

**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**

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!**

Varietat de rave rústic, de cicle llarg i vigorós, de pell negra i carn blanca que es caracteritza per fer una arrel gruixuda i llarga, d'uns 5 cm de diàmetre i 20 cm de llarg. Es pot sembrar des del setembre fins al febrer i collir des de l'octubre fins al maig. El seu cultiu és fàcil. Té gust aromàtic i picant ideal per menjar ratllat a les amanides.

**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**

"Es extraordinario. Tiene la piel gruesa, es duro y crujiente. Hace años, en mi tierra se servía como tapa juntamente con altramuces y aceitunas."

**Manolo Figueroa**

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

Sembrar preferentment  
abans de: des 2029



00280

Varietat agrícola tradicional



**Rave negre**

**Rave negre** ————— **Raphanus sativus**

### **Germinació**

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

☉ 11 - 30 °C

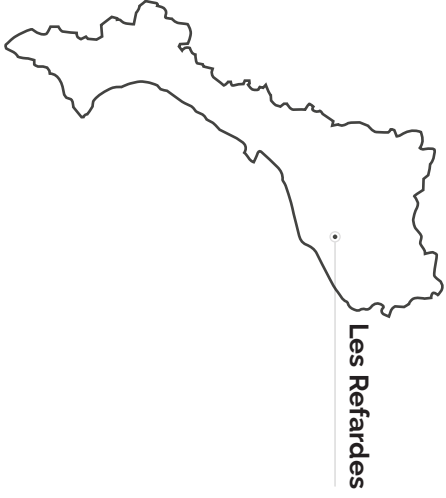
🕒 3 - 7 dies

📊 100%

### **Mida i forma de la llavor**

3 mm de llarg i 2 mm d'ample.

Forma ovalada i una mica aplanada.

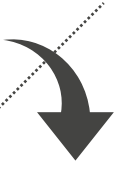


**Les Refarades**



Aquesta varietat ha estat conservada fins a dia d'avui gràcies a Les Refarades.

*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.**





## Rave negre

*Raphanus sativus*



**Part emprada:** Arrel  
**Cultiu:** 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

Es fa sempre sembra directa, sembrant a cops posant dues llavors cada 20 cm. Un cop sembrat és molt important mantenir la humitat del sòl. Alguns pagesos cobreixen el sòl amb sacs de jute per evitar que la superfície s'assequi i es formi una crosta superficial que dificultaria l'emergència de la llavor. Un cop germinades ja es pot retirar el sac.

### Profunditat

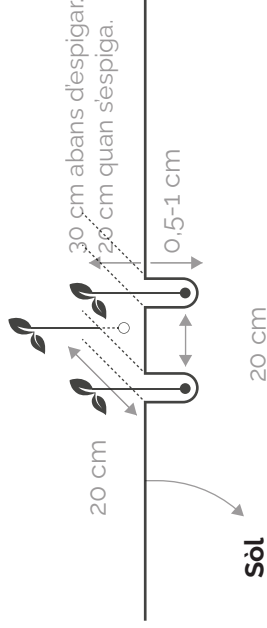
0,5 - 1 cm.

### Marc de plantació

20 cm entre plantes i 20 cm entre files.

### Alçada

Les tiges s'estenen per damunt del sòl, cobrint la superfície com un entapissat.



### Sòl

Es desenvolupa bé en bona part dels sòls, tot i que prefereix sòls rics en matèria orgànica. El més important és que la capa superficial del sòl estigui ben treballada, fina, sense terròssos, per tal d'afavorir una bona germinació de les llavors. En sòls compactats o pedregosos pot tenir lloc la bifurcació de la rel.

### Sistema de creixement i maneig

Varietat de rave de cycle llarg, rústic, que es caracteritza per fer una arrel gruixuda i llarga. Fa unes fulles en forma de roseta molt grans de fins a 30 cm de llarg. El cultiu del rave és molt fàcil, un cop germinat només caldrà desherbar a l'inici del cultiu i regar quan el terreny estigui sec.

### Exposició



### Nutrients



### Aigua



## Recol·lecció

Collirem el rave quan observem que el diàmetre de la base arriba als 5cm. A partir d'aquest punt, com més esperem a collir més gros es farà. El collirem estirant-lo per les fulles. Si costa d'arrancar podem estovar el terreny regant-lo prèviament o bé ajudant-nos d'una petita arpella o pala que inserirem pel costat del rave. Allà on creixen dos raves un al costat de l'altre collirem primer el més gran tot subjectant el petit amb l'altra mà per no desarrelar-lo.

## Consum

Es consumeix cru, tendre, normalment a l'amanida a rodanxes, trocets petits o ratllat. Al ser un rave picant queda molt bé combinat amb aliments dolços com la fruita, per exemple fent amanida de poma i rave ratllats. No cal pelar-lo.

### Perfil sensorial

Rave de carn gruixuda, blanca i cruixent. El seu gust és picant i aromàtic, la seva picantor arriba al final de mastegar-lo. El grau de picantor pot variar segons les condicions de cultiu. Per evitar que piquin en excés cal intentar que en èpoques de calor no hi hagi estrès hídric.

### Composició nutricional

No es disposa de dades nutricionals d'aquesta varietat en concret, però prenent com a referència altres varietats de rave similars es pot afirmar que és un aliment de baix contingut energètic, pel seu alt contingut en aigua i pocs hidrats de carboni i lípids. És ric en proteïnes, vitamina C i compostos que contenen sofre, com els glucosinolats.

**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**  
**RAVE NEGRE**