

SALSIFI BLANÇ SALSIFI BLANÇ

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



Salsifi blanc

El salsifi blanc és un cultiu biennal de cicle llarg, fàcil de cultivar i rústic. Se sembra a la primavera, i la collita s'inicia a l'estiu, podent-la allargar fins al febrer. Es conegut pel consum de les arrels, però també se'n consumeixen les fulles i les flors, vistoses i de color lila. És una varietat amb molt potencial que cal redescobrir.

SALSIFI BLANC

"Fan unes arrels més llargues i primes que les pastanagues, però amb un gust diferent i ben bo! A més a més, des que em van dir que a l'Iran es menjaven les fulles, quan estic a l'hort i tinc gana pico quatre fulles i són ben dolçetes!"

Marc Talavera

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

Sembrar preferentment
abans de: des 2027



00264

Varietat agrícola tradicional

200 U. — *Tragopogon porrifolius*

Llavor de Salsifi blanc

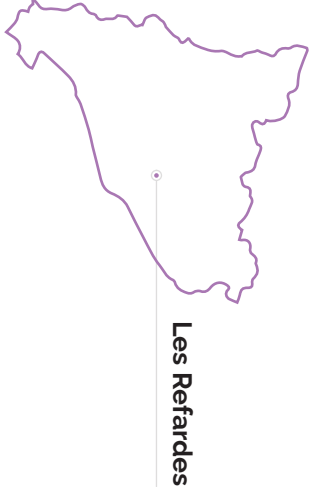
Germminació
Es tracta d'una llavor gran i potent que germina fàcilment i de forma bastant sincronitzada si triem el moment adequat.

Salsifi blanc — *Tragopogon porrifolius*

8 - 15 °C 14 - 20 dies 100%

Mida i forma de la llavor

25 mm de llarg i 2 mm d'ample. Forma molt allargada, una mica curvada i amb diversos solcs que la recorren longitudinalment d'extrem a extrem.



Les Refardes

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



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.





Salsifi blanc

— *Tragopogon porrifolius*

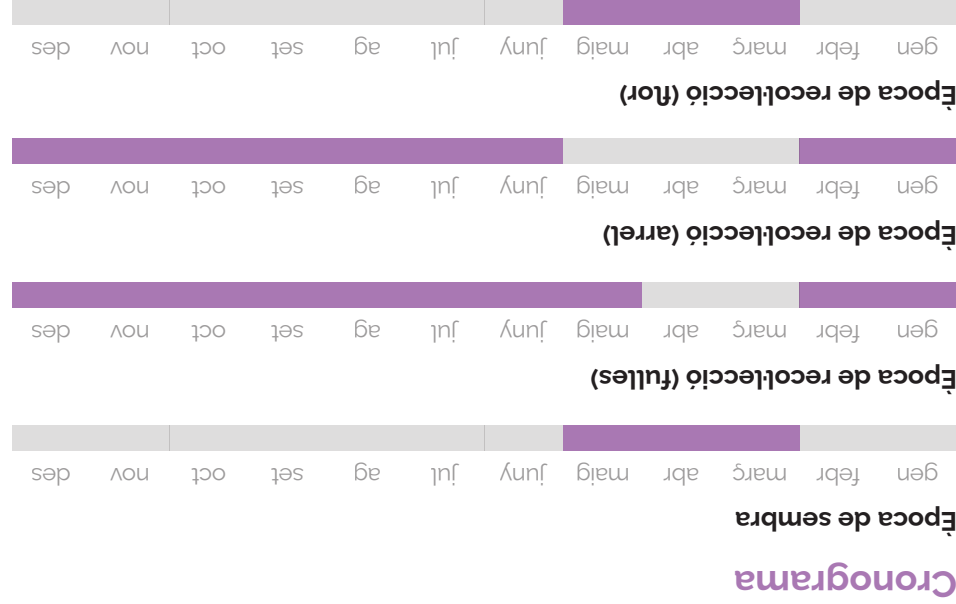


Part emprada: Fulles, arrels i flors.

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

Recomanem fer sembra directa a la primavera. Es sembra en línies separades 25 cm de distància i s'aclareix de manera que quedi una planta cada 10 cm. Un cop sembrat cal mantenir la humitat en el sòl.

Profunditat

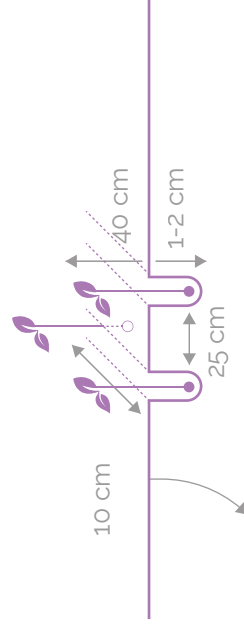
Entre 1 - 2 cm.

Marc de plantació

10 cm entre plantes i 25 cm entre files.

Alçada

40 cm.



Sòl

Es desenvolupa bé en bona part dels sòls, tot hi que prefereix sòls profunds, fongjos i rics en matèria orgànica. És important que la capa superficial del sòl estigui ben treballada, fina, sense terrossos, per tal d'afavorir una bona germinació de les llavors.

Sistema de creixement i maneig

Cicle de cultiu llarg si pensem amb l'arrel, però també se'n pot collir la fulla. Un cop sembrat cal fer desherbatges inicialment per

eliminar competència d'adventícies. Per tal que la planta creixi i guanyi densitat caldrà regar en les èpoques més seques. Tot hi ser una planta biennal, amb un fort estrès hídric pot espigar a l'estiu. A partir de l'octubre les rels esdevenen més gruixudes, moment ideal per collir-les, amb l'avantatge que es conserven bé sota la terra i permet collir-les gradualment a mesura que es necessiten.

Exposició



Nutrients



Aigua



Recol·lecció

Es recomana collir l'arrel mínim 4 mesos després de la sembra. L'ideal és utilitzar una pala o fanga, ja que les arrels són llargues i es poden trencar a l'estirar-les. L'arrel es conserva molt bé al camp i la planta és resistent al fred, per tant podrem anar collint al llarg de tot l'hivern. Les fulles també es poden collir, amb l'ajuda d'un ganivet, durant tot el cicle de cultiu, sempre i quan els individus no s'hagin començat a espigar.

Consum

Les arrels tendres es poden posar a l'amanida a rodanxes, trocets petits o ratllades. Amb arrels més envellides es recomana bullir-les, i si es desitja, a continuació les podem fregir. És important netejar-les bé abans del seu consum. No és necessari pelar les arrels, però molts cops es fa per assegurar de no deixar-hi terra. Les fulles es consumeixen principalment crues, en amanida, tot i que també responen bé a la cocció.

Perfil sensorial

Arrel de color groc pàl·lid i textura cruixent amb un gust que recorda l'ostra. similar en certa manera al dels naps de Cerdanya. Les fulles, de gust tirant a dolç i esveltes, tenen potencial gastronòmic i també decoratiu. Finalment, els pètals de les flors es poden

utilitzar per decorar amanides i molts altres plats.

Composició nutricional

L'arrel de salsifi conté una bona porció de carbohidrats, poques proteïnes i molts pocs greixos. És una bona font de fibra i d'inulina. També conté vitamina C i B-6, i una quantitat apreciable del calci, coure, ferro, magnesi, manganès i fòsfor que necessitem diàriament. No es disposa de dades relatives a les fulles.

SALSIFI
BLANC
SALSIFI
BLANC
SALSIFI