

PIMPINELLA  
PIMPINELLA  
PIMPINELLA  
PIMPINELLA  
PIMPINELLA  
PIMPINELLA  
PIMPINELLA

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!

**Eixarcolant** llavors



## Pimpinella

La pimpinella és un espècie perenne amb unes fulles allargades, formades per petits foliols que tenen el marge serrat. L'aspecte és molt atractiu, i també el gust, amb reminiscències al cogombre i a les nous verdes. Especialment indicada per consumir en cru, tant sencera en amanides com incorporada en suc, batuts, sorbets o gelats. De cultiu i maneig fàcil, apta per incorporar als horts i també en torretes.

# PIMPINELLA

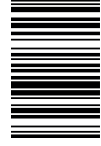
"Abans es collia per donar als conills, i ara ens la mengem amb amanides i fins i tot en gelats! Deixa un regustet de cogombre molt bo, qui ens ho havia de dir!"

**Rosario Cortina**

Llavor de Pimpinella  
50 u. — **Sanguisorba minor**



Sembrar preferentment  
abans de: des 2027



Espècie silvestre comestible

## Pimpinella

— **Sanguisorba minor**

### Germinació

No presenta dormició i es veu poc afectada pels cicles diaris de llum. Per tant, les llavors germinen fàcilment si la temperatura i la humitat són correctes.

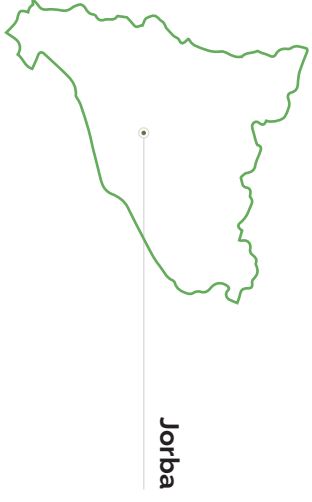
☉ 10 - 30 °C

🕒 10 - 20 dies

% 88%

### Mida i forma de la llavor

Forma de pilota de rugbi amb 4 cares iguals i ben marcades, ja que estan separades per 4 crestes que recorren la llavor en sentit longitudinal. Cada una de les cares presenta uns plecs distribuïts de forma irregular que recorden un còrtex cerebral. 4 mm de longitud x 2 mm de gruix.



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, o Composició nutricional entre d'altres.**





## Pimpinella, enciam de cavaller o esparcet bord

— Sanguisorba minor

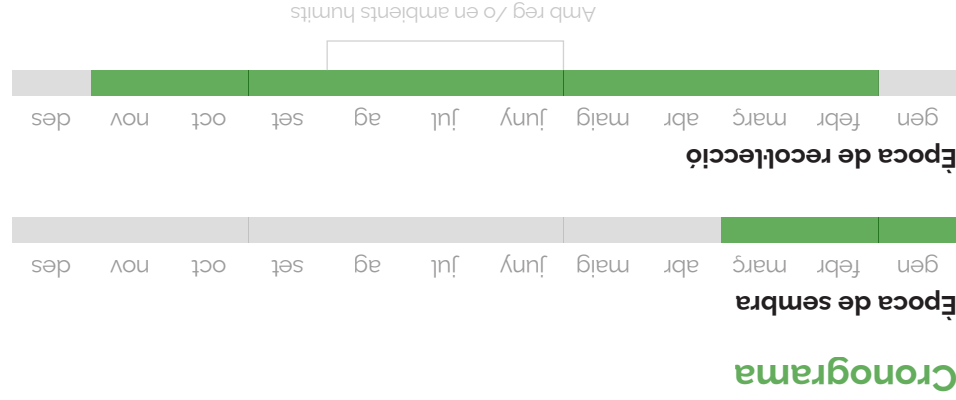


**Part emprada:** Fulles

**Cultiu:** 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.*



## Sembra i cultiu

Podem sembrar-la directament o fer-ne planter i, després, trasplantar-la. D'entrada, convé no realitzar cap tipus de fertilització per tal de no afavorir les espècies adventícies, i en tot cas adobarem un cop els individus estiguin ben instaurats. De fet, fins aleshores caldrà controlar periòdicament les espècies adventícies, sobretot les entapissants i les de més alçada, ja que la pimpinella podria quedar fàcilment ofegada.

### Profunditat

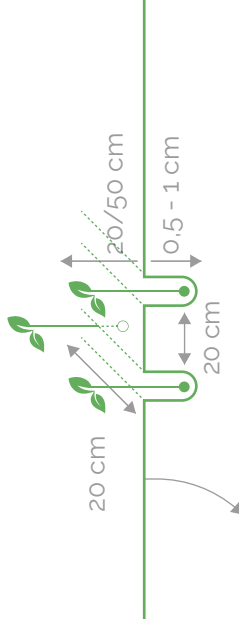
Entre 0,5 - 1 cm.

### Marc de plantació

20 cm entre individus, 20 cm entre files.

### Alçada

Les fulles difícilment superaran els 20 cm, però en període de floració pot arribar als 50 cm.



### Sòl

Creix especialment bé en sòls de caràcter vegetal, poc compactats, amb una capa superficial de matèria orgànica. L'establiment en sòls argil·losos i amb poca matèria orgànica és lent i, en certa manera, complex. Per contra, s'adapta molt bé als sòls pedregosos.

### Sistema de creixement i maneig

La pimpinella presenta un creixement en forma de roseta basal, i guanya alçada només en el moment de fructificar. Un cop els individus ja estiguin ben instaurats, i sempre que l'indret de cultiu sigui l'adequat, només haurem de realitzar una sega quan la part aèria de la pimpinella estigui seca (generalment a l'estiu) per tal de mantenir-ne el cultiu. No caldrà adobar, però sí que es veurà afavorida per la presència de matèria orgànica pobra en nitrogen i rica en carboni (tipus fullaraca) a la superfície del sòl.

### Exposició



### Nutrients



Els ambients amb molts nutrients no la favoreixen degut a la seva poca alçada. El més important és eliminar la competència, sobretot en els primers estadis de creixement.

### Aigua



Tolera molt bé la sequera, tot i que com més elevada sigui la disponibilitat hídrica, més grans i tendres seran les fulles.

## Recol·lecció

Podem collir les fulles de febrer a novembre si assegurem una disponibilitat hídrica suficient a l'estiu. Amb un ganivet o tisores tallarem les fulles que desitgem collir, respectant sempre el centre de la roseta basal (cal collir almenys uns 2 cm per damunt del sòl) de tal forma que pugui rebrotar. Un cop collides, guardarem les fulles a la nevera en un recipient tancat, i es conservaran perfectament durant una setmana.

## Consum

Les fulles de pimpinella tenen un potencial decoratiu molt elevat, i aporten matisos d'allò més interessants, sobretot quan es combinen amb làctics, melió, fruits secs... Una estratègia interessant és incorporar la fulla, triturada o trossejada, en salses o sorbets, que després decorarem amb uns quants foliols (petites fulletes que hi ha al llarg de la fulla).

### Perfil sensorial

És destacable el seu gust suau de cogombre i, en menor mesura, de nous tendres. La textura seca es fa evident sobretot al raquis de la fulla (nervi central), que també és una mica fibrós, mentre que els foliols són molt més tendres. Es tracta d'una espècie molt i molt interessant.

### Composició nutricional

Les fulles de pimpinella presenten un elevat contingut en K, Mg i Fe, un contingut moderat en Ca i Zn, i un baix contingut de Na (< 70 mg / 100 g). També presenten un contingut baix en àcids oxàlics. Hi destaquen els components fenòlics (> 500 mg / 100 g), que aporten a aquesta espècie capacitat antioxidant. No es disposa de dades fiables sobre el contingut de vitamines d'aquesta espècie.

## A més a més

La seva forma també la converteix en una candidata per realitzar creacions artístiques diverses, des de cianotípies, fins a estampacions o composicions florals amb planta seca. També és una espècie molt indicada per explicar que les fulles compostes, com la de la pimpinella, estan formades per petites fulletes anomenades foliols.

**PIMPINELLA**  
**PIMPINELLA**  
**PIMPINELLA**  
**PIMPINELLA**  
**PIMPINELLA**