

La pimpinella, el colitx i la ravenissa

Males herbes, herbes silvestres, herbes adventícies o herbes espontànies són alguns dels noms que reben. Més enllà de la nosa que puguin fer quan surten en els camps, els seus rodals o en els horts, podem aprendre a treure'n alguna utilitat o a interpretar què ens estan indicant.

TEXT I IMATGES: MARC TALAVERA ROMA, COL-LECTIU EIXARCOLANT. UNIVERSITAT DE BARCELONA. eixarcolant.cat, @eixarcolant
AMB LA COL-LABORACIÓ DE CHARLES-ANDRÉ DESCOMBES.

La pimpinella

Nom científic: *Sanguisorba minor* (família rosàcies)

Nom popular: pimpinella, pimpinella petita, herba dels talls, enciam de cavaller

Ambient i cicle:

Creix tant en brolles com en herbassars, fenassars, marges de camins, prats o fins i tot roques. Aquesta gran variabilitat en termes ecològics és deguda, en part, al fet que se'n distingeixen almenys quatre subespècies diferents. En termes altitudinals es pot trobar des de nivell del mar fins als 1.500 o fins i tot 2.000 metres d'alçada. La germinació té lloc preferentment a la primavera, i es tracta d'una espècie molt resistent a la sequera.

Gestió:

En general l'espècie no suposa un problema per a l'agricultura, ja que no resisteix la llaurada i tampoc respon bé a una sega recurrent a nivell de sòl en ambients mediterranis, en comparació amb altres espècies que es desenvolupen únicament en forma de roseta basal. Per cultivar-la cal realitzar la sembra cap al mes de febrer, situant les llavors a 0,5 – 1 cm de profunditat. Un cop establert el cultiu tant sols caldrà vetllar per la perpetuació dels individus plantats, que rebrotaran any rere any. Alhora, si es deixa fructificar una part dels individus a cada primavera, es produirà la germinació espontània de nous individus. Per eliminar la competència en alçada exercida per la vegetació espontània es pot realitzar una sega durant el període hivernal o cap a finals de primavera, si bé en el segon cas la fructificació dels individus quedarà compromesa.

Usos:

Es tracta d'una espècie amb un elevat potencial d'utilització en el camp alimentari. Les seves fulles, amb un aspecte clarament decoratiu i amb un gust que recorda a la nou verda i al cogombre, són ben acceptades tant en amanida com en altres preparacions. Alhora, presenta una composició nutricional interessant atès el seu elevat contingut en potassi, magnesi, ferro, i moderat en calci i zinc; un baix contingut de soci (< 70 mg / 100 g) i



àcids oxàlics, i una elevada concentració de components fenòlics (> 500 mg / 100 g) que es tradueix en una elevada capacitat antioxidant.

Què ens indica normalment un conjunt d'individus:

Sòl ric en bases, especialment en calci, que poden ser actives en major o menor grau; la pimpinella és poc habitual en sòls àcids. Tendència a la saturació del sòl en matèria orgànica d'origen vegetal envellida, pobre en nitrats, en procés de fossilització. Asfíxia i poca capacitat de retenció d'aigua.

Descripció:

Es caracteritza per generar una densa roseta de fulles basals que no ultrapassa en general els 30 centímetres d'alçada i de la qual sorgeixen les tiges fructíferes, escassament folioses, que poden arribar al metre d'alçada. A la zones interiors amb glaçades freqüents, l'espècie resta inactiva durant l'hivern, per començar a brotar a finals d'hivern – principis de primavera. Les fulles, compostes, poden arribar als 14 centímetres de longitud i consten d'entre 4 i 12 parells de folíols entre ovalats i el·líptics i amb el marge serrat. Es tracta d'unes fulles molt característiques que permeten identificar l'espècie amb facilitat. La inflorescència, de tonalitat rosada i molt poc vistosa, té forma de glomèrul (una inflorescència formada per moltes flors disposades de manera compacta). en el qual a la part superior s'hi situen flors femenines, a la intermèdia hermafrodites, i a la inferior masculines. La floració i fructificació té lloc entre el maig i el setembre, podent variar notablement en funció de la climatologia.



El colitx

Nom científic: *Silene vulgaris* (Família cariofil·làcies)

Noms populars: colitx, coníell, esclafit, petador, petadora

Ambient i cicle:

En el context mediterrani l'espècie creix majoritàriament en zones agrícoles, preferentment de secà, i també en herbassars i marges de cultiu. És molt versàtil en relació al rang altitudinal: es pot trobar des del nivell del mar fins als 2.560 metres d'alçada. En el cas dels estatges subalpí i alpí, l'espècie creix en zones pradènques i en menor mesura també en roquissars. A les zones mediterrànies en general el rebrot s'inicia a al tardor, queda completament aturat durant l'hivern, i es reprèn durant la primavera. La germinació es pot produir tant al final de l'hivern-principi de la primavera, com també durant la tardor (al voltant del mes d'octubre).

Gestió i cultiu:

Abans de l'arribada dels herbicides i dels tractors era una de les espècies adventícies dels cultius de cereals més temudes pels pagesos, ja que en passar el cultivador generalment no es contribuïa sinó a la disseminació de l'espècie mitjançant la fragmentació dels seus rizomes. Tanmateix, amb l'arribada de la fresa i sobretot dels herbicides, la presència de l'espècie en els cultius ha disminuït dràsticament i cada cop és més difícil de trobar en els sistemes agrícoles.

És precisament la gran capacitat de créixer favorablement en terrenys agrícoles, juntament amb el seu potencial alimentari, el que permet considerar l'espècie com un potencial cultiu. A la Catalunya central es recomana dur a terme la sembra a finals de gener o principi de febrer. La instauració dels individus té lloc al llarg de la primavera i l'estiu, i és a partir de la tardor quan es comença a produir la propagació vegetativa mitjançant rizomes. Aquesta elevada capacitat de propagació vegetativa farà que, encara que la taxa de germinació no hagi estat l'esperada, el recobriment de l'espècie s'incrementi progressivament fins a dominar la comunitat. Un cop establerts, els individus tenen un gran capacitat de proliferació gràcies al creixe-



La ravenissa

Nom científic: *Diplotaxis eruroides* (Família crucíferes)

Noms populars: ravenissa blanca, ravenissa, citró, citró blanc, ervianes

Ambient i cicle:

Es tracta d'una espècie extremadament comuna, ja que creix de forma massiva a les zones agrícoles de l'àmbit mediterrani. És especialment abundant en camps de vinya, ametllers i oliveres, tot i que també es present en cultius cerealístics, de llegums, i horta. El fet que la floració pugui tenir lloc al llarg de tot l'any (tot i que és més abundant a la primavera i tardor) fa que sigui una espècie adventícia molt evident i una de les més conegudes per la població. En general creix entre el nivell del mar i els 1.000 metres d'alçada, si bé de forma més esporàdica es pot trobar fins als 1.450 metres.

Gestió i cultiu:

La germinació té lloc majoritàriament al final de l'hivern – principi de primavera o a la tardor, si bé es pot produir en qualsevol moment de l'any si es donen les condicions tèrmiques i d'humitat adequades, essent una espècie molt versàtil en aquest sentit. En cultius cerealístics habitualment no és un problema important, ja que els cereals són més competitius en alçada que la ravenissa, mentre que en certs cultius de llegums sí que pot tenir una major incidència. A la vinya, l'olivera i l'ametller, la seva presència a la coberta verda és molt interessant, ja que es

tracta d'una espècie anual que mor si hi ha manca de disponibilitat hídrica en superfície, i per tant a l'estiu (i llevat que hi hagi precipitacions més abundants del que seria normal en zones mediterrànies) la ravenissa estarà totalment seca i per tant no competirà amb l'espècie cultivada. Alhora, una elevada cobertura de ravenissa a la primavera i la tardor limitarà la instauració d'espècies adventícies perennes que sí que suposen un problema en termes de competència pels recursos hídrics.

En cas que sigui necessari, l'espècie es pot controlar fàcilment mitjançant la sega o la llaurada, si bé en funció de les condicions ambientals es produirà de nou el rebrot o la germinació.

Usos i composició nutricional:

L'espècie és comestible, i especialment la flor és molt ben valorada pel seu gust picant, que recorda al del wasabi. És un picant d'intensitat mitjana però de durada curta. Si es desitja emprar-la pel seu gust picant, cal consumir-la sempre en cru, ja que amb la cocció el picant desapareix per complet.

Què ens indica normalment un conjunt d'individus:

Sòl alcalí, ric en calci i en nitrogen, estiguin o no disponibles per a les plantes. Asfíxia per encrostament o compactació. Erosió més o menys marcada i pèrdua, per lixiviació, d'elements fertilitzants i de partícules fines. Bloatge del fòsfor.



Què ens indica normalment un conjunt d'individus:

Sòl ric en bases, actives i potencials, i en matèria orgànica carbonatada. Escassetat de matèria orgànica d'origen animal i de nitrogen. Bona activitat microbiana aeròbia, que afavoreix la correcta mineralització de la matèria orgànica. (Dues altres *Silene* – *S. dioica* i *S. latifolia* – també indiquen escassetat de matèria orgànica nitrogenada, però amb continguts de matèria orgànica carbonatada, soluble i fòssil, encara superiors als de *Silene vulgaris*.)

Descripció del colitx:

Es caracteritza per la seva gran capacitat de propagació vegetativa mitjançant rizomes, de tal forma que un individu pot donar lloc a brots que apareguin a més de 20 centímetres de distància. Alhora, presenta una gran capacitat de rebrot a partir de les estructures subterrànies, la qual cosa es tradueix en una gran resistència a factors d'estrès com la sequera o fins i tot la llaurada. A la tardor, i també a la primavera, les tiges rebroten amb força i de forma molt densa a partir dels òrgans subterranis; poden assolir alçades de fins a 60 centímetres de mitjana. Les fulles, que es disposen al llarg de la tija de forma oposada, presenten una coloració verd glaucescent (que tira a glauca), i tota la planta és totalment sense pèls. La forma de les fulles és lanceolada, la terminació és aguda, el marge enter, i la consistència lleugerament carnosa. La floració es pot produir entre març i octubre, si bé en ambients mediterranis es dona principalment entre abril i juny. Les flors es caracteritzen per seu calze inflat i de color verd clar (amb tonalitats rosades en certes ocasions) que protegeix els cinc pètals de color blanc que conformen la corol·la. El fruit és en forma de càpsula. 🌱

ment vegetatiu mitjançant rizomes. Es recomana dur a terme la fertilització amb fem o compost.

Usos i composició nutricional:

És una espècie àmpliament utilitzada tant pel seu consum en cru com en cuit, amb valoracions molt bones en ambdós casos. Cuita recorda als espinacs, però amb matisos diferents, mentre que crua el gust és molt suau i cal destacar-ne la textura carnosa. En termes nutricionals també és molt interessant gràcies al contingut elevat de potassi, manganès, vitamina K i B9 (àcid fòlic), moderat de calci, vitamina C i vitamina E. El contingut en sodi és baix (< 120 mg / 100 g), i es pot considerar una font de fibra dietètica (>3 g / 100 g). Cal tenir en compte que presenta un contingut elevat d'oxalats (que es veu clarament reduït amb la cocció), i per tant les persones amb problemes renals (formació de càlculs principalment) cal que en moderin el consum i que n'evitin el consum en cru, tal i com passa amb els espinacs.



Descripció:

Es tracta d'una espècie anual de la família de les crucíferes que de mitjana no supera els 50 centímetres d'alçada. Les tiges són erectes, les fulles basals són lobulades, peciolades i creixen en forma de roseta; mentre que les tiges superiors són dentades o subenteres, presenten una disposició alterna i no tenen peciol. La inflorescència és en forma de raïm, i les flors presenten els quatre pètals característics de la família, que en aquest cas són de color blanc. Fa un fruit allargat, sec, en forma de càpsula que quan està madur s'obre en dues valves ventralment.