

ROSELLA
ROSELLA
ROSELLA
ROSELLA
ROSELLA
ROSELLA
ROSELLA

Col·lectiu **Eixarcolant**


El Col·lectiu 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

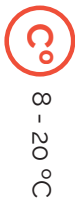
RECUPERANT
EL PASSAT,
TRANSFORMANT
EL FUTUR!

 Eixarcolant llavors

Rosella — *Papaver rhoeas*

Germinació

Majoritàriament la germinació té lloc després de les primeres pluges de tardor i en menor mesura també després de les pluges de finals d'hivern. Les llavors presenten dormició per això algunes delles no germinen immediatament. Les llavors d'aquest paquet, un cop sembrades, germinaran al llarg de varis anys.



8 - 20 °C



14 - 21 dies



25%

Mida i forma de la llavor

Les llavors són arrodonides i molt petites, de 0,5 mm. de diàmetre, de color marró, liliós fosc.



Aquesta llavor ha estat recollida a Preixens.



 *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.*



Rosella

Qui no coneix la rosella? Una flor que ens transporta als camps de cereal, de color roig intens, de la qual en podem consumir fulles, pètals i llavors. Les fulles creixen en forma de roseta basal, són ideals per menjar en amanides i no tenen res a envejar a una fulla d'enciam. Les llavors són ideals com a condiment i els pètals per donar color. Es tracta d'un cultiu anual de baix manteniment que sembrarem a la tardor o finals d'hivern.

ROSELLA

"Abans, Mare de Déu si en menjàvem de rüelles! Quan eren ben xicarrones en amanida eren molt tendretes i bones, després ja eren més bastes."

Lluís Esquiús

Llavor de Rosella
500 u. — *Papaver rhoeas*

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

Sembrar preferentment
abans de: des 2027



Espècie silvestre comestible



Rosella, gallaret, quiquiriquic o rüella

— Papaver rhoeas



Part emprada: Flors, fulles i llavors.

Cultiu: Anual

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 sobre terrenys llaurats. Si sembrem a cops el desherbatge serà més fàcil, ja que sabrem on hi ha les llavors. Igualment, si no sabem reconèixer les plàntules de rosella, pot ser útil fer planter. Si es deixen fructificar i disseminar les llavors d'una petita part dels individus, només caldrà treballar el terreny a finals d'estiu perquè ens en tornin a sortir, ja que una sola planta produeix milers de llavors, les quals mantenen la viabilitat durant diverses dècades.

Profunditat

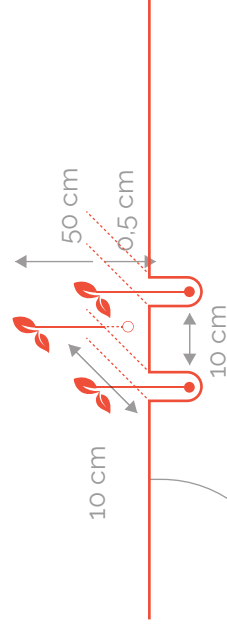
Superficial, 0,5 cm.

Marc de plantació

10 cm entre individus, 10 cm entre files.

Alçada

Durant la floració pot arribar a 50 cm.



Sòl

Pot créixer en tot tipus de sòls, només caldrà vetllar perquè el sòl estigui llaurat o lliure de vegetació cap a finals d'estiu, just abans de les pluges de tardor. Si ho desitgem, podem adobar amb fem, com si fos un camp de cereals.

Sistema de creixement i maneig

Durant la tardor i l'hivern creix en forma de roseta basal i amb la calor primaveral s'espiга per donar lloc a les flors. El seu cultiu és de baix manteniment. Com que el seu cicle coincideix amb els períodes de l'any amb major disponibilitat hídrica, un cop ja ha germinat, en general, no és necessari el reg, excepte en anys secs on pot ser interessant regar per evitar que la planta s'espigui abans

Exposició



Nutrients



Aigua



Recol·lecció

Collirem les fulles quan la planta està en forma de roseta basal, tallant-les amb un ganivet desde la base. Pel consum dels pètals (molt delicats) collirem la flor sencera, amb la tija i sempre que puguem la posarem en un recipient en aigua. Sinó també podem cauteritzar la ferida de la base de la tija per tal d'allargar la conservació dels pètals fins a l'hora d'emplatjar. Les llavors es troben dins les càpsules, les quals s'assequen un cop la flor s'ha pansit. Si sacsegem les càpsules cauran les llavors.

Consum

Les fulles i les llavors es poden consumir crues o cuites. La fulla és excel·lent per ser consumida en amanides, on és tan ben valorada com l'enciam. Les fulles també són bones saltejades, en truita, canelons o croquetes. Els pètals es poden consumir frescos, secs o en infusió, s'utilitzen sovint per donar color. Les llavors poden ser un complement interessant per brioxeria i amanides.

Perfil sensorial

La textura de les fulles és molt agradable, i la presència de certa pilositat no condiciona en absolut la valoració organolèptica, i el gust és molt suau. Les llavors recorden nous o ametlles, però de gust més suau. Els pètals tenen un gust molt neutre, i el seu principal interès és el color.

Composició nutricional

La fulla presenta un contingut elevat de K, Cu i Mn. El contingut de Na en canvi, és baix. També conté nivells elevats de vitamina C i B9 (àcid fòlic), i un contingut moderat de vitamina K. Conté una concentració relativament elevada d'oxalats. Les llavors són riques en àcid linoleic, àcid oleic i Fe. Els pètals contenen una concentració molt baixa d'alcaloides opiacis, que en cap cas compromet la seva comestibilitat, però aporten lleus propietats sedants i expectorants.

A més a més

De forma silvestre també es pot trobar una espècie de la mateixa família, *Papaver setigerum*. Aquesta però fa les flors de color blanc - rosat, i la càpsula on queden les llavors un cop la flor és seca és més gran i allargada que les de *Papaver rhoeas*. Es tracta d'una espècie tòxica, no apta per al consum, degut a l'elevada concentració d'alcaboides opiacis.

Cronograma

