de les flors és més aviat seca.

Composició nutricional

Diversos estudis científics demostren que l'oli essencial d'orenga té activitat antibacteriana, fins i tot contra alguns bacteris que presenten resistència a antibiòtics, gràcies als seus compostos volàtils, formats principalment per timoquinona. Aquests compostos volàtils otorguen també l'aroma a l'orenga. A més, els fenols i flavonoides que conté són responsables del seu efecte antioxidant.

A més a més

L'orenga, a banda de ser una espècie comestible i ornamental, és una planta melífera molt interessant per atraure els pol·linitzadors, sobretot tenint en compte que floreix a l'estiu. També és una molt bona aliada per a atraure enemics naturals i ser-ne un reservori, fet que ens ajudarà a controlar de forma més eficient les plagues que es desenvolupin a l'hort, bo i contribuint a l'equilibri ecològic.

Ornamental

Espècie indicada per zones enjardinades de baix manteniment, també en erms, ribes, marges d'hortos o fins i tot testos, on es desenvolupa molt bé. En general, pot créixer perfectament sense necessitat de reg, si bé en zones amb estius secs caldrà regar-la durant l'estiu. També és molt interessant la seva utilització als escocells de l'arbrat urbà.

Durada de la floració

La floració té una durada de 3 o 4 mesos, generalment entre juliol i setembre.

Duració flor tallada

Si collim les tiges de flors i en fem rams frescos, les flors no duraran més d'una setmana, però l'avantatge és que el ram es podrà aprofitar com a ram de flor seca.

Color

Rosa i violaci.

Olor

7 sobre 10, espècie aromàtica.

Assecatge

L'ideal és fer un ram i deixar-lo assecar de cap per avall en un lloc sec i ben ventilat, però sense que li toqui el sol directe. Un cop sec el podem utilitzar per decorar o consumir.