



# BIODIVERSITAT EN L'HORT



GENERALITAT  
VALENCIANA



CENTRE D'EDUCACIÓ  
AMBIENTAL  
DE LA COMUNITAT VALENCIANA

# ÍNDEX

1. Introducció
2. L'horta: definició i característiques bàsiques
3. Valors i serveis de l'horta
4. L'horta en la comunitat valenciana
5. La problemàtica que afecta l'horta
6. La biodiversitat en l'horta
7. El material didàctic
8. Objectius generals
9. Objectius específics
10. Nivell
11. Duració
12. Desenvolupament de l'activitats
13. Altres preguntes i activitats
14. Activitats complementàries
15. Material complementari
16. Especificacions sobre les espècies
17. Fitxes de les espècies

## Crèdits:

Centre d'Educació Ambiental de la Comunitat Valenciana

Coordinació: Víctor Benlloch.

Disseny i maquetació: Julia Furió.

Continguts: Míguel Ángel Bartolomé, Pepa Prósper, Rubén Viera, Víctor Benlloch, Paloma Sánchez, Iris Gutiérrez i Jordi Barreira.



L'HORTA  
EN LA  
COMUNITAT  
VALENCIANA  
ESPAI DE  
VIDA

# 1. INTRODUCCIÓ

Cada vegada és més evident que la biodiversitat, la seua conservació i el seu bon estat, és fonamental per a la nostra qualitat de vida, la nostra salut i l'opció de disposar de recursos naturals. Per a això és necessari establir processos de coneixement i respecte cap a la biodiversitat entre la població en general, especialment començant pels xiquets i joves.

Iniciar als més xicotets en el coneixement de la biodiversitat i el seu valor, i més concretament per la qual els és més pròxima, és un pas bàsic perquè en el futur arriben a apreciar, a respectar i a actuar d'una forma conscient a favor de la biodiversitat global.

Per això és molt recomanable disposar de materials i activitats que permeten donar a conèixer aquesta biodiversitat pròxima als alumnes i alumnes, que puguen reconèixer-la i saber les interaccions que té amb nosaltres, les espècies que la componen i com la seua alteració, banalització i globalització també ens afecta directament i molt generalment d'una forma negativa.

La biodiversitat és fonamental per a l'equilibri ecològic del planeta Terra, en el qual ens integrem els éssers humans. El paper de la biodiversitat és clau en el bon funcionament dels ecosistemes, la qual cosa repercuteix directament en el benestar humà. El seu equilibri ens aporta importants béns i serveis, necessaris per a la nostra supervivència com a espècie i per a la forma de vida humana actual. Per tant, podem dir que la conservació de la biodiversitat no és un luxe, o una simple qüestió de sentiments, sinó més aviat una necessitat i una garantia per a la nostra supervivència.

Les zones agrícoles i l'horta són espais que acullen una important biodiversitat, són aliades en la lluita contra el canvi climàtic gràcies a la seua capacitat de segrest de CO<sub>2</sub> i proveïdores de múltiples serveis ambientals als éssers humans a més de proveir-nos d'aliments i tindre un elevadíssim valor cultural i paisatgístic. El seu coneixement i estima són imprescindibles per a

facilitar la seua millora i conservació.

A més les zones agrícoles en general i l'horta en particular acullen una importantíssima diversitat biològica agronòmica que també ha de ser conservada. Fruit d'aquesta necessitat de conservació de la diversitat agrícola és el projecte a nivell mundial del "Banc de Llavors Mundial" situat a l'illa de Spitsbergen, en l'arxipèlag de les Svalbard a Noruega, en el qual s'emmagatzemen llavors de milers de plantes de cultiu de tot el planeta. (Més informació [ací](#))

A nivell valencià és destacable el banc de llavors agrícoles de la Conselleria d'Agricultura que es conserva en el CIEF i el [Catàleg valencià de varietats tradicionals d'interés agrari](#)

També destacable és el treball que desenvolupa l'associació [Llavors d'Ací](#) d'intercanvi de llavors i conservació de varietats agrícoles locals.

Però el millor sistema de conservació de les varietats agrícoles i de la biodiversitat que acullen les zones agrícoles i l'horta és mantindre-les actives, en funcionament, consumir els productes de de qualitat que en elles es produeixen i afavorir als agricultors i llauradors perquè mantinguen la seua activitat.



## 2. L'HORTA: DEFINICIÓ I CARACTERÍSTIQUES BÀSIQUES BÀSICAS

Una horta és una extensió xicoteta de terreny destinada a cultivar hortalisses, llegums i arbres fruiters, generalment de regadiu. Es cultiva amb l'objectiu de produir aliments i plantes d'autoconsum familiar o de xicoteta venda local i al detall. Encara que existeixen també hortes de secà, l'horta més estesa i tradicional és la de cultius de regadiu, on l'aigua adquireix una importància vital.

En els sistemes de producció més respectuosos amb el medi natural, l'horta es pot entendre com un sistema sostenible en el qual els seus components (séquies, camins, cultius i hàbitat) estan estretament relacionats i on es genera un procés de retroalimentació positiu entre ells. S'intenta aprofitar al màxim l'espai i els recursos, com el sòl i l'aigua, però mantenint i respectant les seues propietats sobre la base de principis ecològics. Si no s'utilitzen contaminants com a pesticides i abonaments artificials, els aliments obtinguts de l'horta són més saludables i segurs que els que es produeixen a nivell massiu, ja que es prioritza la qualitat enfront de la quantitat en la producció. D'altra banda, amb les labors culturals que es realitzen en l'horta, com l'aporcat, l'embutat, el entutorat o l'esbrossat, s'aconsegueix un bon creixement i desenvolupament dels cultius i el manteniment de la productivitat del sòl.

Existeixen molts tipus d'horta que es poden diferenciar segons la grandària, el tipus de cultiu o el sistema de reg, i on el clima, el sòl i la forma del paisatge també influeixen en les seues característiques. Segons el reg, se pot distingir entre hortes de regadiu o de secà, atés el suport trobarem hortes llaurades en la terra o hortes en contenidors (jardineres, tests, cultiu hidropònic), i segons les pràctiques agrícoles empleades les hortes poden ser de cultiu ecològic o convencional. A més, segons l'orografia del terreny les hortes poden situar-se en arracada, en terrasses, en bancals . . . En definitiva, hem adaptat les hortes a quasi pràcticament qualsevol espai i necessitat.

En l'horta no sols trobem cultius, si no també altres elements amb una funció determinada. Les hortes poden ser regades manualment a través de séquies i canals pels quals circula l'aigua que procedeix dels recursos hídrics, però en unes altres s'opta per instal·lar un sistema de reg que permet optimitzar l'ús de l'aigua (degoteig, aspersió). També pot ser necessari instal·lar una caseta en la qual guardar les eines de cultiu, o fins i tot un xicotet magatzem de collita. O podria ser interessant, fins i tot, reservar alguna zona de descans o d'esplai familiar.

Alguns elements bàsics que podem trobar en els diversos tipus d'hortes són:

- Bancals i parcel·les de cultiu
- Sistema de reg: séquies i canals
- Caseta per a eines
- Compostera
- Zona de planters i hivernacle
- Hotel d'insectes
- Tanques de plantes aromàtiques per a fauna útil
- Zona amb ombra de descans i trobada: pèrgola, taules, cadires

L'horta és un paisatge amb identitat pròpia que connecta i arrela a l'ésser humà amb el seu entorn natural més immediat, i del qual obté molt més que aliments.



### 3. VALORS I SERVEIS DE L'HORTA

Sense cap dubte l'horta atresora un enorme patrimoni i ens proveeix d'un importantíssim nombre de serveis:

- La seua funció bàsica, i per la qual va ser creada, és la de proveir-nos d'aliments d'origen vegetal. Són nombrosíssimes les espècies d'hortalisses, verdures i fruites que es produeixen en les hortes valencianes, moltes d'elles introduïdes des d'altres llocs de la geografia mundial. Aquests aliments són d'alta qualitat i a més presenten un baix impacte ambiental associat ja que el seu consum sol realitzar-se molt prop del lloc on es produeixen, és el que coneixem com a productes de quilòmetre zero que tenen associades unes emissions de gasos d'efecte d'hivernacle molt baixes.
- Representa per si mateixa un valuós patrimoni històric i d'aprofitament tradicional del territori.
- Acull i integra diversos elements del patrimoni etnològic tant a nivell de construccions (elements del patrimoni hidràulic, construccions com alqueries, masies o barraques...) com dels elements i eines emprats tradicionalment per al seu ús en les tasques habituals que es desenvolupen en l'horta. A més associada a l'horta apareixen també altres tipus de patrimoni immaterials com a festes i celebracions variades i l'ús d'un llenguatge i vocabularis específics (tant en castellà com en valencià) que és necessari conservar. Destacable és l'existència del Tribunal de les Aigües de València, element jurídic de gestió de l'horta de València, amb una existència mil·lenària i un valor immaterial immens.
- L'horta representa un important element ambiental ja que és un ecosistema d'origen antròpic però que acull una important biodiversitat, és un espai de fixació de CO<sub>2</sub> i un regulador i col·laborador en l'equilibri del cicle de l'aigua i la neteja de l'aire.





- L'horta té un elevat valor paisatgístic amb unes característiques determinades molt peculiars que fan d'ella un entorn únic i irrepetible.
- L'horta també és un espai laboral, de generació de llocs de treball per a agricultors i llauradors, el treball dels quals ha de ser valorat en la seua justa mesura, com a sistema per a assegurar les seues funcions ara i en el futur i així evitar la pèrdua de l'horta com a espai productiu.
- Els espais d'horta s'estan convertint també en espais d'oci i d'esport, ja que serveixen per a desenvolupar en ells activitats com el passeig a peu o amb bicicleta o el running. A més en nombrosos espais d'horta han proliferat durant els últims anys els anomenats horts d'oci o horts urbans (en estar prop de les ciutats) en els quals xicotetes parcel·les són cultivades amb funcions d'esbarjo i per a una xicoteta producció d'autoconsum per ciutadans/as.
- És un espai educatiu que permet la realització de múltiples activitats didàctiques per a tota mena d'alumnat.



## 4. LA HUERTA EN LA COMUNITAT VALENCIANA

L'hort constitueix un model característic de paisatge rural de regadiu comú a gran part de la conca mediterrània, síntesi de moltes cultures que han habitat aquest espai: (grecs, romans, egipcis, mesopotàmics, musulmans). El regadiu és l'element vertebrador d'aquesta mena de paisatge agrícola, per tant, l'horta la trobem sobretot al voltant de fluxos d'aigua i en planes al·luvials de rius, distingides per ser zones planes d'acumulació de sediments i de sòls fèrtils propicis per a l'agricultura.

Els paisatges d'horta en la Comunitat Valenciana s'assenten principalment en les zones litorals i pròximes a les desembocadures dels rius valencians (Túria, Xúquer, Palància, Segura, etc). El clima temperat i la proximitat a la mar (brises



marines) afavoreixen una elevada humitat ambiental que beneficia el creixement vegetal. Però, donada l'estacionalitat de les pluges i el seu caràcter torrencial, els sistemes de reg tenen un paper fonamental en l'àmbit mediterrani.

Per la Comunitat Valenciana han passat moltes cultures que han sabut aprofitar la fertilitat de les seues terres. No obstant això, el paisatge de regadiu que coneixem té el seu origen fa al voltant 1200 anys, amb l'arribada a la Península Ibèrica de grups tribals musulmans al llarg del segle VIII. Va ser la cultura musulmana la que va dissenyar i va construir els principals sistemes hidràulics valencians (encara que en època romana ja havien d'existir alguns rudiments d'aquesta xarxa de reg), i també l'autora dels avanços tècnics més importants del nostre sistema agrari: van construir aljubs, van millorar notablement el sistema de reg romà mitjançant séquies i sènies, i van progressar també

en el coneixement i maneig dels cultius i el sòl. Així mateix, van construir les primeres alqueries de tipus andalusí.

D'entre les hortes de la Comunitat Valenciana, destaca L'Horta històrica de València, assentada sobre la fèrtil plana al·luvial del va riure Túria, i que és una de les sis hortes mediterrànies mil·lenàries que es conserven en Europa<sup>1</sup>. D'altra banda, també destaca l'horta d'Orihuela, situada en l'horta baixa del riu Segura. Unes altres d'una certa importància són les de Xàtiva, Elx, Benaguasil-Llíria i Benicarló.

En l'horta valenciana es cultiven gran varietat de vegetals i hortalisses, ja que la rotació de cultius permet 3 o 4 diferents de cicle curt en un mateix terreny al llarg de l'any. Es cultiven creïlles, cebes, carlotes, carxofes, tomaques, carabassetes, pimentons, albergínies, i un sense fi més de cultius, encara que hi ha algunes zones d'horta famoses per alguna mena de cultiu específic. Així per exemple es poden destacar les carxofes de Benicarló, la tomaca de penjar d'Alcalá de Xivert, les magranes d'Elx, la tomaca del Perelló, o la xufa de València. No obstant això, quant als arbres fruiters, els cítrics, i en concret el taronger, són sens dubte el cultiu més estés en tot el territori valencià, arribant a ser una dels senyals d'identitat de l'agricultura valenciana.

El patrimoni material de les zones d'horta és innumerable: alqueries, barraques, camins històrics, arquitectura hidràulica (séquies, assuts, molins d'aigua), etc. Però aquest paisatge posseeix també un ric patrimoni cultural i etnològic d'usos, tradicions i costums que ajuden a definir els senyals identitaris de la cultura en el territori de la Comunitat Valenciana.

No obstant això, en l'actualitat l'horta es troba en un procés de degradació important, i moltes vegades és escenari de conflictes socials. D'una banda, el creixement demogràfic al voltant de les zones d'horta i els canvis en la composició social dels seus habitants fa que l'horta siga vista com un espai lliure sobre el qual ampliar les ciutats i desenvolupar projectes i esdeveniments. D'altra

banda, l'horta s'enfronta també als processos que afecten el sector agrari, com la falta de relleu generacional, l'escassa rendibilitat, o la substitució de cultius tradicionals per uns altres més rendibles.

D'aquesta manera, el paisatge d'horta s'ha anat devaluando, passant de ser el centre d'una important activitat econòmica en el territori valencià a enfrontar-se al seu abandó i substitució per altres activitats més rendibles.

En el cas de L'Horta de València, a fi de frenar la seua deterioració i fomentar la seua conservació i recuperació, el 6 de març va entrar en vigor la **Llei 5/2018 de l'Horta de València**. Aquesta normativa desenvolupa el Pla d'acció territorial d'ordenació i dinamització de l'Horta de València (PAT) aprovat a la fi de 2018.

<sup>1</sup> Informe Dobris. Agència Europea de Medi Ambient (Stanners & Bourdeau, 1995).

## 5. LA PROBLEMÀTICA QUE AFECTA A L'HORTA

L'horta de València, un dels pocs horts periurbans que queden a Europa, constitueix un paisatge únic, un espai singular i espectacular en el qual l'aigua i la terra conviu amb un ric patrimoni cultural així com els "ancestrals" sabers dels agricultors.

Des del punt de vista físic, l'horta de València és el conjunt dels horts regats per les séquies procedents del riu Túria (Reial de Montcada, Favara, Quart, Benàger-Faitanar, Mislata-Xirivella, Tormos, Rascanya, Mestalla i Rovella).

Si posem el focus en l'agricultura, és un espai que genera una rica *"producció agrícola de proximitat que permet a la població de l'àrea metropolitana de València, disposar de productes hortofructícoles de gran qualitat amb poc cost de transport i mínimes emissions de gasos d'efecte d'hivernacle"*<sup>2</sup>. Però "L'Horta de València" a més d'un espai físic i productiu, constitueix un referent identitari col·lectiu i un llegat cultural.

No obstant això, i malgrat l'extraordinari valor d'aquest espai, més de la meitat de l'àrea d'Horta de la dècada de 1960 ja ha desaparegut<sup>3</sup>. El ric patrimoni paisatgístic, natural, ambiental, social, cultural i arquitectònic que conformen aquesta horta ha patit i pateix un procés accelerat de degradació i desaparició.

La pressió urbanística sobre l'horta, la creació d'infraestructures de transport així com la falta d'una gestió legal que garantisca l'ús rústic agrícola, ha suposat l'abandó, deterioració i destrucció de les terres agrícoles i del ric patrimoni **arquitectònic** (barraques, alqueries, ermites, etc.) **etnològic** (ferramentes i eines tradicionals, fites, creus de terme, folklore, etc.) **hidràulic** (molins, assuts, séquies, pous) així com la xarxa de camins i sengles associats a l'Horta, sense oblidar, la tremenda pèrdua que implica la desaparició de l'ofici de l'agricultura.

A més, est desenvolupe urbà i industrial posterior a 1960 ha provocat la ruptura de l'equilibri i complementarietat existent entre el sistema de reg de l'horta i la ciutat de València.

Moltes són les causes que provoquen l'abandó progressiu del camp (expectatives urbanístiques, baixa rendibilitat de l'activitat agrícola, desvaloració social del treball de l'agricultor, etc.) És ara el moment d'enumerar cadascuna d'aquestes causes i connectar-les amb la problemàtica que actualment viu l'horta valenciana.

Una de les principals amenaces que ha patit i pateix l'horta és el **desenvolupament d'infraestructures de comunicació i transport**. Quan aquestes infraestructures es despleguen, l'estructura històrica de l'horta deixa de ser important. La construcció de carreteres (l'Autopista del Mediterrani o la CV 500 són clars exemples) o de línies de ferrocarril sense respectar l'horta, ha provocat l'aïllament de zones d'aquesta a les quals no arriba l'aigua de reg i ja no es pot accedir. Aquestes àrees, a poc a poc han deixat de ser cultivades a causa de la seua inaccessibilitat i la majoria d'elles abandonades.

Un altre dels grans problemes als quals s'ha enfrontat l'horta ha sigut **l'enorme pressió urbanística** que sobre ella ha exercit la ciutat de València. Un urbanisme sense límits, que va apostar per les construccions en altura i àmplies vies per a la circulació de vehicles, va suposar la degradació de l'horta i la ruptura de la relació existent entre aquesta i la ciutat de València. En efecte, una ciutat d'al voltant d'un milió d'habitants que no ha romàs aliena als "booms immobiliaris", ni a l'especulació urbanística, i que ha patit una expansió residencial desorganitzada ha provocat degradació ambiental i paisatgística, destrucció d'un ric patrimoni, i per descomptat la pèrdua de terres per al cultiu.

També, el desenvolupament industrial de la

ciutat que ha portat amb si l'aparició de polígons industrials, instal·lacions elèctriques, magatzems, abocadors incontrolats, etc. no ha fet sinó agreujar la situació.

Aquest **desenvolupament industrial** i urbanístic ha provocat que cada vegada hi haja més residus de tota mena que acaben en zones d'horta, així com abocaments contaminants a la xarxa de reg que afecten directament els cultius que són regats per aquestes aigües contaminades.

Probablement, un dels majors problemes que pateix hui l'horta de València és "**la falta de mans**"<sup>4</sup> L'horta, que durant segles ha sigut part fonamental en el desenvolupament de la ciutat, s'està quedant sense mans. Agricultors i agricultores són cada vegada més majors i no hi ha relleu generacional. La baixa rendibilitat de l'activitat agrícola, les incerteses i la falta d'expectatives que aquesta genera, la desvaloració social del treball de l'agricultor/ora provoquen l'abandó progressiu de l'horta.

Tampoc podem passar per alt que **l'agricultura intensiva** desenvolupada a partir de la dècada dels 60, juntament amb l'ús abusiu i continuat **d'agroquímics**, no sols ha augmentat els costos de producció per als agricultors/as i els ha fets dependents de les multinacionals agrícoles, sinó que ha suposat una enorme pèrdua de biodiversitat en l'horta valenciana.

L'horta alberga una gran biodiversitat, per a molts éssers vius, aquest espai és la seua llar. No obstant això, una agricultura industrial, més centrada en els rendiments econòmics que en la qualitat dels productes hortofructícoles, que abusa d'abonaments químics, fa un mal ús dels recursos hídrics i utilitza maquinària contaminant, ha suposat, i fins i tot el suposa, una amenaça per als cultius tradicionals lligats a un lloc i a una temporada, un perill per a les terres cultivables que, a més d'haver quedat, moltes d'elles, sepultades sota el ciment, unes altres han sigut convertides en plantacions intensives de monocultius. Moltes de les espècies

<sup>2</sup> Llei 5/2018 de 6 de març de l'Horta de València

<sup>3</sup> El patrimoni rural periurbà, el cas de L'Horta de València, JL Miralles, 2006

<sup>4</sup> "Ens estem quedant sense mans" és el nom de la campanya que ha posat en marxa l'Ajuntament de València per a promocionar l'activitat agrícola i potenciar l'horta.

que tradicionalment es cultivaven en l'horta han desaparegut i altres solo es mantenen de manera residual.

És molt el que està en joc, la supervivència d'un estil de vida, d'uns sabers i pràctiques d'incalculable valor, d'un patrimoni, i també una manera de producció. Ens juguem la sostenibilitat de la ciutat de València i tota la seua àrea metropolitana, uns aliments segurs, saludables i de qualitat, i, en definitiva, està en joc l'harmonia amb l'Agenda 2030.

En aquests moments totes i tots som conscients de l'important que és preservar l'horta. En aquest camí **la llei 5/2018 de 6 de març de l'horta de València** naix amb l'objectiu de "preservar l'espai agrari de l'horta davant la pressió urbanística i aconseguir garantir la viabilitat de l'activitat agrària en unes condicions dignes de vida i de treball per a les i els agricultors que són la pedra angular de l'horta".

En **2019**, la FAO, l'organització de les Nacions Unides per a l'alimentació i l'agricultura, va declarar l'horta com un **Sistema Important del Patrimoni Agrícola Mundial (SIPAM)**. Al febrer de 2020 es posa en marxa el Consell de l'Horta amb la finalitat de posar en valor l'horta.

Per a concloure aquest recorregut que s'ha iniciat per a protegir l'espai de l'Horta, només queda recordar que el **Tribunal de les Aigües**, una institució profundament lligada a l'horta, va ser declarada l'any **2009** Patrimoni immaterial de la humanitat.



Fragment de Valence, Antoine Van Vyngaerde, 1563



Mapa de l'horta i contribució particular de la ciutat de València, 1595



## 6. LA BIODIVERSITAT EN L'HORTA

Són nombroses les definicions que existeixen de la biodiversitat, però sempre fan referència, almenys, a dos elements o característiques: el nombre d'espècies que existeixen en un determinat territori i l'abundància de cadascuna d'aquestes espècies. La definició més acceptada es va establir l'any 1992 en el Conveni sobre Diversitat Biològica que defineix la biodiversitat com la variabilitat d'organismes vius de qualsevol font i els complexos ecològics dels quals formen part, compronent la diversitat dins de cada espècie, entre les espècies i entre els ecosistemes.

Una de les principals causes de la desaparició de les espècies i de la pèrdua de la biodiversitat que tenen lloc en l'actualitat, és la destrucció, l'alteració i la fragmentació dels hàbitats com a resultat dels efectes de les activitats humanes.

Enfront de l'Agricultura convencional basada en el monocultiu, la utilització de grans quantitats d'aigua, fertilitzants i plaguicides, que amb el pas del temps ha desenvolupat una sèrie de problemes com a contaminació de sòls i aigua, erosió del sòl i pèrdua de biodiversitat, tenim l'agricultura ecològica que pretén conservar la fertilitat del sòl, afavoreix els recursos renovables i manté la biodiversitat, tenint més en compte les varietats locals.

La biodiversitat és una peça clau en la sostenibilitat dels sistemes agraris, quanta més diversitat, més capacitat per a fer front a possibles perturbacions i adaptar-se als canvis ambientals, com el canvi climàtic.

L'agricultura valenciana és una de les més riques del món en diversitat de cultius, malgrat el canvi de model agrari produït a mitjan segle XX, amb el monocultiu la generalització en la utilització d'herbicides i plaguicides, encara hui l'horta valenciana conserva molta diversitat, però aquesta biodiversitat actualment està en perill, les males pràctiques agrícoles posen en risc aqueixa biodiversitat, una de les maneres de fomentar la biodiversitat és plantar cultius diferents en la mateixa parcel·la (associació de



cultius), una altra manera de fomentar aqueixa biodiversitat és potenciar els cultius de varietats locals, que estan més adaptades a les plagues i a les condicions climàtiques de la regió de les quals són originàries.

De la necessitat de conservar aqueixa diversitat agrícola en l'horta valenciana naix el Pla de diversitat agrària valenciana l'objectiu de la qual és la recuperació de les nostres varietats tradicionals, la conservació en el camp, l'ús normal, la seua millora i la divulgació entre la ciutadania, un dels elements del Pla és l'elaboració del catàleg valencià de varietats tradicionals d'interés agrari, aquest està format per una selecció de cultivars antigues descrites des del punt de vista morfològic, agronòmic i cultural.

A més l'horta atresora també una àmplia i variada biodiversitat silvestre, adaptada a la condicions antròpiques d'aquestes zones de cultiu. Es troba una gran quantitat d'espècies de plantes associades als diversos espais agraris, i fins i tot adaptades a cultius molt concrets, parlem així, en general, d'espècies nitròfiles, però de manera més concreta d'espècies ruderals o arvenses, encara que moltes vegades es parla d'ella com a males herbes. També existeixen una gran quantitat d'espècies animals presents en les zones hortícoles, especialment invertebrats i un gran nombre d'espècies d'ocells, generalment de xicoteta grandària, i en menor mesura altres grups de vertebrats.



## 7. EL MATERIAL DIDÀCTIC

Per a desenvolupar l'activitat és necessari descarregar els materials que s'ofereixen (pòster i fitxes d'espècies) i imprimir-los segons les especificacions tècniques. També és necessari que cada alumne/a dispose de tisores i cola de barra per a poder completar l'activitat.

El material de treball consta de:

- Un pòster descarregable i imprimible en 1 fulla grandària A-3, que representa un paisatge representatiu de les zones d'horta valencianes.
- Dues fitxes d'espècies de fauna en fulles a grandària A-4. Una fitxa amb imatges retallables d'espècies de fauna invertebrada (13 espècies) i una altra fitxa amb espècies de vertebrats (14 espècies), típiques de les zones d'horta valencianes.
- Dues fitxes d'espècies de flora en fulles a grandària A-4. Una fitxa amb imatges retallables d'espècies de flora cultivada (17 espècies) i una altra fitxa amb espècies de flora silvestre (15 espècies), típiques de les zones d'horta valencianes.
- Dossier informatiu - Guia del docent. Recull informació bàsica sobre l'horta i de l'activitat a realitzar, per a informar el professor/al fet que la vaja a desenvolupar.

S'inclouen, per tant, quatre fitxes de treball: dos amb els dibuixos de les siluetes de 27 espècies de fauna típiques de les zones d'horta valencianes; i altres dos, amb les siluetes de 32 espècies de flora també típiques de les zones d'horta valencianes. Aquestes siluetes d'espècies de fauna i flora han de ser retallades i pegades en el pòster adjunt (es pot utilitzar un pòster per a pegar les siluetes retallades de les espècies de fauna, i un altre pòster per a les espècies de flora, o pegar els dos tipus de siluetes en un únic pòster), que representa una zona humida amb diversos ambients. Cada espècie ha de situar-se en l'ambient, d'aquells que apareixen dibuixats, que més s'aproxime a la ubicació real que té cadascuna de les espècies seleccionades.

## 8. OBJECTIUS GENERALS

- Mostrar el valor ambiental, social, paisatgístic i econòmic de les zones d'horta.
- Donar a conèixer el concepte de biodiversitat i el seu valor.
- Fomentar el respecte cap als entorns naturals i socials, especialment les zones agrícoles en general i les d'horta en concret.
- Conscienciar sobre la importància que tenen la biodiversitat i la naturalesa associades a les zones hortícoles respecte a la qualitat de vida humana.
- Incrementar la valoració de la ciutadania cap a les zones agrícoles i d'horta.
- Incrementar la valoración de la ciudadanía hacia las zonas agrícolas y de huerta.

## 9. OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Mostrar la biodiversitat associada a les zones d'horta.
- Mostrar el valor i els serveis ecosistèmics que presten les zones hortícoles.
- Generar coneixement i estima per les zones d'horta.
- Fomentar actituds i comportaments respectuosos en els alumnes/as cap a les zones agrícoles en general i les d'horta en concret.
- Disposar de recursos didàctics senzills i adaptats a diversos nivells educatius sobre la biodiversitat i l'agricultura.

## 10. NIVELL

Aquest material està destinat per a usar-se amb alumnes de primària.

## 11. DURACIÓ

L'activitat es pot desenvolupar de manera completa durant una hora, encara que pot ser prolongada o acurtada en funció de les necessitats i disponibilitat del docent.

## 12. DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

Bàsicament, l'activitat es realitza amb un pòster en el qual hi ha dibuixat un entorn que representa una zona d'horta valenciana en el qual es poden distingir diversos ambients i elements típics d'aquest entorn.

Aquest pòster o mural ha de ser imprès en una fulla A-3, cada alumne/a disposarà d'un d'aquests pòsters per a treballar amb ell. Es pot treballar amb dos pòsters per alumne, un per a la fauna i un altre per a la flora.

Cada alumne o alumna disposarà també de quatre fitxes: en dos apareixen dibuixades les siluetes de les espècies de fauna típiques de l'horta valenciana, i en altres dues apareixen les espècies de flora. Aquestes siluetes s'hauran de retallar i adherir al pòster amb una mica de cola. Aquestes fitxes s'imprimeixen en paper A-4. Cada espècie haurà de ser situada en l'espai corresponent al seu hàbitat habitual dins de l'entorn representat en el pòster. En aquesta fitxa es disposa d'un variat grup d'espècies representades per a tractar de fer evident la diversitat biològica que acullen les zones d'horta. També es pretén mostrar la varietat

Una vegada finalitzada l'activitat, el pòster dona idea de la diversitat que acullen els espais d'horta.

També s'inclou una senzilla proposta de preguntes i activitats (veure punts 13 i 14) per a ser realitzades pels alumnes i alumnes, amb activitats i qüestions senzilles que es poden completar després d'haver fet l'activitat del pòster.

## 13. ALTRES PREGUNTES I ACTIVITATS ASSOCIADES A L'ACTIVITAT PRINCIPAL

### Per a alumnes i alumnes de 1r, 2n i 3r de primària:

Quines espècies coneixes que es cultiven en l'horta?

Quina és la que més t'agrada?

Pots buscar informació sobre aqueixa espècie i fer una xicoteta redacció sobre ella: com es cultiva, les seues característiques... També pots fer un dibuix d'ella i que acompanye a la redacció.

### Per a alumnes i alumnes de 4t, 5é i 6é de primària:

Tria una de les espècies de fauna que apareixen en el pòster que heu confeccionat en la classe. Busca informació sobre ella i fes una redacció, incloent-hi imatges d'aquesta espècie que pots dibuixar el teu mateix.

Creus que aquesta espècie que has triat és beneficiosa per a nosaltres? Per què?

Podeu fer grups de treball d'uns 5-6 companys i companyes i dissenyar i dibuixar un xicotet còmic que explique la importància de les zones d'horta.

## 14. ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES

Com a activitats complementàries que es podrien realitzar per a completar l'activitat principal se suggereixen algunes com:

- Realitzar una excursió o visita a una zona hortícola pròxima al centre educatiu.
- Preparar un treball per grups en el qual confeccionen una maqueta d'una zona d'horta.
- Construir i gestionar un hort escolar.
- Realitzar un taller de cultiu i gestió de l'horta amb un llaurador local o comarcal.

## 15. MATERIAL COMPLEMENTARI

Per a completar l'activitat es pot visualitzar algun dels següents audiovisuals en funció del nivell educatiu:

### **1r, 2n i 3r primària**

[Pocoyó en l'horta. \(7.08 min.\)](#)

### **4t, 5é i 6é primària**

[Renaixem. Documental Documental per a posar en valor l'horta de València \(12.19 min. Subtitulada en anglés\)](#)

### **4t, 5é i 6é primària**

[L'horta tradicional valenciana. \(3.01 min.\)](#)

També es poden consultar els següents materials didàctics sobre l'horta i la seua biodiversitat, en els quals a més es poden trobar altres activitats complementàries i de suport sobre l'horta:

[L'hort històric del CEACV.](#)

[Manual Horts de Biodiversitat](#)

## 16. ESPECIFICACIONES SOBRE LAS ESPECIES

Espècies de fauna i flora de les zones d'horta valencianes incloses en les fitxes retallables per als alumnes i les alumnes

### Fitxa de fauna (vertebrats):

1. Granota comuna
2. Serp verda
3. Ratolí
4. Conill
5. Sargantana
6. Xoriguer
7. Cadenera
8. Eriçó comú
9. Totestiu
10. Teuladí comú
11. Verderol
12. Cuereta blanca
13. Ratpenat
14. Dragonet

### Fitxa de fauna (invertebrats):

1. Crisopa
2. Libèl·lula
3. Marieta
4. Pugó
5. Xinxà verda
6. Papallona
7. Abella
8. Xinxà
9. Mosca de la fruita
10. Escarabat de la creïlla
11. Aranya
12. Caragol
13. Llombrigol

### Fitxa de flora (silvestre):

1. Rosella
2. Ravenissa blanca
3. Agret
4. Ortiga
5. Sarronet de pastor
6. Llicsó
7. Corretjola
8. Verdolaga
9. Avena silvestre
10. Gram
11. Tinya negra

12. Llevamans
13. Llepassa
14. Fletxes
15. Te de muntaya

**Ficha de flora (cultivada):**

1. Faves
2. Ceba
3. Card
4. Carlota
5. Rave
6. Encisam
7. Espinacs
8. Meló d'Alger
9. Cogombre
10. Creïlla
11. Pimentó
12. Gira-sol
13. Cacauet
14. Carabasseta
15. Tomaca
16. Coliflor
17. Carxofa

Cadascuna d'aquestes espècies de fauna o flora es localitza en un o uns determinats ambients als quals estan adaptades en funció de les característiques antròpiques, edàfiques, hidrològiques o climàtiques que presenten aqueixos ambients.



## 17. FITXES DE LES ESPÈCIES

En el pòster en el qual s'han de pegar les diverses imatges d'espècies de fauna i flora, hi ha representats diferents ambients típics de zones d'horta.

La realització de l'activitat pot tindre diverses "solucions", ja que existeixen en el pòster molts punts en els quals seria factible situar els retallables de les diferents espècies representades. Ací proposem una de les moltes possibles solucions que es podrien desenvolupar:

FITXES  
FAUNA



## GRANOTA COMUNA

### Nom científic

*Pelophylax perezi*

### Característiques

Anur d'aspecte gràcil les femelles del qual poden superar els 100 mm., si bé l'habitual són exemplars de menor talla. Coloració dorsal habitualment verdosa, encara que variable. És freqüent una línia dorsal clara. Els mascles presenten sacs vocals de color gris en les commissures de la boca. Durant el zel presenten callositats nupcials fosques patents sobre la cara interna del primer dit. Larva gran (normalment 60-70 mm., encara que pot ser major). Els mascles canten de dia i de nit, tant dins com fora de l'aigua.

### Hàbitat

A causa dels seus hàbits aquàtics, apareix sempre lligada a l'existència de masses d'aigua de molt diversa tipologia i amb independència de l'ús de l'entorn en què se situa; no obstant això, si bé pot aparèixer en gorgs de barrancs, prefereix enclavaments sense corrent. Així, pot resultar fins i tot abundant en tolles, estanys, llacunes, marjals, basses, abeuradors.

### Alimentació

Els adults s'alimenten principalment d'insectes, cucs i mol·luscos.

### Problemàtica associada

Si bé no es considera una espècie amenaçada, la intensificació de l'agricultura i els tractaments fitosanitaris massius han provocat la regressió i desaparició local de poblacions de granota comuna al llarg de la seua àrea de distribució.

### Dades d'interés

Autòctona. Catàleg Valencià d'Espècies de Fauna Amenacades. Annex II. Protegides. Conveni de Berna. Annex III. Directiva d'Hàbitats. Annex V.



## SERP VERDA

### Nom científic

*Malpolon monspessulanus*

### Característiques

Colobra gran, la major de les presents en la península Ibèrica, superant els 200 cm de longitud. Cap estret, amb escates supraoculars prominents, la qual cosa li dota d'un característic aspecte amenaçador. Escates dorsals grans amb un solc longitudinal central. Adults de color dorsal uniforme de verda oliva a marró o grisenc, amb una àrea anterior fosca, més conspícua amb l'edat. Els juvenils presenten el dors verd o marró sobre el qual destaca un complex disseny de taques clares i fosques.

### Hàbitat

Espècie ubicuista en l'àmbit mediterrani que pot aparèixer des de les dunes costaneres fins a l'alta muntanya. Hàbitat tant zones de matolls i timonedes com a boscos mixtos, pinedes i riberes, sempre que dispose de refugis. Sembla seleccionar positivament àrees cultivades i rurals (per l'abundància de preses), on es refugia en tanques, formes i murs.

### Alimentació

Són caçadors que s'alimenten principalment de rèptils, colobres, ocells i ous i xicotets mamífers. Els juvenils capturen insectes i xicotets rèptils. Al seu torn, són presa de diversos rapinyaires i mamífers.

### Problemàtica associada

Ocupació, transformació i pèrdua d'hàbitats naturals, intensificació de cultius i reducció de recursos tròfics (espècies presa), atacs directes, atropellaments.

### Dades d'interés

Autòcton. Catàleg Valencià d'Espècies de Fauna Amenaçades. Annex II. Protegides. Conveni de Berna. Annex III.



## RATOLÍ DE CAMP

### Nom científic

*Apodemus sylvaticus*

### Característiques

Mamífer de talla mitjana entre els rosegadors de la família dels múrids. Les llargues potes posteriors li permeten desplaçar-se a xicotets salts. És generalista i d'hàbits nocturns, amb gran capacitat d'adaptació a diferents condicions ambientals. Exerceix un paper important en la dinàmica i en la regeneració d'ecosistemes forestals, contribuint amb la seua alimentació a la dispersió de llavors.

### Hàbitat

Abundant en multitud d'hàbitats. Pot viure des del nivell de la mar fins als 1500 metres d'altitud en masses boscoses, murs de pedres de pinedes i carrascars litorals, cultius abandonats, i zones en regeneració post-incendie. Fa els caus habitualment entre els murs de pedra de zones abanclades, però també poden estar excavades sota el sòl o a partir d'orificis en arbres i entre les roques.

### Alimentació

Alimentació omnívora, canviant estacionalment en funció de la disponibilitat d'aliment. Es basa en llavors i fruits, i durant la primavera i l'estiu inclou en la seua dieta xicotets invertebrats (insectes, aràcnids, cucs, caragols) o xicotets vertebrats.

### Problemàtica associada

L'afecta especialment l'alteració del mitjà forestal per silvicultura arran de terra i sobre pasturatge, així com les alteracions produïdes pels incendis forestals i l'extracció de fusta utilitzant mitjans mecànics que impacten sobre l'hàbitat natural.

### Dades d'interés

Autòcton.



## CONILL

### Nombre científic

*Oryctolagus cuniculus*

### Característiques

Mamífer de xicoteta grandària que es caracteritza pel seu pelatge marró-grisenc i una cua curta la part interna de la qual és de color blanc, potents extremitats posteriors adaptades per a la carrera, i grans orelles (encara que menors que les de les llebres). L'espècie està exempta de dimorfisme sexual, i les cries, adults i juvenils són iguals excepte en la grandària.

### Hàbitat

El tipus d'hàbitat ideal del conill és un mosaic d'unitats ecològiques: espais oberts amb pasturatge, superfícies de matoll, etc., on les zones de refugi s'entremesclen amb unes altres on l'aliment herbaci és més abundant.

### Alimentació

Els conills consumeixen un ampli espectre de plantes, encara que prefereixen menjar herbàcies. El conill prefereix plantes molt nutritives, com les lleguminoses, riques en nitrogen. No obstant això, els conills tenen una gran plasticitat a l'hora de seleccionar l'aliment, adaptant-se al disponible d'acord amb l'hàbitat i l'estació de l'any.

### Problemes associats

Des dels anys 50 del segle XX la tendència poblacional del conill en la Península Ibèrica és de declivi, principalment a causa de dues malalties víriques: la mixomatosi i la malaltia vírica hemorràgica del conill. La recuperació de les poblacions de conill després d'aquestes malalties està sent molt desigual. Algunes per sort estan millorant, sobretot en aquelles on el tipus d'hàbitat i el maneig són els adequats.

### Dades d'interés

Categoria IUCN: En Perill (2019). En algunes zones pot convertir-se una plaga.



## SARGANTANA IBÈRICA

### Nom científic

Podarcis hispanica

### Característiques

Sargantana generalment xicoteta i esvelta, de cap relativament aplanat. Els mascles aconsegueixen major talla. Color i disseny dorsal variable, des de marró o ocre verdós fins a verd brillant. Sobre aquest fons poden aparéixer taques negres més o menys contrastades en un reticulat de disposició irregular o formant bandes dorsolaterals. També poden existir xicotetes taques conformant una línia vertebral més o menys discontinua; el disseny dorsal tacat és més freqüent en mascles, mentre que en femelles sol aparéixer un bandatge longitudinal en el qual alternen franges clares i fosques. Els juvenils presenten color i disseny similar, si bé amb freqüència la cua és de color verd o blau.

### Hàbitat

Pot aparéixer en una amplíssima varietat de biòtops, des de ruïnes i troncs sobre dunes costaneres com a la Devesa d'El Saler, on

conviu amb uns altres lacèrtids, fins a relleus muntanyencs de l'interior. No obstant això, prefereix terrenys amb poca vegetació, substrats rocosos i pedregosos i abunda en àrees humanitzades, on li afavoreix la presència de ruïnes, formes i murs.

### Alimentació

Dieta bàsicament insectívora.

### Problemàtica associada

Transformacions agràries, incendis forestals, agroquímics.

### Dades d'interés

Autòctona. Conveni de Berna. Annex III.



## XORIGUER VULGAR

### Nom científic

*Falco tinnunculus*

### Característiques

Longitud 34 cm, Pes 190- 300 g. Ocell rapaç de xicoteta grandària, d'ales apuntades i cua llarga. El mascle és marró rogenc, amb caputxó gris i amb gris en la cua. Presenta una bigotera fosca en la cara. La femella és de color marró profusament marcat de plomes fosques tant en parts superiors com inferiors. Tots dos sexes tenen les ungles negres. Els ocells immadurs són similars a les femelles.

### Hàbitat

Ocupa una àmplia varietat de hàbitats, tant litorals com d'interior, particularment paisatges antropitzats, fins i tot ambients urbans. Nidifica habitualment en nius vells d'altres ocells grans, sobre arbres o en penya-segats, en cavitats i fins i tot en edificis.

### Alimentació

Les seues captures principals, no obstant això (i en funció de les latituds i de l'època de l'any), són els micromamífers (ratolins de camp i talps), els grans insectes (en particular grills, saltamartins, llagostes i cigales) i diversos rèptils, així com ocells xicotets i mitjanes.

### Problemàtica associada

A l'ésser una espècie pròxima a mitjans antropitzats, les principals amenaces provenen de l'alteració dels seus hàbitats d'alimentació i les molèsties i destrucció dels seus llocs de nidificació. Molt afectada per electrocució.

### Dades d'interés

Autòcton. Conveni de Berna. Annex II. Conveni de Bonn. Annex II Llistat d'Espècies Silvestres en Règim de Protecció Especial. LESPRES.





## CADERNERA

### Nom científic

*Carduelis carduelis*

### Característiques

Les caderneres es distingeixen amb facilitat pel joc de vistosos colors del seu plomatge. Al cap mostren una característica careta roja, al costat de sengles taques blanca i negra. Posseeixen un bec de base ampla, llarg i acabat en una fina punta. La seua cua és negra, amb el rascador i l'extrem distal blanc; a més, les plomes més externes de la cua poden tindre àmplies taques blanques. En vol es reconeixen bé per la presència de dues àmplies bandes alars de color groc daurat.

### Hàbitat

Gran varietat d'hàbitats, amb una certa cobertura arbòria i clima siga suau. No sol instal·lar-se a més de 1.800 metres. Abunda en cultius arboris d'oliveres, cítrics, etc.; resulta freqüent en deveses i altres boscos oberts, hortes fluvials o cultius herbacis de regadiu, prats i pineda és natural. A l'hivern prospecta campanyes i altres paratges oberts.

### Alimentació

Ocell granívor, especialista a extraure llavors dels cards i altres plantes compostes. També consumeix gemmes florals i llavors de crucíferes. Es posa directament en les plantes i selecciona les llavors que encara no han madurat.

### Problemàtica associada

No presenta problemes de conservació perquè no té requeriments d'hàbitats molt específics. No obstant això, la seua vistosa coloració i variat cant constitueixen la seua perdició. És l'ocell més perseguit i trampejada, amb milers d'exemplars morts o engabiats cada any. A més pateix l'ús abusiu de plaguicides i herbicides en els olivars i altres cultius.

### Dades d'interés

Autòcton. Conveni de Berna. Annex II.



## ERIÇÓ EUROPEU

### Nom científic

*Erinaceus europaeus*

### Característiques

L'eriçó comú o europeu és un dels mamífers insectívors de major grandària, arribant a aconseguir els exemplars adults pesos de fins a 1.500 grams. La presència de pues defensives en el dors i la seua capacitat per a enroskar-se formant una bola permet identificar-los amb facilitat. Els seus hàbits ecològics són encara bastant desconeguts, si bé sembla que es tracta d'animals solitaris, molt territorials, que només s'ajunten per a aparellar-se i d'hàbits crepusculars i nocturn.

### Hàbitat

Apareix generalment lligat a espais forestals, zones rurals i de transició, sent freqüent trobar-ho en bancals de cultiu o abandonats, prop de fites i camins. Apareix també en àrees periurbanes.

### Alimentació

La seua alimentació està basada en el consum d'invertebrats (caragols, escarabats, cucs...), carronya i fruits, sense menysprear els xicotets vertebrats que es posen al seu abast, com per exemple les cries de ratolins.

### Problemàtica associada

Els atropellaments, fonamentalment d'animals joves i mascles en zel, encapçalen la llista d'amenaçes a l'eriçó europeu. Aquesta espècie també es veu afectada per les creixents transformacions agrícoles i altres canvis d'usos del sòl, que donen lloc a la fragmentació de l'hàbitat disponible. La intensificació de l'agricultura i l'ús incontrolat de pesticides estarien entre les amenaces més directes, per implicar una reducció en la disponibilitat de les seues preses.

### Dades d'interés

Autòcton. Catàleg Valencià d'Espècies de Fauna Amenaçades. Annex II. Protegides. Conveni de Berna. Annex III. Convenio de Berna. Anexo III.



## TOTESTIU

### Nom científic

*Parus major*

### Característiques

Longitud 14 cm, Pes 16-21 g. Ocell insectívor amb el dors verd blavós i les parts inferiors de color groc. Té un caputxó negre amb grans pegats blancs en cada galta. El negre de la gola s'estén per una banda central del pit aconseguint la zona ventral en els mascles i desapareixent en la part baixa del pit en les femelles.

### Hàbitat

Ocupa terrenys molt variats, preferint formacions forestals denses i madures, encara que també ocupa zones més obertes, així com altres ambients antropitzats, tant agrícoles com urbans, sent un ocell relativament comú en parcs. Nidifica en cavitats d'arbres o murs.

### Alimentació

La seua dieta és insectívora. S'alimenta de coleòpters i himenòpters, i a la primavera consumeix larves de lepidòpters. A més, a la tardor incorpora fruits d'esbarzers, saücs, etc.

### Problemàtica associada

Mostra bastant plasticitat a la transformació de l'entorn i ocupa ambients altament humanitzats. La seua proximitat a l'home li fa sensible al contacte amb pesticides emprats en l'agricultura o en el tractament de plagues urbanes. Fora de l'entorn urbà, depenen de la presència d'arbres madurs amb cavitats en els quals nidificar.

### Dades d'interés

Autòctona. Conveni de Berna. Annex II. Llistat d'Espècies Silvestres en Règim de Protecció Especial. LESPRES.



## TEULADÍ COMÚ

### Nom científic

*Passer domesticus*

### Característiques

Longitud 14,5 cm, Pes 22- 23 g. Ocell d'aspecte molt conegut. El seu bec és cònic, amb la base ampla. El seu dors és marró amb llistes negres amples i les parts inferiors són blanc grisenc. Els mascles adults tenen la coroneta grisenc i una taca negra estesa des de la base del bec fins a la part superior del pit. Les femelles i els juvenils manquen d'aquestes marques i presenten una llista ocular ampla pàl·lida, estesa per darrere de l'ull.

### Hàbitat

Espècie molt vinculada a ambients antropitzats molt variats, tant agrícoles com urbans. Ocell típic de grans ciutats. Nidifica en cavitats d'edificis, encara que també en nius voltats d'herbes. Fora del període reproductor sol formar dormidors comunals en arbredes de ciutats.

### Alimentació

La seua alimentació bàsica consisteix en llavors, tant silvestres com cultivades, encara que pel seu caràcter de comensal aprofita els desaprofitaments produïts per l'ésser humà, i en algunes zones s'alimenta quasi exclusivament d'ells. En zones rurals acostuma a robar el pinso dels animals de granja, per la qual cosa no és molt benvolgut. En la temporada càlida s'alimenta d'insectes, principalment llagostes i saltamartins, en la captura dels quals està especialitzat, i enceba als seus pollastres quasi exclusivament amb ells.

### Problemàtica associada

No presenta amenaces específiques.

### Dades d'interés

Autòctona. Catàleg Valencià d'Espècies de Fauna Amenaçades. Annex III. Tutelades.



## VERDEROL COMÚ

### Nom científic

*Carduelis chloris*

### Característiques

De cap gran, bec ample i fort. Destaca la seua coloració, verda maragda, amb cridaneres taques grogues en el muscle, en les plomes remeres de les ales i en la cua. Les femelles presenten colors més discrets que els mascles.

### Hàbitat

Ocupa un divers espectre d'ambients i un rang altitudinal molt ampli. Es desembolica molt bé en les plantacions d'arbres fruiters. També prospera en horts, parcs i jardins, i en qualsevol mitjà que tinga arbres dispersos. A l'hivern es concentra sobretot en formacions arbòries de climes càlids: olivars, camps de taronger, ullastrars, alzinars, pinedes de pi pinyer, etc.

### Alimentació

Ingereix un amplíssim nombre de llavors, que recull en el sòl o directament en les plantes. Consumeix tant les diminutes llavors del

crucíferes com els pinyons del pi pinyer. També pica la polpa de fruits carnosos, i a la primavera completa la dieta dels seus pollastres amb insectes.

### Problemàtica associada

Per la seua abundància i capacitat per a acoblar-se a paisatges humanitzats, tant urbans com agraris, no sembla una espècie amenaçada. No obstant això, està patint notablement l'ús abusiu de plaguicides i herbicides en els olivars i altres cultius. Així mateix, com altres fringíl·lids, pateix la xacra del parany il·legal o consentit, de manera que cada any moren o són engabiats milers d'exemplars.

### Dades d'interés

Autòctona. Conveni de Berna. Annex II



## PIULA, PIULETA BLANCA

### Nom científic

*Motacilla alba*

### Característiques

Longitud 18 cm, Pes 19-27 g. Ocell terrestre de potes llargues i cua llarga. Té les parts superiors de color gris i les inferiors de color blanc, amb una presència variable de negre en el clatell, cap, gola i pit. Té la cara i el front blanques, la qual cosa li confereix un aspecte característic.

### Hàbitat

Ocupa ambients molt variats, generalment oberts i amb aigua en les proximitats. Freqüent en hortes fluvials, prats, entorns agrícoles i ramaders, i fins i tot caserius i xicotets nuclis de població. També pot nidificar en grans parcs de ciutats. Nidifica en buits de murs, roques, o entre la vegetació baixa, en una tassa d'herbes. A l'hivern pot resultar més comú en entorns antropitzats on no nidifica, arribant a formar grans dormidors comunals en arbres de ciutats.

### Alimentació

La dieta consta d'una gran varietat d'insectes terrestres i aquàtics, encara que destaca el consum de larves i adults de mosques i mosquits. La tècnica més emprada per a capturar-los consisteix en la cerca i el picotege en el sòl i en aigües succintes, amb ocasionals persecucions caminant i en vol. S'alimenta en solitari o en xicotets grups.

### Problemàtica associada

Sembla bastant adaptada a la transformació dels ambients que ocupa, no obstant això, la seua utilització de mitjans antropitzats li fa susceptible de veure's afectada per pesticides o per la contaminació.

### Dades d'interés

Autòctona. Conveni de Berna. Annex II. Llistat d'Espècies Silvestres en Règim de Protecció Especial. LESPRES.



## RATPENAT

### Nom científic

*Pipistrellus pipistrellus*

### Característiques

El gènere *Pipistrellus* posseeix una morfologia característica, amb aspecte del cos i cap ben distingibles d'altres gèneres. A més dels sons de ecolocalització que permet diferenciar les diferents espècies indiquem algunes diferències morfològiques. El pèl dorsal és uniforme i no negrós en la base i més clar en les puntes com en el ratpenat de vora clara.

### Hàbitat

Ocupa un ampli espectre d'hàbitats fins i tot els més modificats per l'home com a àrees rurals o zones urbanitzades. De costums fissurícoles sol ocupar refugis en clivelles i buits en edificacions, sent molt diversa la tipologia d'aquests. S'han descrit colònies també en penya-segats rocosos i en buits d'arbres.

### Alimentació

S'alimenta principalment d'animals invertebrats com ara mosquits, arnes i altres varietats d'insectes.

### Problemàtica associada

A Europa va patir una gran regressió en els anys 80, suposadament per l'ús d'organoclorats com a fitosanitaris. Hui dia és una de les espècies (junt al ratpenat de Cabrera) més comuns en la major part d'Europa.

### Dades d'interés

Autòctona. Conveni de Berna. Annex III. Directiva d'Hàbitats. Annex IV. Llistat d'Espècies Silvestres en Règim de Protecció Especial. LESPRES.





## DRAGONET

### Nom científic

*Tarentola mauritanica*

### Característiques

Gekko robust que pot aconseguir els 19 cm de longitud. Cap voluminós i ben diferenciada del tronc. Dits dilatats en el seu extrem amb laminetes subdigitals senceres i només els tres dits centrals posseeixen una uncles ben diferenciades. Les seues laminetes subdigitals li permeten grimpar fàcilment per parets i troncs. Per això és una espècie adaptada a àrees urbanes on caça insectes nocturns entorn dels punts de llum.

### Hàbitat

El seu caràcter antròpic i notable plasticitat li han permés colonitzar amb èxit entorns urbans i rurals, tant en grans urbs com en infraestructures de naturalesa agropecuària, per la qual cosa se li observa tant en edificacions, murs i parets de pous i aljubs, com en pedreres, troncs i piles de llenya. Rarament supera altituds superiors a 800 m, sent més freqüent a cotes inferiors. Alimentació: S'alimenta d'insectes que caça a l'aguait, principalment en hores crepusculars entorn d'una font de llum. Caça tant en murs i parets com en el sòl. Consumeix una àmplia gamma d'artròpodes, principalment papallones nocturnes, aranyes i escarabats.

### Problemàtica associada

No es considera una espècie amenaçada.

### Dades d'interés

Autòctona. Conveni de Berna. Annex III. Llistat d'Espècies Silvestres en Règim de Protecció Especial. LESPRES.



# FITXES FAUNA INVERTEBRATS



## CRISOPA

### Nom científic

*Chrysoperla carnea*

### Característiques

La crisopa és un insecte de cos allargat entre 12 i 20 mm, fàcilment recognoscible per les seues ales nerviades i transparents, i el seu color metal·litzat, que varia segons l'espècie, però són més comunes entre el verd i el marró. Compleix una important funció de control biològic en l'hort, ja que en estat larvari són feroços depredadores d'altres insectes que es consideren plaga, com el pugó o el cotonet. Per això, el seu ús és molt preuat en agricultura per a evitar l'ús d'insecticides o pesticides.

### Hàbitat

És una espècie generalista, i habita en zones verdes, agrícoles o zones d'abundant vegetació. Les femelles posen centenars d'ous, normalment en els brots més joves de les plantes, i prop de potencials preses, sobretot àfids (pugons) de les quals s'alimentaran les larves. Durant l'hivern, els adults s'enterren entre la fullaraca, i a la primavera emergeixen per a l'aparellament.

### Alimentació

Les larves són grans depredadores de pugons, cotonet, aranyes roges, ous de papallones, mosques blanques o minadores, entre altres insectes. Però en absència d'aliment, poden arribar a depredar altres larves de la seua mateixa espècie. A causa de la seua alimentació voraç, també se'n diu lleó de àfids (pugons). Quan aconsegueixen l'estat adult, passen a alimentar-se de nèctar, pol·len o melassa fabricada pels mateixos pugons que abans depredaven.

### Problemàtica associada

Pot ajudar al control biològic de les plagues de pugons i altres insectes com la mosca blanca (Aleyrodidae) i els trips.

### Dades d'interés

Espècie cosmopolita. No està amenaçada.



## LIBÈL·LULA

### Nom científic

*Anax imperator*

### Característiques

És probablement l'espècie més popular de odonat de la nostra geografia. Es tracta d'un dels odonats (libèl·lules) més grans d'Europa juntament amb *A. cyanaea*. Els mascles ibèrics poden arribar a 80 mm de longitud i sobrepassar 110 mm d'envergadura. Les femelles són una mica menys en longitud, però similars en envergadura. El pterotòrax és verd clar en tots dos sexes, i l'abdomen és fonamentalment blau, intens en mascles i verdós en femelles. La membrània alar és bicolor (blanca en la base i grisa distalment).

### Hàbitat

Prefereix les grans superfícies lliures de vegetació, però no sembla una espècie exigent i pot aparèixer fins i tot en aigües no permanents.

### Alimentació

En fase de nimfa s'alimenta de larves de mosquits i altres macroinvertebrats aquàtics.

Com a adults són grans devoradors d'insectes voladors.

### Problemàtica associada

No s'ha detectat cap amenaça concreta per a les seues poblacions.

### Dades d'interés

Autòctona. Catàleg Valencià d'Espècies de Fauna Amenaçades. Annex I. Vulnerable. Conveni de Berna. Annex II. Directiva d'Hàbitats. Annex II. Llistat d'Espècies Silvestres en Règim de Protecció Especial. LESPRES.



## MARIETA DE SET PUNTS

### Nom científic

*Coccinella septempunctata*

### Característiques

És una espècie de coleòpter de la família Coccinellidae. És la marieta més comuna a Europa. Els seus èlitres són de color roig amb tres punts negres en cadascun, i un més sobre el lloc on tots dos s'ajunten, la qual cosa fa un total de set punts (d'ací el seu nom vulgar, i també el científic, del llatí septem, "set", i punctata, "puntejada").

### Hàbitat

Viu pràcticament en qualsevol lloc on hagen pugons.

### Alimentació

Tant els exemplars adults com les larves són voraçs depredadors de pugons.

### Problemàtica associada

L'ús de plaguicides generalistes per al control de plagues en els cultius fa que moren gran quantitat d'insectes beneficiosos com el cas de la marieta, la qual s'usa per a la combatre als pugons en agricultura ecològica.

### Dades d'interés

Autòctona.



## PUGÓ VERD DE LA BRESQUILLERA

### nom científic

*Myzus persicae*

### Característiques

Són àfids de pocs mil·límetres, de color que varia entre el verd i el negre, cos ovalat, i poden tindre ales o no. Existeixen una gran quantitat d'espècies de pugó associades a una planta o grup de plantes determinades que parasiten. Però és molt ben volgut per altres insectes (formigues, crisopes) amb els quals forma part d'una relació de mutualisme per una substància ensucrada (melassa) que produeix en alimentar-se, pels quals pot dir-se que són pasturats.

### Hàbitat

És comú en horts i camps de cultiu, parcs, jardins, o on trobe plantes de les quals alimentar-se. Freqüent a la primavera.

### Alimentació

Els pugons són xupòpters que s'alimenten de la saba que corre pels gots les plantes, perforant amb el seu aparell bucal els teixits vegetals dels brots més joves. La majoria de pugons són polífags, és a dir, s'alimenten de moltes espècies. En el cas del pugó verd, es pot trobar en quasi tots els arbres fruiters i en moltes altres plantes hortícoles.

### Problemàtica associada

Donat el seu caràcter generalista, és la plaga d'insecte més comú en un hort. La melassa que segrega en alimentar-se afavoreix l'atac del fong que ocasiona el fredollic, una malaltia que minva la capacitat fotosintètica de la planta. Posseeix a més una gran capacitat reproductora, avançant en massa per la planta.

### Dades d'interés

Es troba a tot el món.



## XINXA VERDA O PUDENTA

### Nom científic

*Nezara viridula*

### Característiques

L'adult té forma d'escut amb un color verd opac en general. Els ulls són de color roig fosc o negre. Es poden trobar xicotets punts negres al llarg dels costats de l'abdomen. Les ales cobreixen completament l'abdomen.

### Hàbitat

Espècie cosmopolita. Habita en matolls, vores de camins, zones de cultiu, jardins i hivernacles.

### Alimentació

La xinxa verda s'alimenta xarrupant la saba d'una àmplia varietat d'espècies de flora (polífags). De manera ocasional pot alimentar-se d'altres insectes i d'altres congèneres.

### Problemes associats

Pot ocasionar plagues en hortes i camps de plantes com la soja. S'alimenten de totes les parts de la planta, però prefereixen els brots en creixement i els fruits en desenvolupament.. El mal en la fruita per les burxades són taques dures de color marró o negre. Aquestes burxades afecten les qualitats comestibles de la fruita i redueixen decididament el seu valor de mercat. Així mateix, actuen com a vector de transmissió mecànica dels bacteris de les taques de la tomaca (*Xanthomonas* sp.).

### Dades d'interés

El nom comú d'aquest insecte radica en olor pestilent que desprén si és molestat, se sent amenaçat o és trepitjat. Aquesta olor prové d'unes glàndules que s'obren en la part ventral, al costat de la inserció del tercer parell de potes. Categoria IUCN Preocupació menor.



## PAPALLONA

### Nom científic

*Iphioides podalirius*

### Característiques

És una de les espècies més grans d'Europa, la femella pot aconseguir una envergadura de 75 mm. Les ales són d'un color groc molt clar sobre el qual destaquen bandes negres longitudinals, les ales posteriors disposen, a més d'una cua cridanera, d'un ocell blau emmarcat incompletament de negre i roig.

Les erugues són de color verd amb banda groguenca en el dors, de la qual salen una sèrie de bandes obliqües amb cridaners punts rojos cap als costats.

### Hàbitat

Es distribueix àmpliament per diverses zones d'Euràsia, a Europa es troba sobretot en la zona meridional, sent rars els exemplars a Gran Bretanya i Escandinàvia. Freqüent en zones de cultius i àrees molt antropitzades, cultius de cítrics, parcs i jardins.

### Alimentació

Les erugues s'alimenten de diferents rosàcies arborescents, destacant els gèneres Prunus, Pyrus i Crataegus.

### Problemàtica associada

A Europa Central s'ha convertit en una espècie molt escassa a causa del canvi patit pel paisatge en modificar-se les pràctiques agrícoles que han ocasionat la desaparició d'aranyoners i garbullers, la qual cosa ha portat a alguns governs europeus a prendre mesures per a la seua protecció.

### Dades d'interés

En la seua àrea de distribució es pot confondre amb la Papilio machaon, papallona de la mateixa família. Aquesta Papallona és molt més clara en la Península Ibèrica i Àfrica que els seus congèneres en la resta d'Europa, la qual cosa ha portat a postular que és una espècie diferent.



## ABELLA EUROPEA

### Nom científic

*Apis mellifera*

### Característiques

Es tracta d'un insecte de color marró fosc, d'una grandària aproximada de 1,5 centímetres les obreres, i 2 centímetres la reina i els mascles. El tercer parell de potes presenta en les obreres unes cistelletes per a transportar el pol·len. L'abdomen està visiblement segmentat, i les femelles posseeixen en l'últim anell un agulló verinós, que es queda fixat en la ferida que produeix.

### Hàbitat

Prefereix els ambients que li poden proveir suficient flors, com ara els prats, àrees boscoses obertes, i jardins. A més, pot habitar en pasturatges, deserts, i en aiguamolls si hi ha suficient aigua, aliment i abríc.

### Alimentació

Tant les obreres com l'abella reina s'alimenten de gelea reial durant els primers tres dies de l'estat

larval. Després les obreres canvien per una dieta de pol·len i nèctar o mel diluïda, mentre que aquelles larves triades per a ser abelles regnes continuen rebent gelea reial.

### Problemàtica associada

L'augment de la mortalitat de les abelles és atribuïble a múltiples factors d'estrés, que varien en funció de la zona geogràfica, les característiques locals o les condicions climàtiques; considerant que entre aquests factors figuren el greu impacte de les espècies exòtiques invasores, així com patògens animals, els efectes d'unes certes substàncies actives presents en els productes fitosanitaris i altres biocides, el canvi climàtic, la degradació ambiental i la degeneració dels hàbitats.

### Dades d'interés

Autòctona.





## XINXA

### Nom científic

*Pyrrhocoris apterus*

### Característiques

Insecte cosmopolita que rep el seu nom científic per l'absència d'ales en la majoria dels individus. Presenta una coloració roja i negra vistosa destinada a allunyar als seus depredadors.

### Hàbitat

Es troba en zones temperades i mediterrànies, però no en les altes muntanyes. Espècie associada a cultius jardins, parcs i solars. És una espècie adaptada a ambients alterats per la qual cosa és freqüent trobar-la en nuclis urbans i rurals.

### Alimentació

Insectes amb una dieta variada composta de llavors de plantes com les malves, altres insectes o de cadàvers dels seus propis congèneres. L'àmplia varietat alimentària és una de les principals causes d'expansió de la seua àrea de distribució.

### Problemes associats

Pot convertir-se en una plaga arribant a afectar plates hortícoles. No obstant això, els danys són generalment escassos.

### Dades d'interés

Forma grans grups com a resultat de feromones d'agregació i de contacte. També produeixen feromones com a resposta d'alarma per a dissoldre ràpidament aquestes agregacions. Categoria IUCN Preocupació menor.



## MOSCA DE LA FRUITA

### Nom científic

*Ceratitis capitata*

### Característiques

Com en tots els dípters les seues ales posteriors s'han reduït a halteris (que els utilitzen per a controlar la direcció durant el vol), amb la qual cosa només posseeixen dues ales membranoses i no quatre com la majoria dels insectes. Cos dividit en: cap, tòrax i abdomen. La duració del cicle biològic és molt curt (passant per totes les fases: ou, larva, pupa i adult), en climes suaus pot haver-hi de 6 a 8 generacions anuals. La femella posa els ous en la polpa de la fruita madura, les larves s'alimenten d'aquella polpa on produeixen galeries, ixen de la fruita i es deixen caure a terra on s'enterren i pupen, amb la temperatura adequada ixen els adults de la pupa i torna a iniciar-se el cicle.

### Hàbitat

Viu sobretot en horts i camps d'arbres fruiters, és una espècie originària de la costa occidental

d'Àfrica, des d'allí s'ha traslladat a climes temperats dels dos hemisferis, aquesta dispersió és deguda en gran part al comerç mundial de fruita.

### Alimentació

S'alimenten bàsicament de fruita, són atretes per l'olor i el color, preferint els colors grocs i taronges

### Problemàtica associada

Ocasiona un gran mal a les produccions de fruita, ja que les fruites afectades per les larves cauen a terra abans d'hora o no es poden comercialitzar.

### Dades d'interés

El control biològic d'aquesta espècie consisteix en l'alliberament de mascles estèrils que s'aparien amb les femelles per a produir ous no viables.



## ESCARABAT DE LA CREÏLLA

### Nom científic

*Leptinotarsa decemlineata*

### Característiques

El conegut escarabat de la creïlla, d'uns de 10 x 6 mm, té un cos robust, ovalat, fortament convex i endurit. Es distingeix fàcilment pel seu color marró groguenc sobre el qual destaquen 5 bandes longitudinals negroses en cada èlitre; té a més una dotzena de xicotetes taques negres en la part superior del cap i tòrax, i altres marró fosques o negres en els extrems de les potes.

### Hàbitat

L'escarabat de la creïlla és un insecte natiu del sud de Mèxic, on va viure exclusivament en el Ayohuiztle (*Solanum rostratum*), en poblacions xicotetes. A continuació, amb l'inici del cultiu extensiu de la creïlla (*Solanum tuberosum*), i a causa d'una mutació genètica, es va adaptar a viure en aquesta. Actualment es distribueix per tot el món.

### Alimentació

Aquest escarabat se sol alimentar tant l'adult com la larva de les fulles de la planta de creïlla principalment, però també pot afectar altres plantes del gènere *Solanum* com les tomaques o les albergínies.

### Problemàtica associada

És molt voraç, i pot arribar a eliminar totalment la planta. Les femelles poden arribar a posar fins a 800 ous. Aquesta gran fecunditat l'ajuda a suportar la pressió dels seus enemics naturals, i també li permet generar resistència ràpidament a tòxics i insecticides.

### Dades d'interés

Espècie Exòtica Invasora inclosa en el Catàleg Espanyol d'Espècies Exòtiques Invasores.



## ARANYA DE JARDÍ EUROPEA

### Nom científic

*Araneus diadematus*

### Característiques

Aquesta espècie posseeix una coloració variable que pot oscil·lar entre groc a gris molt fosc, però tots els individus tenen marques clapejades en el dors amb cinc o més punts blancs grans formant una creu. Les potes d'aquesta espècie estan altament especialitzades per a la vida en la teranyina. Un bon exemple d'això és la reducció del tercer parell de potes altament implicat en la construcció de la tela i a embolicar en seda a les preses així com en el desplaçament per la teranyina.

### Hàbitat

Es troba en una àmplia gamma d'hàbitats, com tot mena de boscos, matolls i una altra vegetació, tanques i vorals, horts, edificis (a vegades a l'interior) i jardins, així com bruguerars, pedreres i penya-segats.

### Alimentació

Dieta basada principalment en insectes en etapa adulta i larval.

### Problemes associats

Espècie comuna no es coneix cap amenaça per a aquesta espècie comuna i estesa.

### Dades d'interés

Els individus d'aquesta espècie s'alimenten d'insectes, la qual cosa ajuda a reduir la població d'algunes plagues. La tela d'aranya pot emprarse en un tall o ferida per a detindre el sagnat. Categoria IUCN Preocupació menor.



## CARAGOL COMÚ DE JARDÍ

### Nom científic

*Helix aspera*

### Característiques

És originari d'Europa, però viu en moltes altres zones. El seu cos és de fins a 8 cm de llarg. És d'hàbits crepusculars i nocturns, encara que en llocs humits en penombra i en dies de pluja també és actiu de dia. En època de sequera s'amaga dins de la petxina i es tanca elaborant un "tap" a base de moc sec anomenat epifragma.

### Hàbitat

Zones amb vegetació com a parcs, horts, etc.

### Alimentació

Els caragols són animals herbívors i s'alimenten únicament de vegetals. Els aliments que mengen els caragols van des de les fulles i plantes en descomposició que troben en el seu camí, fins a verdures i fruites.

### Problemàtica associada

En ser herbívors són susceptible als plaguicides d'ús fitosanitari. A més, algunes espècies es recol·lecten per al seu ús gastronòmic.

### Dades d'interés

Aquest caragol és una plaga dels cultius que pot provocar greus pèrdues econòmiques; l'ús excessiu de plaguicides per al seu control té efectes perjudicials sobre el medi ambient i sobre la salut humana, per la contaminació d'aigües i sòls i per la presència de traces en vegetals de consum humà.



## CUC DE TERRA

### Nom científic

*Lombicus terrestris*

### Característiques

Els cucs de terra encara que poden créixer més, solen mesurar entre 9 i 30 centímetres, l'amplària no sobrepassa el centímetre, el cos està segmentat, d'una secció concreta del cos es produeix una inflor (cliteo), és la zona on emmagatzemen els ous abans de la posada.

### Hàbitat

Sol viure en terrenys pantanosos i humits, el cuc de terra és originària d'Europa Occidental, encara que ara la seua distribució és més àmplia, arribant a ser invasora en molts llocs.

### Alimentació

La seua alimentació aquesta basada en la matèria orgànica en descomposició que ingereix mentre va excavant galeries en la terra.

### Problemàtica associada

En ser usada habitualment com a esquer per a la pesca ha fet que colonitze diferents hàbitats alterant l'estructura i les comunitats que habiten en el sòl.

### Dades d'interés

La seua activitat afavoreix la porositat i l'estructura del sòl, així com la retenció d'aire i aigua, i la fertilitat, en triturar la matèria orgànica i posar en circulació els nutrients que conté. No suporta la llum, ix a la superfície de nit, quan l'aire és humit, per a copular o recollir matèria orgànica vegetal, a l'alba si no troben ràpid el sòl on amagar-se mor per deshidratació. Té un depredador, el cuc pla de Nova Zelanda, que està afectant seriosament les poblacions de la façana atlàntica europea.

FITXES ESPÈCIES  
DE FLORA  
SILVESTRES



## ROSELLA

### Nom comú

Rosella

### Nom científic

*Papaver rhoeas* L.

### Família

Papaveràcies

### Característiques

Planta coneguda per les seues vistoses flors de color roig intens. Les flors es divideixen en 4 pètals grans que emergeixen a la primavera, amb una taca en la base negra. Les seues fulles estan molt dividides i dentades. És una planta anual que pot aconseguir entre 20 i 60 cm d'altura.

### Hàbitat

Fàcil de veure en sembrats, en els marges d'herbassars, camps erms, i horts en descans, en sòls més aviat solts i fàcils de treballar.

### Propietats

És una de les plantes més conegudes i utilitzades en el món rural. El consum de roselles com a planta comestible data de més de 2.300 anys, en temps de Teofrast. Els pètals i les càpsules florals s'utilitzen en infusions contra les tos i l'insomni. Durant la tardor i hivern s'agafen les fulles tendres, quan encara no ha eixit la tija floral, diuen que és una de les millors herbes culinàries. S'utilitza per a fer coques, pastissos de verdures, truites, bullides, com a ingredient de l'arròs caldós.





## RAVENISSA BLANCA

### Nom comú

Ravenissa blanca. Rabanísia. Ravanell

### Nom científic

*Diplotaxis erucoïdes* L.

### Família

Crucíferes

### Característiques

Herba mel·lífera, és fàcil observar com les seues flors atrauen a les abelles. Es tracta d'una planta anual o bianual, que pot aconseguir els 50 cm d'altura. Les tiges són rectes; les fulles inferiors es disposen en roseta, són lobulades i peciolades, mentre que les superiors són sèsils i apareixen alternes. Les flors tenen 4 pètals blancs, que poden aconseguir 1,5 cm de diàmetre, amb nervis de color violeta disposats en forma de creu. Els fruits són allargats i contenen dues cavitats on es disposen les llavors.

### Hàbitat

Abundant en camps de cultiu, durant la tardor i hivern, però la podem observar durant tot l'any. En horts acabats de llaurar, solen germinar molt bé les llavors després d'haver plogut, entapissant els horts de blanc a la fi de la tardor. També es pot observar a la riba de camins, riberes, cultius de secà, fruiters, vinyes, cereals i en terrenys erms.

### Propietats

Destaca el seu contingut en ferro, potassi i calci, també trobem vitamines A, B1, B2 i C. Se li atribueixen propietats estimulants, diürètiques i expectorants. Antigament se li donava menjar als conills i concretament els seus fruits "ravenets" també eren aliment de pardalets engabiats (cadernerres, verderols, gafarrons, entre altres) i ho són d'aquests ocells en llibertat.



## AGRET

### Nom comú

Agret. Magret. Agrella. Vinagrella. Pa de cucut. Flor d'avellana. Avellanetes. Aspres. Canari.

### Nom científic

*Oxalis pes-caprae* L.

### Família

Oxalidàcies

### Característiques

És una planta herbàcia perenne. És rèptil de 10 cm d'altura, amb una arrel profunda poc ramificada coberta per nombrosos bulbs menuts. Les fulles peciolades i trifoliades de lòbuls amb forma de cor són de color verd brillant.

No passa desapercebuda de novembre a maig, cobrint l'horta i els camps de tarongers, com una espècie de tapet verd i flors de color groc intens. Forma una comunitat monoespecífica. En horticultura s'està assegurant la renovació i expansió d'aquest tapís vegetal, per protegir el sòl de les gelades, també per a evitar el colp de la caiguda de la fruita.

### Hàbitat

Creix sobre sòls humits i ombrívols, en camps de cultiu, terrenys ruderals o abandonats, al llarg de voltes o camins. En alguns ambients es considera una mala herba, però se sol emprar en jardineria.

### Propietats

Les fulles es consumeixen com a adreç en ensalades i s'utilitza com a planta medicinal (antiescorbútica, antipirètica i tonificant). En la indústria de la tintoreria, les flors de color groc intens són utilitzades per a tenyir llana.

La planta de l'agret protegeix la fruita que creix prop del sòl dels atacs fúngics (fongs). Augmenta la capacitat de retenció d'aigua en el sòl, clau per al manteniment d'aquest. Evita l'aplicació massiva d'herbicides per part de l'agricultor, ella sola inhibeix la germinació de nombroses espècies.



## ORTIGA

### Nom comú

Ortiga

### Nom científic

*Urtica urens* L.

### Família

Urticàcies

### Característiques

És una planta que posa en evidència les seues facultats defensives, a causa del seu borboll urticant, de manera que la recordem per la picor que provoca el seu fregament, aqueix borboll es trenca en contacte amb la pell de manera que allibera un líquid urticant, responsable de la reacció al·lèrgica local.

És una planta anual que pot arribar a aconseguir el metre i mig d'altitud. De tiges rectes i quadrangulars, presenta fulles oposades, grans i peciolades, amb el marge fortament dentat. Les flors són molt xicotetes, i es reuneixen en inflorescències allargades que pengen de les axil·les de les fulles.

### Hàbitat

Se sol trobar en herbassars, situats en llocs alterats, amb un cert grau d'humitat, prop del bestiar, en corrals i hortes.

### Propietats

Conté moltes sals minerals bones per a l'organisme de sodi, nitrats i potassi), manganés, sofre i clor. Són reconegudes les seues propietats digestives. Antigament se li donava menjar a les gallines per a augmentar la producció d'ous i també perquè ajuda a fer la corfa de l'ou més dura, per la seua elevada composició en calci.



## SARRÓ DE PASTOR

### Nom comú

Sarró o Sarronet de pastor

### Nom científic

*Capsella bursa-pastoris* L.

### Família

Brassicàcies

### Característiques

És una herbàcia anual, fanerògama, d'uns 40 cm procedent de l'est d'Europa i Àsia Menor. La seua flor menuda, 4 mm, és blanca amb xicotetes línies vermelloses, s'observa des de finals d'hivern i ja quasi tot l'any, si aquest no és molt sec. Les fulles es disposen en roseta basal. Els seus fruits en forma de cor (silícules) recorden la forma d'una bossa, d'ací segurament el nom vulgar de sarronet o bossa de pastor.

### Hàbitat

En regions temperades i subtropicals. La seua distribució està associada també a l'agricultura.

### Propietats

Entre algunes propietats, la decocció de la planta s'usa per a tractar afeccions digestives com la diarrea; també evita la hipertensió, hemorràgies i la nefritis. Per via tòpica i oral s'aplica per a tractar úlceres.



## LLICSÓ

### Nom comú

Llicsó. Llestó

### Nom científic

*Sonchus tenerrhimus* L.

### Família

Asteràcies o Compostes

### Característiques

Herba bastant gran, pot aconseguir 1.5 m d'altura, De tija roja i buida en el seu interior. Les fulles són lobulades, amb un segment terminal més gran que els altres. Presenta els lòbuls de les fulles bastant amples, comparant-los amb les d'altres espècies del gènere *Sonchus* i el pecíol és ample també i d'aspecte foliaci. Les lígules de les flors són curtes i estretes i d'un color groc pàlid. Les fulles basals es divideixen en segments irregulars, el terminal és triangular amb marges dentats i més gran que els laterals. Les flors són de color groc i es reuneixen en capítols. Els seus fruits són bastant xicotets i se'ls pot reconèixer a simple vista pel seu color brunenc. La pell d'aquests fruits tenen nombroses arrugues molt fines.

### Hàbitat

En bancals d'horts forma part dels herbassars nitròfils. També la trobem a la riba de camins, sempre en llocs amb un cert grau d'humitat.

### Propietats

Diürètica i refrescant. Les fulles presenten un elevat contingut en aigua. Presenta múltiples propietats i usos; la recol·lecció d'aquesta planta es pot realitzar a la tardor i es recol·lecta per parts, les fulles primer i després l'arrel. Aquestes plantes s'han d'emmagatzemar en l'ombra on es pugui assecar. Necessita una posterior ventilació perquè les fulles i les arrels puguen aprofitar-se amb totes les seues propietats. Per a això, hem d'exposar-les ràpidament al sol.

S'utilitzen en infusió les fulles i arrels, recomanable abans dels menjars. Una altra aplicació són els emplastres. Això es pot utilitzar sobre una cataplasma fabricat a partir de fulles del llicsó sobre una ferida recentment feta.



## CORRETJOLA

### Nom comú

Corregüela menor. Campaneta de pobre

### Nom científic

*Convolvulus arvensis* L.

### Família

Convolvulàcies

### Característiques

És una planta perenne herbàcia rèptil i enfiladissa d'uns 0,5 a 2 m. d'altura. Les seues fulles es distribueixen en espiral, són linears amb forma terminal de punta de fletxa, d'uns 2 a 5 cm de llarg. Les flors presenten forma de trompeta, amb un diàmetre d'1 a 2,5 cm, de color rosa pàl·lid o blanc, amb cinc ratlles radials rosades lleument més fosques. Encara que produeix flors atractives, és sovint una planta molesta als jardins considerada com una mala herba a causa del seu creixement i que poden escanyar ràpidament a altres plantes cultivades.

Ocupa molt fàcilment grans superfícies i s'embulla a les plantes afeblint-les ja que els fa la competència per la llum, l'aigua i els nutrients. Quan s'ha desenvolupat plenament, la gran massa de tiges i de fulles pot dificultar o impedir la recol·lecció mecànica. La corretjola és molt propensa a ser infectada pel fong de l'oïdi.

### Hàbitat

És una planta cosmopolita, es pot observar en cultius, camps de secà i de regadiu, olivars, tarongers.

### Propietats

És una herba que tradicionalment se li ha donat menjar als animals de corral, especialment als conills.



## VERDOLAGA

### Nom comú

Verdolaga. Verdalaga. Pulsallana. Ensiam de patena

### Nom científic

*Portulaca oleracea* L.

### Família

Portulacàcies

### Característiques

Herba anual suculenta i comuna que sol aparéixer cobrint la terra. Les tiges carneses i ramificades apareixen rastrejant el terreny i són de color roig brunenc; les fulles carneses també i espatulades, tenen un pecíol curt. Floreix de maig a tardor. Les flors són grogues, s'obren de dia i es tanquen de nit, per això se la coneix com a flor de dia. El fruit és una càpsula que conté moltes llavors.

### Hàbitat

Fàcil d'observar en horts, erms, en el secà si hi ha reg per degoteig, en sòls ben abonats i buscant àrees assolellades.

### Propietats

És un bon antiinflamatori, també ajuda a suportar el malestar en les vies urinàries i és laxant, per la quantitat de mucílags que té. En ensalades té propietats diürètiques, refrescants i antiescorbútiques.



## AVENA SILVESTRE

### Nom comú

Avena silvestre

### Nom científic

*Avena sterilis* L.

### Família

Gramínies o Poàcies

### Característiques

També coneguda amb el nom drena estèril, avena salvatge, o avena animada, és una planta anual. S'alça erecta sobre les altres herbes sovint formant poblacions denses. Presenta espiguetes amb dues o tres flors. S'estima que les espècies cultivades d'avena, procedeixen de l'avena silvestre, la que primerament es va cultivar a Àsia com a remei medicinal, uns 2.000 anys abans de ser usada com a aliment. És originària de la conca mediterrània i de l'oest, centre i sud d'Àsia, però està àmpliament naturalitzada en altres llocs. Floreix en la primavera.

### Hàbitat

L'avena estèril és una gramínia molt corrent en els marges dels camins i en els herbassars dels camps.

### Propiedades

L'avena silvestre és coneguda i aprofitada des de l'antiguitat en la medicina popular i en la farmacopea clàssica. Presenta importants qualitats naturals, el seu alt contingut en silici, genera una producció major d'orina, disminuint els nivells d'àcid úric. S'ha utilitzat per a tractar problemes relacionats amb l'eliminació de líquids, per al que se solia prendre infusió d'avena bullida en aigua. I doni en algunes dietes d'esportistes o en les dietes en les quals es vol combatre el restrenyiment, afavorint el trànsit intestinal. També s'utilitza com a planta farratgera i com a flor seca en adorns florals.





## GRAM

### Nom comú

Gram. Agram

### Nom científic

*Cynodon dactylon* L.

### Família

Gramínies o Poàcies

### Característiques

És una altra gramínia com el blat, l'avena, o la dacsà. És una planta que pot créixer fins a 40 cm d'alt; forma tiges en forma de rizoma, que recorren sota terra. Les fulles són rígides, planes i una mica velloses en els seus extrems, embolicades en baines, i les inflorescències són espigues denses, que apareixen de 4 a 7 per planta, adoptant una característica forma en ventall. Floreix durant l'estiu i la tardor.

El gram s'estén per la meitat sud, aproximadament, del continent europeu, pel nord d'Àfrica i Orient Mitjà. Fuig dels paisatges freds i els grans massissos muntanyencs.

El gram s'usa en jardineria per a compondre gespes i parterres però, a més, és una planta amb extraordinàries propietats curatives, destacant les seues virtuts diürètiques, antiinflamatòries i remineralitzants. La gespa més emprada en climes temperats i càlids és el gram fi (*Cynodon dactylon*), una gespa qualificada com de fàcil manteniment, per ser resistent a la calor, la salinitat elevada i a regs de baixa qualitat.

### Hàbitat

És una planta molt comuna en la nostra flora, que apareix de manera espontània en gespes i en sòls humitejats o ben regats, molt popular entre jardineros i aficionats per la seua utilitat per a compondre gespes i parterres en parcs i jardins.

### Propietats

És una extraordinària planta curativa, que destaca per les seues propietats diürètiques, antiinflamatòries, i remineralitzants.



## TINYA NEGRA

### Nom comú

Tinya negra

### Nom científic

*Lamium amplexicaule* L.

### Família

Labiadas

### Característiques

Planta rèptil anual, que pot superar els 25 cm d'altura. Es reconeix per les seues fulles arrodonides, les quals són més amples que llargues, clarament oposades. Presenta inflorescències formades per flors hermafrodites, de color morat, amb el tub de la corol·la llarg d'un a dos centímetres com a màxim. Floreix entre mediats d'hivern i principis de l'estiu. El calze el formen cinc sèpals soldats.

### Hàbitat

Camps de cultiu, vores de camins, llocs alterats; sovint apareixen molts individus junts, donant colors vermellosos als camps i marges de camins on viu. Es propaga de manera silvestre en pasturatges, camps i terrenys llaurats en tota Europa; tolera bé l'ombra.

### Propietats

És una font important de pol·len per a les abelles mel·líferes, sent una de les primeres flors que s'obren a l'hivern.

L'arrel i les fulles són comestibles i s'han arribat a utilitzar en ensalades i en dolços.



## LLEVAMANS

### Nom comú

Llevamans. Llevagat. Boixac de camp. Galdirons. Calèndula.

### Nom científic

*Calendula arvensis* L.

### Família

Asteràcies o Compostes

### Característiques

La meravella silvestre és una planta perenne i anual, molt freqüent en els camps de secà. A la tardor és freqüent trobar camps coberts de color taronja, color que prenen les seues flors. Si ens fixem no veurem una altra planta de flors taronja durant aquesta època.

Proporcionen una deliciosa aroma i posseeixen una suau textura. Els fruits són aquenis encorbats, proveïts quasi tots en el dors d'unes ales membranoses o pues dorsals.

### Hàbitat

En camps de cultiu, vores de camí o en sòls alterats.

### Propietats

Respecte a la seua composició química, conté diversos olis essencials. La flor de la calèndula s'utilitza com a ornamental.

La planta s'aprofita en la indústria relacionada amb els cosmètics, com a extractes aromàtics i potencials per a la seua aplicació en la pell; en el mercat és freqüent trobar gels de bany i cremes corporals amb extracte de calèndula.

Antigament la flor s'utilitzava en la cuina, com a colorant, en substitució del safrà, encara que cal tindre en compte la possible toxicitat d'aquesta. També el suc fresc de fulles i flors s'ha utilitzat per a netejar les taques de la cara i reduir les berrugues.



## LLEPASSA

### Nom comú

Llepassa

### Nom científic

*Setaria pumila* (Poir.) Schult. & Schult.

### Família

Gramínies o Poàcies

### Característiques

Creix des d'uns 20 cm a més d'un metre d'altura, i les seues tiges, en la seua majoria sense pèl, van del verd al porpra. Les fulles no tenen pèl en la superfície superior, es retorcen i mesuren fins a 30 cm de llarg. La inflorescència és un feix cilíndric rígid d'espiguetes de 2-15 cm de llarg amb truges curtes i romes. La panícula (inflorescència composta formada per un ram els eixos laterals del qual es ramifiquen de nou en forma de ram o d'espiga).pot aparéixer groga o tenyida de groc.

És originària d'Europa, però és coneguda a tot el món com una herba adventícia comuna, rebutjada en agricultura, ja que pot arribar a cobrir grans extensions.

Floreix de juliol a desembre.

### Hàbitat

Creix en prats, voreres, vores de carreteres, camps cultivats i molts altres llocs. Vegetació ruderal i arvense, en llocs humits i cultius en regadiu, es pot observar en terrenys a nivell de la mar i fins a 1000 m d'altitud.

### Propietats

Hi ha llocs en el món on s'utilitza les fulles tendres bullides (crues serien verinoses) Les llavors contenen olis essencials. De les fulles seques es poden obtindre tanins i un colorant groc.



## COA D'EGUA

### Nom comú

Coa d'egua. Fletxes. Margall.

### Nom científic

*Hordeum murinum* L.

### Família

Gramínies o Poàcies

### Característiques

És una gramínia, molt més xicoteta que els blats que es cultiven com a cereals. "Hordeum" és el nom llatí de l'ordi (*Hordeum vulgare*). *Hordeum murinum* rarament ultrapassa els 40 cm. És una herbàcia amb tija buida i esponjosa que presenta entrenusos, cada tija presenta una espiga. Les fulles formades per baina basal i laminades per la lígula. La seua espiga és la inflorescència de la planta que es considera prolongació de la tija, és densa, trencadissa, cilíndrica, i està constituïda per grups de 3 espiguetes, glumes o glumel·les d'una sola flor. Floreix a la primavera estiu.

### Hàbitats

Campos de cultiu, marges de camins, llocs alterats, zones ruderals camps, horts i murs. S'estima que és originària de la part europea de la conca de la mar Mediterrània i s'ha assilvestrat en diferents parts del món, sent una planta cosmopolita.

### Propietats

La coa d'egua ha sigut considerada una "mala herba", sense aprofitament aparent per a l'espècie humana, encara que s'ha utilitzat com a substitut pobre de l'ordi, tant per a produir pa, en època de fam i penúria econòmica, com en l'alimentació animal, o també per a preparar sucedanis del café d'ordi.



## VERÒNICA

### Nom comú

Verònica. Borrissol

### Nom científic

*Veronica persica* Poirét

### Família

Escrofulariàcies

### Característiques

Xicoteta herba de camps i marges de camins, Té aparença d'entapissant, amb tiges fràgils i ramificades i fulles dentades. Les flors són relativament grans (fins a 1 cm de diàmetre) de color blau intens, amb quatre pètals un d'ells una mica més xicotet que els altres. La planta floreix entre febrer i juny. Fruits en càpsula, amb els lòbuls molt comprimits i divergents.

### Hàbitat

Planta que creix de manera silvestre en camps de cultiu amb una certa humitat, vores de camins, llocs antropitzats.

### Propietats

La verònica és una planta tòxica.

FITXES ESPÈCIES  
DE FLORA  
CULTIVADES

# FAVES





**Nom científic**

*Vicia faba* L.

**Família**

Favàcies o Lleguminoses

**Característiques**

És un llegum d'hivern que es menja a la primavera i també és una dels llegums cultivats més antics del món. És una planta erecta, anual i resistent. Presenta tiges de 4 arestes i generalment poc ramificats. Les fulles estan formades per foliols grans. Presenta flors que naixen de raïms axil·lars, de color blanc amb una taca negra. El fruit és una baina formada per dues valves unides que tanquen les llavors, que són les faves comestibles. Les arrels es desenvolupen en relació simbiòtica amb uns bacteris del gènere *Rhizobium*, de manera que ambdues obtenen beneficis i proporcionen nitrogen a la planta, al seu torn, la planta deposita en el sòl parteix d'aqueix nitrogen a través de les arrels. El color general de la planta és molt especial verd blanquinós blavós.

**Època de cultiu**

Se sembren durant la tardor i hivern, de setembre a novembre. Toleren la salinitat, no els molesta la calç, i fins i tot els va bé, sempre que al mateix temps siguen terres profundes, fresques i abonades; no els agrada l'aigua excessiva ni la sequera forta. Són plantes poc exigents quant a la terra.

Les lleguminoses d'hivern, faves i pèsols, se sembren sempre de saó, és a dir, regarem o aprofitarem una pluja per a preparar l'horta, i sembrarem i no regarem. Aquest cultiu poden presentar fongs si hi ha molta humitat o la plantació és molt espessa. A l'hivern només regarem si la pluja de l'època és insuficient per al cultiu. Aquestes plantes no necessiten fertilització prèvia, poden passar amb el que queda de les plantacions d'estiu. Quant a l'aspecte sanitari, estarem pendents dels pugons d'hivern, especialment en les faves, i també observarem si existeix míldiu, un fong al qual són bastant sensibles els pèsols també els pèsols.

Com les mates es poden fer molt grans, la distància de plantació o marc de plantació s'ha de tindre en compte, almenys 40 cm entre plantes ni de 60 cm entre línies.

**Propietats**

Les faves fresques es mengen durant la primavera. De la planta són aptes per al consum tant les llavors (grans) com la baina, crues o cuinades. Si es recullen tendres, és a dir, quan les baines mesuren entre 5 i 7,5 cm poden cuinar-se senceres o a rodanxes com els fesols tendres. La llavors són aptes per a consumir, tendres o seques (s'hidraten un dia abans de bullir-les). Presenten un valor nutritiu alt, amb un 55% d'hidrats de carboni i un 23% de proteïnes. Les espècies que pertanyen a la família de les lleguminoses o \*favàcies són plantes que aporten nitrogen al sòl, un element imprescindible per al creixement de les plantes, per això el cultiu de faves millora la qualitat del sòl i en l'horta s'empra tant pel seu valor nutricional o culinari com per tractar-se d'un cultiu millorant o també anomenat abonament verd; a més d'aportar nitrogen al sòl de cultiu, la seua biomassa afavoreix l'activitat microbiana del sòl de cultiu.

# CEBA



**Nom científic***Allium cepa* L.**Família**

Liliàcies o Amarilidiàcies

**Característiques**

Cebes i alls es menjaven a Egipte uns 3000 anys a. de C. És una planta biennal que emmagatzema substàncies de reserva el primer any i que floreix en el segon. És un bulbàcia, és a dir està composta de bases foliars engrossides i carnoses, on s'emmagatzema l'aliment o reserva de la planta. Les seues fulles i la seua tija floral són buits. Hi ha algunes globoses, ovals o globós aplanades.

**Època de cultiu**

Se solen sembrar a principis de primavera, generalment en planter, per a plantar-se uns 20 dies després en el camp. Les cebes de primavera o cebes tendres, es recol·lecten precisament durant la primavera i solen ser un ingredient en les ensalades. La ceba seca es recol·lecta a principi de l'estiu quan apareixen dues o tres fulles seques visibles.

Generalment les cebes que plantem per a recol·lectar a principi d'estiu es fan grans i no es guarden bé, es podreixen fàcilment. Antigament es construïen a València "les ceberes" unes casetes allargades i estretes, fetes de fusta amb escltxes per a ventilar, amb sostre de dos aiguavessos i porta, en elles es guardaven esteses en el sòl les cebes, per a evitar la putrefacció i poder utilitzar-les durant la resta de l'any.

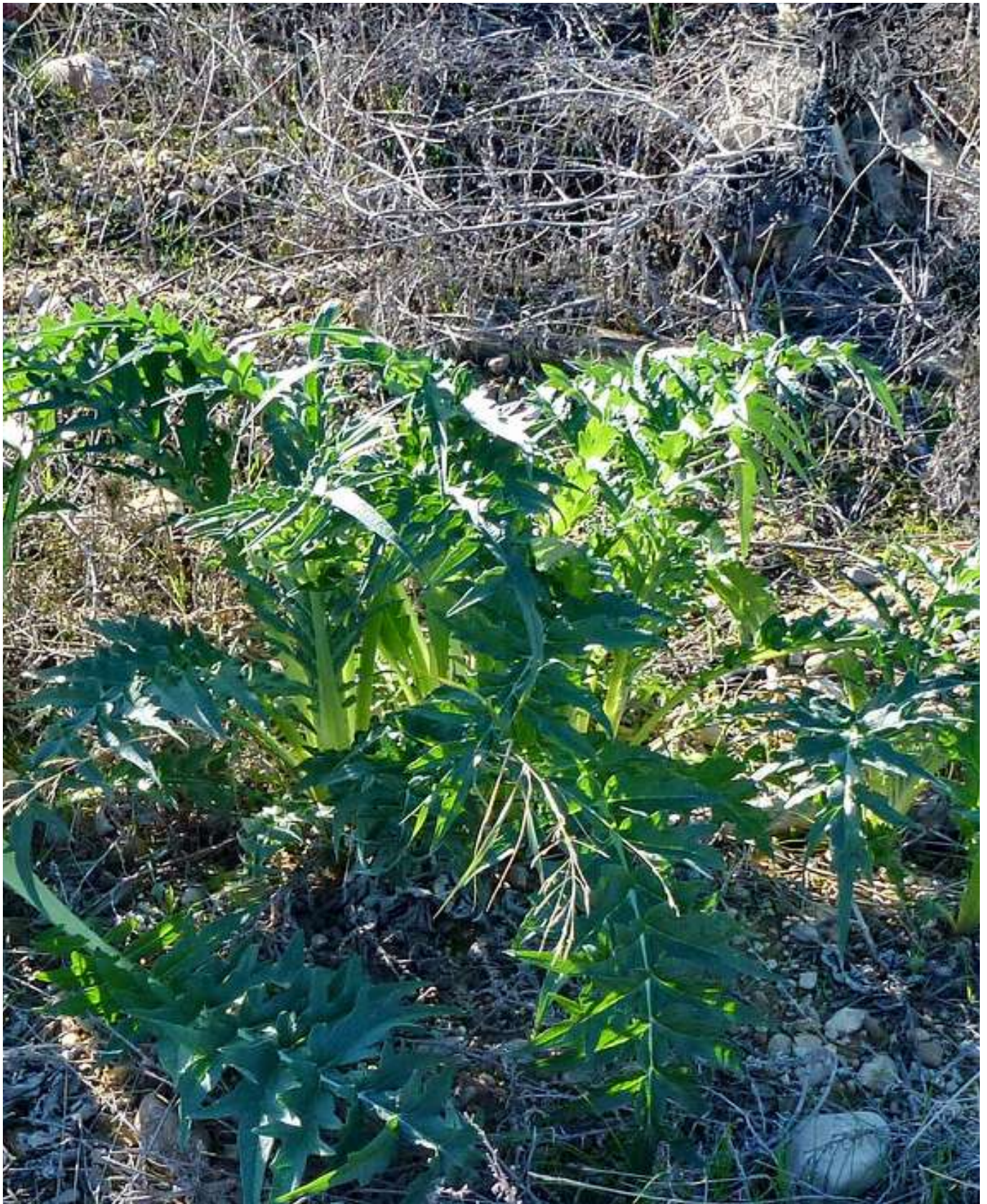
**Propietats**

Les cebes són protectores d'altres plantes. Els usos de la ceba són extraordinàriament nombrosos, es mengen crues, fregides, bullides, rostides, en sopes, a la vinagreta, també en salses, guisats i en una gran varietat de plats.

Les cebes contenen un 87% d'aigua, sucres, proteïnes, ixes de potassi i de sodi, essències volàtils sulfuroses que li confereixen el sabor picant característic; un dels components

d'aquestes essències es dissol amb rapidesa en aigua i produeix àcid sulfúric; aquest pot formar-se en la pel·lícula lacrimal que recobreix l'ull, i per això es plora en tallar ceba.

# CARD



**Nom científic**

*Cynara cardunculus* L.

**Família**

Asteràcies o Compostes

**Característiques**

És un cultiu antic, d'origen mediterrani, des d'on s'ha distribuït per Europa, Amèrica i la resta del món. Els cards d'horta són plantes llustroses, de fulles espectaculars que destaquen en el nostre hort. Les seues flors també molt vistoses, presenten un color morat intens. Si deixem desenvolupar la planta, aquesta pot aconseguir de 1,5 a 2 m d'altura. Té una arrel vigorosa, gruixuda i profunda, carregada de reserves i gemmes de brotada per a superar l'època desfavorable, en el nostre cas l'estiu. Recorda a la carxofa, el seu parent botànic. A més de veure el cultiu en l'horta, el card pot naturalitzar-se i viure espontani en camps poc llaurats o abandonats, prats i marges de camins. En alguns països pot ser una planta invasora, com ocorre a l'Argentina.

**Època de cultiu**

És una planta perenne i es pot cultivar com a anual. Es poden sembrar i multiplicar per esqueixos, generalment a la tardor. Es recol·lecta durant el mes de setembre i octubre de l'any següent i continua fins al mes de febrer.

Si volem tindre cards molts anys, hem de deixar que florisca la mata el primer any perquè les arrels acumulen reserves. En acabar la floració, tallem la planta arran de terra i rebrotarà a la tardor. En anys següents podem tallar la mata abans, quan sale la flor (abril-maig), continuarà brollant quan refresque el temps i tindrem penques de cards tot l'hivern i part de la primavera.

**Propietats**

La part comestible de la planta són les penques, que són els pecíols i el nervi principal de les fulles juvenils que naixen en forma de roseta arran de terra. Les penques són una bona verdura d'hivern. Estan compostes per un 94% d'aigua, a

més de proteïnes, greixos, sucres i vitamines A,B i C. Es conserven bé en el congelador després de bullides amb llima.

En la cuina les aprofitem en el bullit, crues en l'ensalada encara que s'han de pelar bé per a llevar-los el sabor amarg, i també podem preparar una salmorra amb penques trossegades i bullides. En la conca mediterrània, el card s'ha utilitzat des de fa segles com a coagulant vegetal de la llet per a elaborar formatges o quallades; es recullen les flors de la carxofa espigolada, que presenta un color morat intens i, una vegada seques, es piquen en un morter amb una mica d'aigua, que després s'afeg a la llet que volem quallar.

# CARLOTA



**Nom científic**

*Daucus carota* L. spp. *sativus*

**Família**

Umbelíferes

**Característiques**

La carlota era ja coneguda pels grecs i romans. És una hortalissa d'arrel que en l'actualitat es cultiva a tot el món. La carlota silvestre és bastant més xicoteta que la cultivada, la cultivada és una espècie amb una arrel gruixuda carnososa de color ataronjat. La tija floral creix al voltant de 10 cm amb una umbel·la de flors blanques en l'apex. L'arrel emmagatzema gran quantitat de sucres per a la floració de l'any següent. El color de l'arrel va del taronja per fora i per dins, al negre i violeta amb l'interior blanquinós.

La planta forma un roseta de fulles a la tardor i hivern i si la deixem créixer fins al segon any s'observa una umbel·la terminal composta de flors blanques que s'empra també com a ornamental. És una verdura dura, bianual ja que necessita dos anys per a completar el seu cicle vegetatiu. És una planta pròpia de clima fred. Podem observar varietats relacionades amb el color, la forma i la grandària. Recentment investigadors valencians recuperen la històrica carlota habitada de Villena.

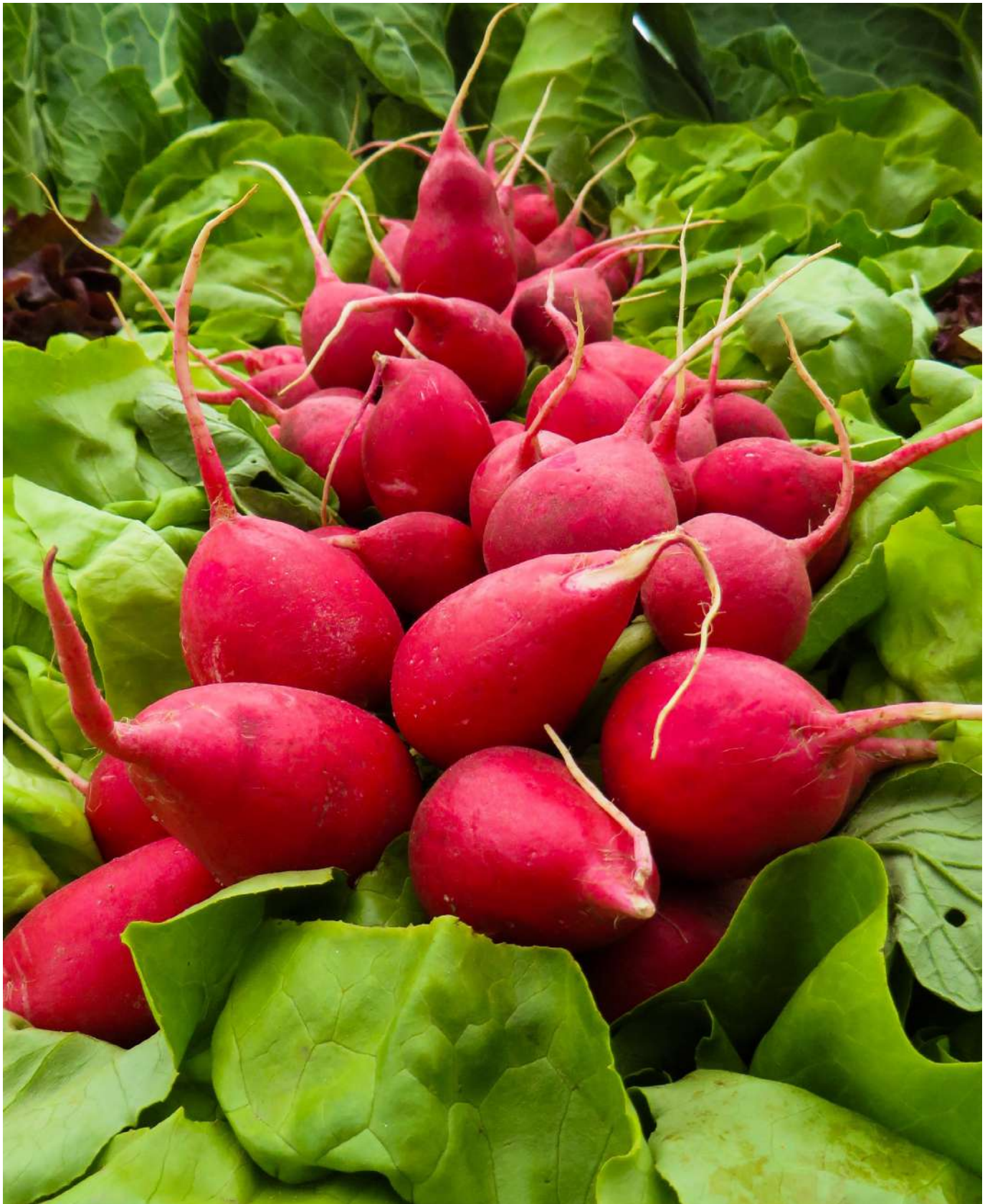
**Època de cultiu**

La carlota se sembra generalment a l'hivern i l'època ideal per al seu consum és de maig a juliol. Com a hortalissa cultivada, aprofitem l'arrel, la recol·lecció de la qual es realitza tres mesos des de la sembra.

**Propietats**

L'arrel comestible es caracteritza per ser una font rica en betacaroté que l'organisme converteix en vitamina A o retinol i conté també fibres i minerals. Les carlotes es poden menjar crues o cuites, ratllades, trossegades, espremudes en suc o bé es cuinen senceres, al vapor, o bullides. Generalment són ingredients de les sopes vegetals, guisats, ensalades i purés. Constitueixen un aliment valuós per a l'ésser humà i per al bestiar. La carlota és un clàssic de la cuina i molt saludable.

# RAVE





**Nom científic**

*Raphanus sativus* L.

**Família**

Brassicáceas

**Característiques**

El rave és una verdura de creixement ràpid i de cultiu fàcil. És una arrel gran, bastant allargada i de manera irregular, de carn blanca, mentre que la pell vira del roig al rosa, aquest color rosat es degrada cap a la punta fins a veure's blanca. La carn és tendra i cruixent, fina i de sabor lleugerament picant. La seua grandària, és relatiu, el rave roig és gran en comparació, amb el rave bola, més xicotet i de cicle més curt. El nostre rave de referència és el rave mallorquí, o rave roig, pare dels tipus locals que trobem a les comarques costaneres d'Alacant, com el rave roig de Novelda i el rave dàtil d'Elx, però més xicotet que el rave negre, de pell negra, carn blanca i molt més gran, o el rave blanc molt suau de gust i molt gruixut, que pot arribar fàcilment als 35-40 centímetres de longitud i als 7-10 centímetres de diàmetre.

**Època de cultiu**

Es pot sembrar quasi tot l'any en clima mediterrani, excepte en els llocs més freds. Se sembra a l'estiu, de manera que molta calor fa que el rave quede fibrós i picant, i fins i tot pot afavorir la pujada a flor, la qual cosa li fa perdre les qualitats per a la cuina. El secret està a mantindre la terra fresca, si és possible, durant tot el cultiu. En època càlida també va bé sembrar-ho a l'ombra d'altres productes hortícoles. S'associen bé amb albergínies, carlotes, carabassetes, fesols, encisams, pimentons i tomaques. No s'han de cultivar al costat de col·les o creïlles.

**Propietats**

És digestiu i diürètic ens ajuda a eliminar toxines, conté molta aigua.

## ENCISAM, LLETUGA, ENCIAM



**Nom científic***Lactuca sativa* L.**Família**

Asteràcies o Compostes

**Característiques**

L'encisam és una planta de fulla molt benivolguda, que s'aprofita i es cultiva des de l'època dels grecs i romans. Tant els encisams silvestres (*Lactuca virosa* L. sarriola) que creixen prop dels camps i en els camins, com les cultivades (*Lactuca sativa*) s'utilitzen per les seues fulles tendres. Les fulles tendres si no es recol·lecten es tornen bastes, ondulades i s'omplinen de punxes. Una vegada la planta saca les flors, es torna amarga i observem l'exsudació de làtex (un suc d'aspecte lletós) en arrancar les fulles; aquest líquid li confereix el sabor amarg.

**Època de cultiu**

Podem disposar d'encisams en l'horta pràcticament durant tot l'any. Tenim nombroses varietats tradicionals i comercials per a triar. Les varietats antigues són "l'orella de ruc" i la "coleta", aquesta última ha sigut juntament amb la varietat actual "meravella d'estiu", un encisam que no forma una copa de fulles que es van tancant., sinó al contrari les fulles formen una roseta oberta, aquestes últimes no espigolen ràpid pel que són ideals per a l'estiu.

L'encisam orella de ruc, té unes fulles grans de color verd intens que en ser lligades tanquen el "cor" de l'encisam, són fulles de color més clar, quasi blanques, de grandària menor, tendres i cruixents.

A més dels encisams clàssics, podem triar altres varietats comercials de fulles que copen i que són més o menys dures com la varietat "romana", "batàvia", " trocadero", i altres que no copen però que les seues fulles són més espesses i de colors variats, com la "fulla de roure" o les anomenades "lollos".

**Propietats:**

És una planta refrescant, remineralitzant i tranquil·litzant, molt benivolguda i utilitzada com a verdura crua i tendra en ensalades. En medicina natural es recomana per les seues propietats relaxants, ideal per a combatre els nervis, la tos i per facilitar el somni.

## ESPINACS



**Nom científic**

*Spinacea oleracea* L.

**Família**

Quenopodiàcies

**Característiques**

És una planta anual. Es cultiven en totes les regions temperades del món. Les plantes d'espinaç germinen i produeixen una tija foliós de 60 cm d'altura, amb xicotetes flors verdes. Les flors creixen en raïms i les que ho fan sobre espigues llargues terminals són les flors masculines i les flors femenines són les axil·lars.

**Època de cultiu**

Existeixen en general dues varietats, les de llavor redona o d'estiu i les de llavor espinosa o d'hivern. Les varietats de llavor redona se sembren a la primavera-estiu i es cullen quan les fulles són abundants, abans que germine la planta. Una altra varietat se sembra a la fi de l'estiu per a recollir la collita d'octubre a maig. Les de llavor espinosa o varietat d'hivern, formen una planta més estesa i i ramosa amb fulles amplament triangulars.

**Propietats**

Les fulles es mengen preferentment bullides amb aigua o sense ella, en sopes. S'enllauna i es pot congelar. Presenten més proteïnes que altres hortalisses verdes i contenen també molta vitamina A.

# MELÓ D'ALGER



**Nom científic**

*Citrullus vulgaris* L. També *Citrullus lanatus*

**Família**

Cucurbitàcies

**Característiques**

El meló d'Alger o meló d'aigua, com l'anomenen els britànics, és una espècie cultivada des de fa segles. Existeixen dos corrents sobre l'origen, de la planta, Àfrica tropical i l'Índia. Es coneix el seu cultiu a Europa des del S. XIII i al seu torn està estès per les regions temperades càlides tropicals i subtropicals de tot el món. Podem afirmar que des d'Europa va arribar a Amèrica.

La planta és una enfiladissa anual amb tiges que presenten arracades. Les fulles són velloses i presenten de 3 a 5 lòbuls més o menys profunds. La flor presenta una corol·la de color groc que mesura quasi 4 cm de diàmetre. El meló d'Alger és un fruit el·lipsoidal i mesura uns 25 cm de diàmetre o més; alguns melons d'Alger poden arribar a pesar 10 kg. La seua carn és sucosa i és de color roig, blanc o groc, en funció de la varietat. El fruit ha de recol·lectar-se quan està madur i està tancat per una escorça dura, com sol ocórrer amb les espècies d'aquesta família (cogombres, melons i melons d'Alger).

**Època de cultiu**

És un cultiu de primavera-estiu, li agrada l'estiu calorós i sec. La sembra directa es veu afavorida quan el sòl aconsegueix uns 20 graus de temperatura.

El reg al principi ha de ser lleuger perquè les arrels aprofundisquen en el terreny buscant la humitat. Quan el cultiu està més avançat s'ha de regar només perquè el sòl romanga fresc. El meló d'Alger arriba abans als mercats que el meló. Necessita per a ser un bon cultiu, sòls abonats amb matèria orgànica.

**Propietats**

Pot associar-se a altres cultius com l'all, la ceba, la dacsca i altres cereals.

Es considera que és la reina refrescant de l'estiu;

conté un 93% d'aigua i un 7% d'hidrats de carboni. És una fruita dolça però amb un baix contingut calòric. Generalment es menja com a fruita fresca i també s'empra per a fer gelats i gaspatxo va fregir.

# COGOMBRE





**Nom científic**

*Cucumis sativus* L.

**Família**

Cucurbitàcies

**Característiques**

El cogombre és originari de les regions tropicals del sud d'Àsia, sent cultivat a l'Índia des de fa més de 3.000 anys. El cultiu de cogombre va ser introduït pels romans en altres parts d'Europa. És una planta herbàcia, anual i enfiladissa. Té un sistema radicular molt potent. Consta d'arrel principal, que es ramifica ràpidament per a donar arrels secundàries superficials molt fines.

Les tiges són anguloses i espinoses, de port rèptil i enfiladissa, arribant a aconseguir fins a 3,5 m de longitud. De cada nus parteix una fulla i una arracada. En l'axil·la de cada fulla s'emet un brot lateral i una o diverses flors. Les fulles són simples de llarg pecíol i grans llimbs en forma de cor, amb tres lòbuls més o menys pronunciats (el central més accentuat i generalment acabat en punta), de color verd fosc i recobert d'un borriçol molt fi. Les fulles són alternes i oposades a les arracades. Flores de curt peduncle i pètals grocs.

Fruit en pepònide aspre o llis, depenent de la varietat, que vira des d'un color verd clar, a verd fosc fins a aconseguir un color groguenc quan està totalment madur. El cogombre es recepta abans de la seua maduresa fisiològica. La polpa és aquosa, de color blanquinós, amb llavors en el seu interior repartides al llarg del fruit. Aquestes llavors es presenten en quantitat variable i són ovals, una mica esclafades i de color blanc-groguenc.

**Època de cultiu**

El cogombre se sembra habitualment a la primavera, entorn del mes d'abril. No obstant això, en zones de clima fresc podem esperar fins a ben entrat juny per a evitar-te el risc de baixes temperatures o gelades que podrien matar la planta.

El cogombre se sembra en caballons o directament en el sòl. La sembra es realitza en clots de 2-3 cm de profunditat en els quals es

col·loquen de 3-4 llavors/colp. Se seleccionen després i es deixen només 1-2 plantes/colp.

**Propietats**

El cogombre conté vitamines A, C, folats, potassi i seleni. La vitamina A és essencial per a la salut de la pell, ulls, genives i cabells, la vitamina C millora l'absorció del ferro i ajuda a previndre infeccions i refredats, i ambdues posseeixen acció antioxidant.

Solen menjar-se crus en ensalades o adobats.

# CREÏLLA



**Nom científic***Solanum tuberosum L.***Família**

Solanáceas

**Característiques**

La creïlla és un tubercle fonamental en la nostra alimentació. És una planta perenne, de tiges febles, ramificats, estesos en horitzontal o erectes, d'uns 30-90 cm d'altura. Presenta fulles compostes per foliols ovats. Les flors són de color blanc a porpres d'uns 2.5 cm de diàmetre. El fruit s'observa amb poca freqüència i és una baia verda o groguenca semblant a una tomaca.

La planta té el seu origen en els camines sud-americans, on es creu que la creïlla ja s'usava fa 2000 anys. Hui dia existeixen moltes varietats. Aquest tubercle prefereix climes suaus i amb una mica d'humitat; no vol excessos de calor i és sensible a les gelades. La terra ha d'estar ben treballada i abonada, millor si és terra solta, i lleugera. Abans de cultivar-la interessa un adob verd o un cultiu de lleguminoses que aportaran els nutrients necessaris. Qualsevol cultiu que vaja després de la creïlla trobarà el sòl en bones condicions, però esgotat de nutrients, ja que és bastant consumidora.

**Època de cultiu**

L'època de sembra és variable, hi ha diversos cicles possibles en funció del clima local. La plantació extra-primerenca (desembre), és possible prop de la mar, dona les creïlles noves; la primerenca (primers de gener), en llocs protegits del fred, i la plantació d'estació (primers de febrer). Hi ha una segona sembra de creïlles entre juliol i agost, normalment amb creïlles de cultiu del mateix any. Cal triar les que tenen poca grandària i estiguen molt sanes. El cicle de cultiu complet durarà al voltant dels quatre mesos.

Si la creïlla se sembra hem de disposar d'altres tubercles, una creïlla de gran grandària, que es trossejarà aprofitant els ulls del tubercle per a deixar en cada tros un brot. La vespra de la sembra es tallen en parts de 40 a 60 grams i s'escam-

pen perquè s'assequen bé les ferides. Preparat el terreny, es fan solcs. Si la varietat és primerenca la separació entre solcs serà de 55-60 cm; si la varietat és tardana la separació serà una mica major 65-70 cm. El marc de plantació o separació entre plantes serà uns 25-30 cm. Quan les plantes han tirat tiges i tenen un pam de longitud, es birba la terra i es realça per a cobrir bé els tubercles, ja que si els toca el sol es posen de color verd per acumulació de solanina, alcaloide tòxic propi de la creïlla que les inutilitza per al consum humà. El dia de la collita les traurem del sòl amb l'aixada o la lligona, les deixarem unes hores assecant-se, perquè es conserven millor, i omplirem el sac, d'on anirem portant-les a la cuina. Ara ja podem cuinar-les al nostre gust i gaudir del seu particular sabor, que recorda a la terra.

**Propietats**

Tenen diverses propietats medicinals, és molt conegut l'efecte sobre les cremades d'oli o d'aigua calenta: cal aplicar sobre la part cremada creïlla bullida o creïlla fresca partida per la meitat. Les creïlles es poden guisar, fregir, i rostir. L'elecció del tipus de creïlla que volem es fa per caràcters coneguts, com a color de la pell, color de la carn o aptitud per a fregir o bullir.

Les creïlles contenen quasi un 78% d'aigua, un 18% d'hidrats de carboni, un 2% de proteïnes i una mica de potassi.

Durant el cultiu de la creïlla, la planta es pot associar amb fesols, cols, faves i api. Els afecten els nematodes del sòl i determinats fongs (Rhizoctonia i Fusarium).

# PIMENTÓ, PEBRE, PEBROT, BAJOCA



**Nom científic***Capsicum annuum L.***Família**

Solanàcies

**Característiques**

La planta pot sobrepassar fàcilment el metre d'altura, amb tiges més o menys verticals i ramificats. Les fulles són de color verd fosc i amb un pecíol llarg. El sistema radicular és profund. Té un tronc principal de creixement vertical que emet dues o tres ramificacions, depenent de la varietat. Les flors apareixen solitàries en cada nus de la tija, són xicotetes i consten d'una corol·la blanca.

Algunes varietats usuals en el nostre territori són el pimentó morrongo, de tres o quatre cantonades; el pimentó roig o pimentó valencià i el pimentó llarg i dolç, de pell i carn més fina, són els pimentons de la banya o pimentons italians; els vitets que acumulen \*capsicina en abundància, l'alcaloide propi dels pimentons que li confereixen una sabor picant. També hi ha pimentons per a condimentar com les nyores, i els de bona carn poden preparar-se en salmorra. La llavor és viable entre tres i huit anys. El marc de plantació es realitzarà en funció de la varietat cultiveu, normalment de 60-80 cm entre plantes i 1 m entre línies.

La planta del pimentó esgota molt el sòl i prefereix sempre les terres noves o descansades.

**Època de cultiu**

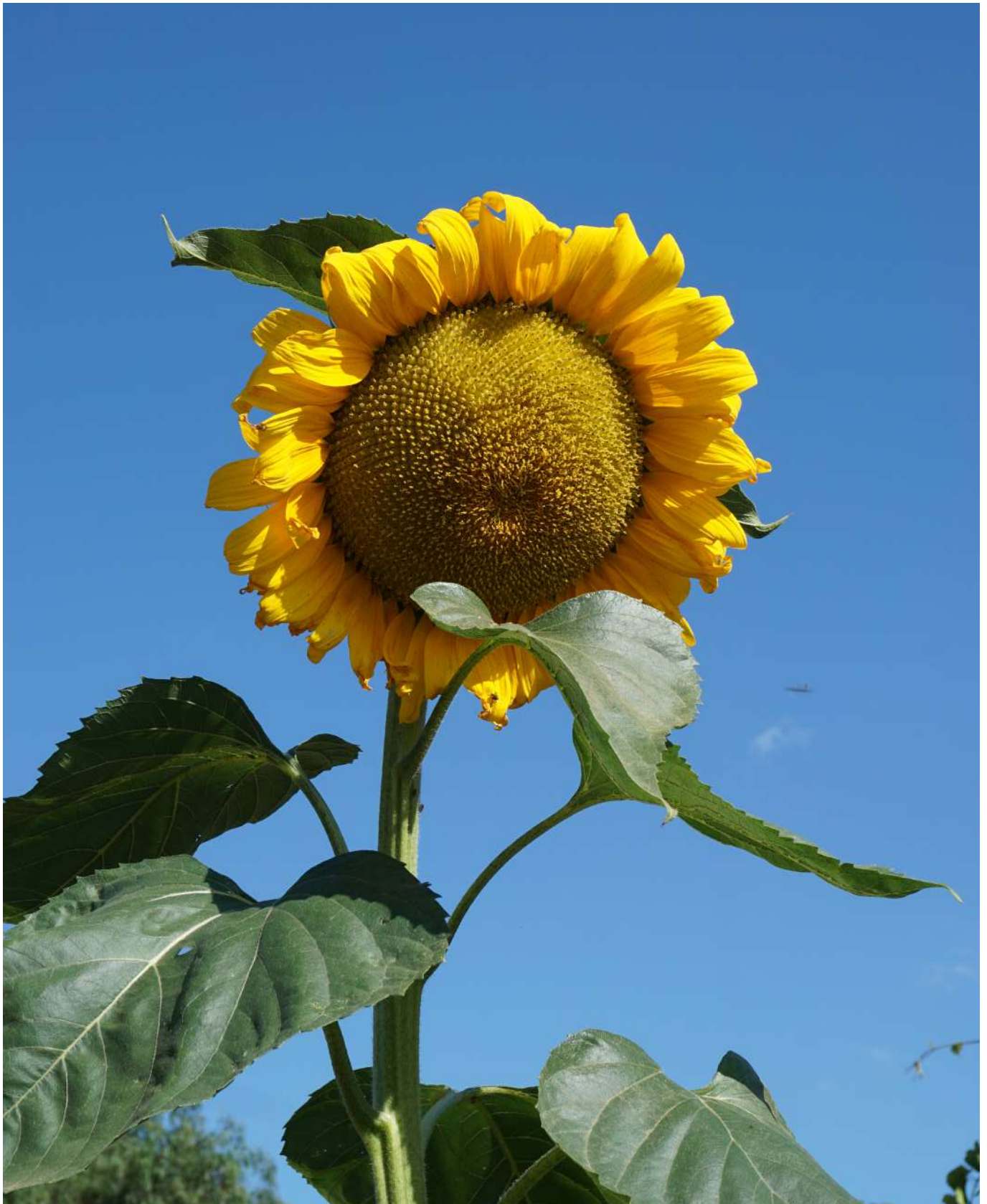
A l'aire lliure comencem a plantar des de finals de març fins a maig. Els plançons es col·loquen a un costat del caballó, en la cara assolellada, així el caballó protegeix la planta fins que arrela. Després del reg de plantació normalment segueix un període sense reg per a facilitar una implantació profunda de les arrels, pot ser d'uns quinze dies o fins que aparega la primera flor. Els regs han de ser abundants i espaiats en les primeres fases, i després són convenientes regs freqüents i regulars no gaire copiosos, evitant les embassades, d'aquesta manera evitarem el "mal

de coll" o "tristesesa del pimentó", produït pel fong *Phytophthora sp.*, una de les seues principals malalties.

**Propietats**

Són rics en vitamines C, A, E, B6, B3, B2, B1 i àcid fòlic. Entre els minerals destaquen el potassi en major proporció seguit del calci, fòsfor i magnesi. És molt apreciat el fruit gran, llarg, carnós, que es cull verd o roig, de carn dolça, i que es pot fer farciment o rostit. Els pimentons es poden menjar fregits, rostits en guisats, crus, en salmorra i en general són molt versàtils. Són bons cultius precedents els abonaments verds i les lleguminoses, també carlota, cols, raves, cebes i encisams. No són favorables, abans o després, les albergínies, les tomaques i les creïlles, així com el meló, el meló d'Alger, el cogombre o la carabassa. El pimentó s'associa bàsicament amb l'alfàbega per a protegir-se dels pugons. La llavor és viable entre tres i huit anys.

# GIRA-SOL



**Nom científic**

*Helianthus annuus L.*

**Família**

Asteràcies o Compostes

**Característiques**

És originari d'Amèrica, de l'oest d'Amèrica del nord o Mèxic. És un cultiu propi de països temperats. És una planta anual, resistent, capaç de créixer en quasi tot tipus de sòls. És una planta herbàcia de tija erecta, massís i no ramificat, pot créixer a una altura entre els 90-70 cm, amb pèls aspres en la tija i en les fulles ovades. Les fulles inferiors són en forma de cor i les superiors són més xicotetes. Existeixen varietats de gira-sol, i els fruits, botànicament fruita seca també són variables, observem algunes de color blanc, marró, negre, o sovint fosques amb franges blanques.

**Època de cultiu**

El gira-sol permet sembrar des de la primera quinzena d'abril a la fi de juny, si bé és convenient avançar les sembrar perquè la floració no coincidisca amb les majors temperatures estivals i poder realitzar les collites abans de les pluges tardorenques.

**Propietats**

Les pipes de gira-sol conté fins a un 58% d'oli. Aquest oli s'utilitza per a cuinar i per a fabricar biodièsel. Destaquen per ser una excel·lent font de vitamina E. També contenen àcids grassos omega-3. Necessitem aquests greixos per a enfortir les neurones i per a altres funcions importants, com mantindre el cor sa i protegit contra un accident cerebrovascular. També ajuden a millorar la salut del cor i són riques en fibra i en potassi. Aporten vitamines del grup B, són revitalitzants i ajuden contra l'envelliment. L'oli que contenen les llavors s'utilitza per a cuinar, condimentar les ensalades o fabricar margarines. La planta s'empra també com a farratge per al bestiar. Generalment les llavors o pipes es mengen crues i al mateix temps també són aliment per als ocells de corral o les engabiades.

# CACAUET





**Nom científic**

*Arachis hypogea* L.

**Família**

Fabàcies o Lleguminoses

**Característiques**

El cacauet és una planta americana d'introducció tardana, i és un cultiu singular. En primer lloc, la flor d'aquesta lleguminosa té un comportament que la diferencia de la d'altres cultius, una vegada fecundada, cerca la terra per a enterrar-se, ja que en la base de la flor hi ha un òrgan, anomenat ginófor, que creix amagant-se del sol. Les flors són de color groc. Així el fruit es cria sota terra. La segona és la necessitat d'aigua: el cacauet fuig de l'excés d'humitat.

Normalment es cull a mà, estirant i arrancant amb força la planta sencera, agafant els cacauets. El cultiu del cacauet és ara escàs i marginal, però abans no ho era, era un cultiu fonamental, pel seu gra, aliment bàsic per a les persones, i per la mata, bon farratge per als animals. Era una collita mediterrània, i principalment valenciana. Més del 80% es produïa en aquestes terres. De fet, a Europa, el cacauet va ser cultivat per primera vegada a València.

Varietats com la cacaua, es poden traure amb aixada, ja que si no es fa així es perden moltes baines. Una vegada arrancat es soleja en feixos o manolls en el propi camp un dia o dos i, sacsejant les plantes, se separa la mata de la baina de cacauet, que després s'haurà de deixar assecat.

**Època de cultiu**

Se sembren els cacauets de mitjan maig a mitjan juny i es cullen 4 o 5 mesos més tard, entre setembre o octubre. Se sembren en terreny solt i desfet i amb saó (humit), ideal perquè germine la llavor primer i més tard per a rebre la flor. És una planta amant de la calor.

Cada pam i mig deixem 2 grans per colp separant les línies uns 60 centímetres. En nàixer la planta treballarem el sòl per a evitar les herbes i allargar la saó, també farem caballó acostant la terra a

la planta. Regarem per primera vegada de 40 a 60 dies després que isquen les mates. Aquest forçat de set es fa per a provocar la floració molt primerenca de la mata de cacauet.

**Propietats**

És molt saborós i dietèticament molt interessant pel seu contingut en greixos i àcids grassos insaturats, per això és ideal per a fer oli.

## CARABASSETA, CARABASSÍ



**Nom científic***Cucurbita pepo L.***Família**

Cucurbitáceas

**Característiques**

És una de les espècies domesticades des de temps més remots; hi ha restes de fa aproximadament 10.000 anys. Les seues tiges i fulles són velloses i aspres al tacte. Presenta fulles profundament lobades, dentades i amb extrems triangulars. Les flors són vistoses, de color groc. La planta sol ser rèptil en les nostres àrees de cultiu; és una planta rústica i de creixement ràpid, i només demana llum i calor. Igual que les carabasses, les carabassetes tenen, en la mateixa mata i separades, les flors dels dos sexes. És convenient tindre dos o més plantes en l'hort perquè les abelles troben sempre pol·len disponible.

El fruit creix ràpidament: entre cinc i set dies després de la fecundació arriba a la grandària comercial de 15-20 cm de longitud i 3 o 4 de gruix, d'aquesta manera encara és un fruit molt jove. Existeixen moltes varietats entre elles l'anomenada Zucchini, que és la que trobem normalment en els mercats. Els fruits, és a dir les carabassetes, solen ser verdes, blanquinosos o llistats irregularment de verd i blanc. Les carabassetes creixen molt ràpid i podem recol·lectar pràcticament cada dos dies.

**Època de cultiu**

Se sembren i el marc de plantació per a aconseguir una planta compacta és d'un metre per un metre. Li agraden les terres fèrtils i molt adobades; també l'aigua, però sense embassar, ja que és molt sensible a malalties de fongs.

**Propietats**

Contenen un 95% d'aigua. Presenten vitamina A, E, B i C. L'aportació en vitamina C s'aprofita quan la carabasseta es consumeix cru o lleugerament al vapor.

Les carabassetes es mengen bullits com a verdura, ofegats, al forn o fregits. També es mengen les llavors i les flors de les carabassetes, concretament les flors es bullen o es frigen. Les llavors es mengen crues o es torren.

# TOMACA, TOMATA



**Nom científic**

*Lycopersicon esculentum L.*

**Família**

Solanàcies

**Característiques**

La tomaca va ser introduïda en el sud d'Europa en el segle XVI. Es tracta d'una planta herbàcia de tija frèvola, perenne però es cultiva com una planta anual. Forma un arbust ramós i estés. Generalment les tomaques cultivades són posats en espatlera, es tutoritzen per a facilitar el creixement i la collita. Les fulles de la planta de la tomaca són alternes, i el contorn és lobulat o dentat. Les flors naixen en raïms de 3 a 11 o més, en elles el calze és verd i els 5 pètals grocs. El fruit de la tomaca és una baia carnososa i sucosa roja o groga segons les varietats.

Sabem que les terres arenoses donen precocitat a les venedores de tomaques. Normalment el cultiu a l'aire lliure és millor que el cultiu en l'hivernacle. I si hi ha problemes de salinitat en el sòl o en l'aigua, encara que no siguen desitjables, hem de saber que aquesta situació dona tomaques més concentrades i saborosos. Les varietats antigues de tomaca són reconegudes per tot el món com les de major qualitat en aroma i gust. Són nostres i les tenim de moltes varietats. El reg és molt important. Convé evitar regs continus i amb massa aigua que donen tomaques aigualides; és millor un reg ajustat a la calor i càrrega de la planta, fins i tot una mica minvat quan la planta ja és gran. El moment de la collita és determinant: cal collir les tomaques bastant madures, res de mig verdes o pintant el color.

**Època de cultiu**

Cultivar en els mesos d'estiu és millor que avançar o retardar el cultiu: la tomaca agraeix les temperatures càlides, per això són millors les exposicions assolellades i les venedores de tomaques tutoritzades i ben podades.

**Propietats**

És un ingredient comú en les ensalades, i s'aprecia tant el seu color com la seua aroma. Es menja de moltes maneres i afig color i aroma a sopes, guisats, salses. Una vegada en el frigorífic les tomaques van perdent aroma.

La qualitat final del fruit de la venedora de tomaques està en equilibri segons tres components: el terreny de cultiu, la genètica de les plantes i les labors de cultiu.

# COL-I-FLOR



**Nom científic**

*Brassica oleracea* L.

**Família**

Brasicàcies o Crucíferes

**Característiques**

Generalment la planta produeix una única tija que porta una inflorescència gran de color blanc, blanc groguenc o cremós; es tracta d'una massa compacta de gemmes florals no desenvolupades. Aquesta inflorescència queda embolicada per fulles circumdants. En les coliflors d'hivern, aquestes fulles s'estenen cobrint-les per a evitar les inclemències del temps.

**Època de cultiu**

Se sembren a la fi de l'estiu, si no fa molta calor o a principis de la tardor per a varietats més primerenques i durant aquest. Plantades directament en el sòl o en planter. A la tardor sembren les coliflors i també és temps de sembrar o plantar altres cols com el cabdell, cols de Brussel·les o el bròcoli.

Hem de preparar molt bé el terreny, és una planta bastant exigent quant a nutrients i reg. El sòl de cultiu ha de drenar bé perquè no es produïsquen embassades, perquè un altre dels grans requisits és que són plantes exigents quant al reg, una altra dels avantatges de posar-les a la tardor o a la fi d'hivern que són èpoques més humides.

**Propietats**

Tots els tipus de coliflor tenen grans quantitats de vitamines A, K, magnesi, potassi, fòsfor, vitamines B i una llarga llista de nutrients. Conté una alta quantitat d'antioxidants, que són essencials per a la salut general del cos i ajuden a previndre malalties del cor, entre un altre as.

Es pot menjar crua, però generalment es bull i es gratina amb beixamel. També la trobem en adobats.

# CARXOFA





**Nom científic**

*Cynara scolymus* L.

**Família**

Asteràcies o Compostes

**Característiques**

La carxofa sembla ser originària del nord d'Àfrica i ja era coneguda per grecs i romans.

Brolla de cep tots els anys. Produeix una roseta de fulles generalment segmentades i amb poques o cap espina. Les fulles tenen color verd clar en el feix i en el revés estan cobertes per unes \*fibri-llas blanquinoses que li donen un aspecte pà·lid. Tant el rabet de la fulla com la vena principal tenen costelles longitudinals que sobreixen molt.

Quan la planta desenvolupa la tija, tira un plançó més o menys alt, grassó, però també amb costelles i solcs amb cada vegada fulles més escasses i menys dividides a mesura que estiguen més altes en aquesta tija. En el seu àpex, i en algunes divisions laterals, apareixen unes cabeçes molt gruixudes, cobertes de nombroses bràctees coriàcies, les carxofes. En florir, endureixen molt dites bràctees i no es poden aprofitar per a menjar.

**Època de cultiu**

Es cultiva principalment de tardor a principis de la primavera.

**Propietats**

Després de l'aigua, el component majoritari de les flors de *Cynara scolymus* són els hidrats de carboni, entre els quals destaca la inulina i la fibra. Els minerals majoritaris són el sodi, el potassi, el fòsfor i el calci; i entre les vitamines destaca la presència de les vitamina B1, vitamina B3 i xicotetes quantitats de vitamina C. No obstant això, el més destacable de la seua composició són una sèrie de substàncies que es troben en xicoteta quantitat, però dotades de notables efectes fisiològics positius.



**CENTRE D'EDUCACIÓ  
AMBIENTAL**  
DE LA COMUNITAT VALENCIANA