

PASTANAGA SILVESTRE PASTANAGA SILVESTRE PASTANAGA SILVESTRE

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.**

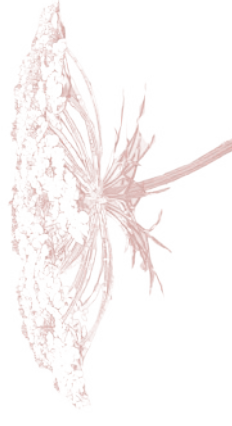
www.eixarcolant.cat

RECUPERANT EL PASSAT, TRANSFORMANT EL FUTUR!

Eixarcolant llavors



Pastanaga silvestre



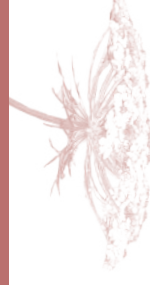
PASTANAGA SILVESTRE

Aquesta espècie farà les delícies de tots els amants de la pastanaga, ja que permet una combinació de formes, textures i gustos molt interessant. Se'n consumeixen les fulles, les flors i les llavors, en tots els casos amb un clar i intens gust de pastanaga. El cultiu és molt senzill un cop els individus estan instaurats, i requereix molt poca aigua i molt pocs nutrients.

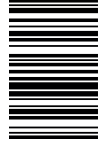
"Les fulles i les flors, a banda de ser molt boniques, tenen ben bé el mateix gust que la pastanaga. Les poso a les amanides, i a casa els encanta. A vegades també hi poso quatre llavors."

Marta Palomas

Llavor de Pastanaga silvestre
300 u. — **Daucus carota**



Espècie silvestre comestible



Sembrar preferentment
abans de: des 2027

89270

Germminació

La germminació és ràpida i agrupada en el temps. La plàntula és fràgil en els primers estadis de desenvolupament i el seu creixement inicial és lent. Convé evitar temperatures superiors als 35 °C perquè inhibeixen la germminació.



10 - 30 °C



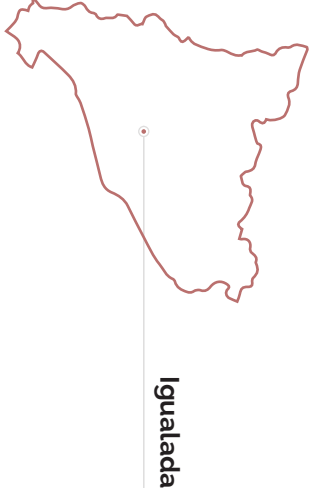
7 - 14 dies



89%

Mida i forma de la llavor

Forma de mig meló. La base és llisa i la part superior està solcada per 4 serres paral·leles que la recorren longitudinalment 3 x 1,5 x 1 mm.



Igualada

Aquesta llavor ha estat recollida a Igualada (Catalunya).



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.





Pastanaga silvestre, carrota, estafanòria o safanòria.

Daucus carota



Part emprada: Fulles tendres, inflorescències i llavors.

Cultiu: Biennal

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 recomana fer sembra directa. Al presentar unes llavors de mida molt petita, la sembra ha de ser molt superficial. Escamparem llavors de forma uniforme sobre l'indret de cultiu, i a continuació remourem la terra amb les mans o amb un ramell per tal que quedin lleugerament cobertes. Un cop comencin a germinar les plàntules, si la densitat de germinació és massa elevada caldrà aclarir per tal que els individus es puguin desenvolupar correctament.

Profunditat

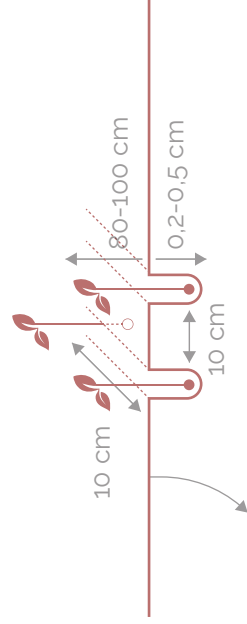
Sembra molt superficial: 0,2 - 0,5 cm.

Marc de plantació

10 cm entre individus i 10 cm entre files.

Alçada

La roseta basal de fulles assolirà com a molt els 15 cm, mentre que durant la floració la planta pot arribar als 80 - 100 cm.



Sòl

Creix en tot tipus de sòls, sempre que siguin prou profunds per possibilitar el desenvolupament de la seva potent rel pivotant. Té capacitat per créixer en terrenys compactats, i també, en ambients forestals. No creix en sòls poc drenats o que estiguin permanentment humits. Es desenvolupa bé en sòls més aviat pobres.

Sistema de creixement i maneig

Inicialment es desenvolupa en forma de roseta basal al llarg de la tardor, hivern i primavera. A finals de primavera, de la roseta basal n'emergeix una tija central prima i poc ramificada, laxa, que dona lloc a les flors, agrupades en inflorescències en forma d'umbrella d'umbelles, les quals donaran lloc a múltiples llavors. Quan les plàntules són petites, cal desherbar per evitar la competència, ja que sinó podrien quedar ofegades, però un cop ben instaurades no cal fer pràcticament res. Si es rega, cal evitar fer-ho en excés, i el mateix succeeix amb la fertilització, ja que sinó s'afavorirà el desenvolupament d'espècies més competitives.

Exposició



Nutrients



Aigua



Recol·lecció

Es poden collir les fulles més tendres una per una, directament amb les mans, o bé collir tota la roseta basal amb l'ajuda d'una navalla. Per collir les inflorescències es recomana utilitzar tisores, de la mateixa manera que si les volem collir quan les llavors ja siguin madures. Després de la collita, tant les flors com les fulles es poden guardar ben bé durant una setmana a la nevera, en un recipient tancat. Les llavors s'han de deixar assecar i guardar en un pot.

Consum

Les fulles tendres i les flors poden incorporar-se en amanides i sopes, on aporten un gust evident de pastanaga, intens. Combinen molt bé en tots els plats on us imagineu que seria interessant posar-hi pastanaga. Les inflorescències també són molt interessants arrebossades o en tempura, com a entrant.

Perfil sensorial

Tota la planta presenta un gust evident de pastanaga, fins i tot la rel, que no es consumeix perquè és dura i fibrosa. El gust pot ser molt intens, especialment a les llavors, i en menor mesura a les flors. En el cas de les fulles és més suau, sobretot si són tendres. Quan no són tendres esdevenen fibroses, motiu pel qual convé picar-les o tallar-les, ben petites.

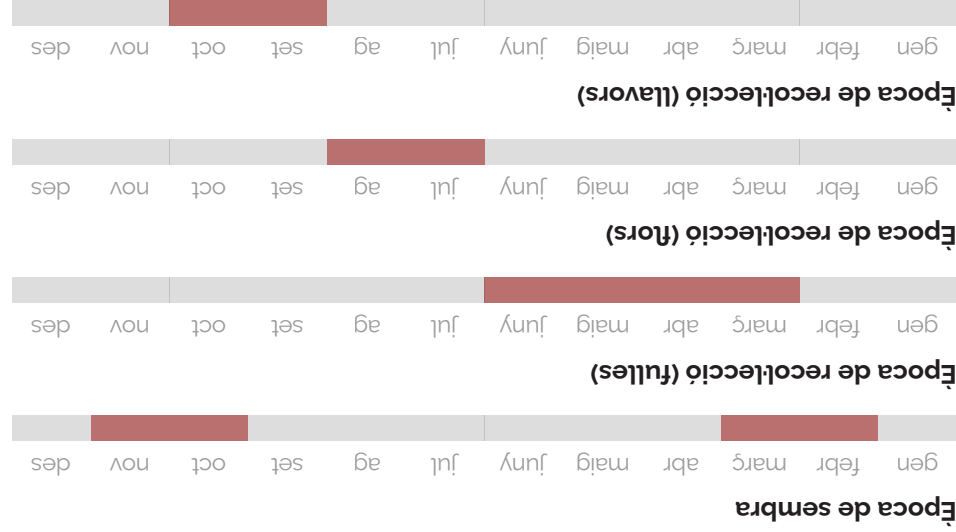
Composició nutricional

La informació disponible sobre els components nutricionals de les parts aèries de la pastanaga és molt escassa. Els estudis estan enfocats en els olis essencials, dels quals se'n coneix que la major concentració es troba a la inflorescència madura. Els olis dominants a la part aèria de la planta (fulles, tiges i umbel·les) són monoterpens i sesquiterpens. A les llavors s'hi troben multitud d'olis que varien en funció de l'origen geogràfic de la planta: sesquiterpens (β-bisabolen), fenilpropanoïdes (β-asarona, (E)-metil eugenol i elemicina), sabinens, -pinens, acetat de geranil, carotol i daucé.

A més a més

La pastanaga silvestre és l'ancestre de la pastanaga cultivada. És a dir, totes les varietats de pastanaga s'han originat fruit de la domesticació i selecció exercida sobre la pastanaga silvestre, amb l'objectiu de fer que la seva rel fos més gran i més tendra. Però durant aquest procés també s'han perdut molts matisos de gust, i per això les fulles, flors i llavors de la pastanaga silvestre són uns ingredients tan interessants.

Cronograma



Eixarcolant llavors

PASTANAGA SILVESTRE