

SEMBRA VARIETATS LOCALS



NO

Programa escolar de consum
de fruita, hortalissa, llet i
productes làctics.
Finançat amb ajuda econòmica
de la Unió Europea.



G CONSELLERIA
O AGRICULTURA,
I PESCA I ALIMENTACIÓ
B FONS GARANTIA
/ AGRÀRIA I PESQUERA
ILLES BALEARS



G CONSELLERIA
O AGRICULTURA,
I PESCA I ALIMENTACIÓ
B SERVEIS MILLORA
/ AGRÀRIA I PESQUERA



FEAGA

CULTIUS



CULTIVAR és la pràctica de sembrar llavors de diferents varietats i dur a terme els treballs necessaris per a obtenir un aliment, ja sigui una hortalissa, una fruita o una llegum per a poder menjar.



Recorda... **PER A CULTIVAR NECESSITAM**



LLUM



AIGUA



TERRA



AIRE



LLAVORS

I CUIDAR LA TERRA DIA A DIA



TIPUS DE SEMBRA



Per a sembrar podem fer-ho directament a un camp de terra preparant el terreny amb ajuda de maquinària agrícola, o també dins qualsevol contenidor que tengui terra suficient perquè hi creixi la planta.

Avui en dia, l'enginy de la gent, tant a les ciutats com als espais reduïts, ha desenvolupat un grapat d'idees originals per a cultivar com aquestes...



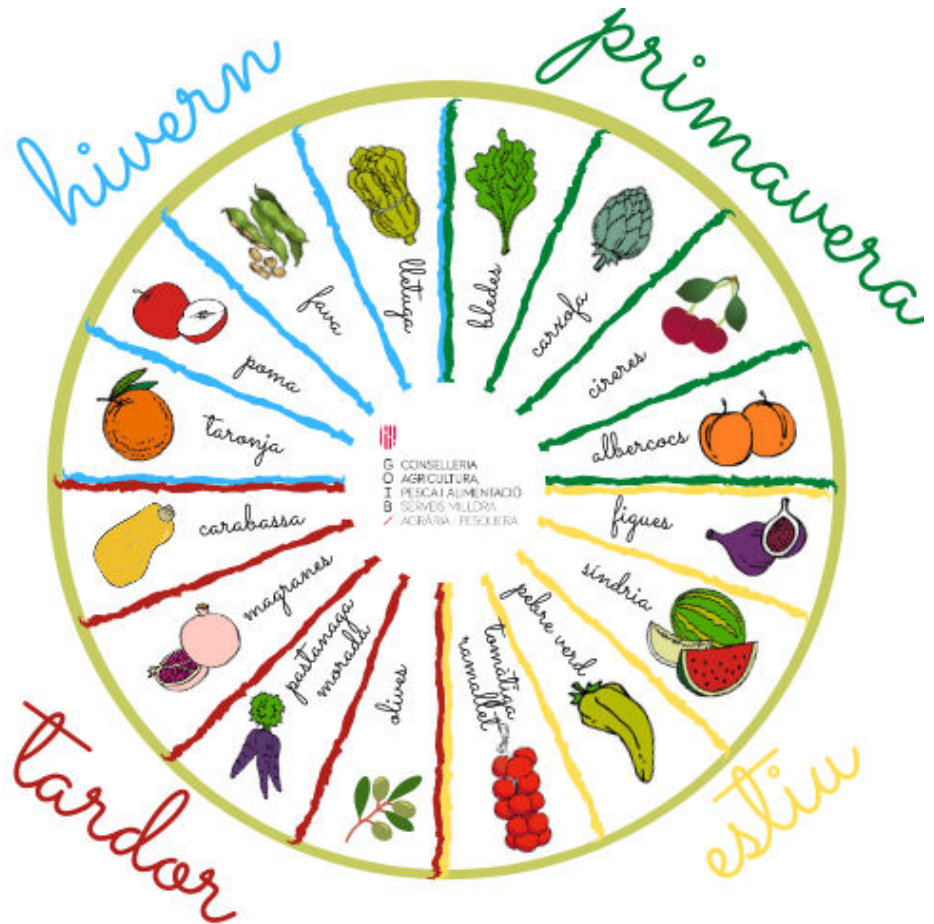
TEMPORADA

TEMPORADA I PRODUCTES

Les plantes tenen un cicle natural propi marcat per les estacions de l'any i el temps de sol i pluja que absorbeixen a cada lloc. A cada estació de l'any canvien les temperatures, el temps de llum, les pluges... Si nosaltres no modifiquem o forçem aquest ambient que els és adient, regant-les amb excés o fent-les créixer dins un hivernacle, aquestes plantes seguiran el seu cicle de vida natural.

Per això, hem de saber que a cada època de l'any trobarem les varietats locals de temporada a les botigues i mercats.

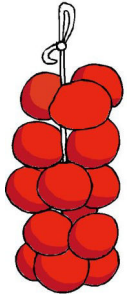
Si anam a comprar als comerços de proximitat, podrem adquirir aquests productes i ens adonarem de la seva frescor i qualitat a l'hora de consumir-los.



TEMPORADA

A LES NOSTRES ILLES hi ha productes que trobarem a les botigues i als mercats durant tot l'any, atès que tenen alguna característica que els permet no fer-se malbé i conservar-se durant més temps.

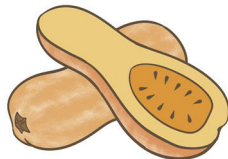
La tomàtiga de ramellet, l'all i la carabassa es recol·lecten un pic l'any, però la seva forma natural ens permet conservar-los i consumir-los durant tot l'any.



La tomàtiga de ramellet es cultiva a finals de març i es recol·lecta a l'estiu. És una hortalissa que té poca humitat i la pell molt gruixada. Aquestes característiques permeten conservar-la durant tot l'any i en ramells.



L'all es cultiva al desembre i es recol·lecta per juny, té propietats molt beneficioses. És un producte que té poca humitat i està protegit per un munt de capes; per això es conserva.



La carabassa és una hortalissa que recol·lectam a finals d'estiu; si la posam a un lloc fresc i amb poca llum, la podem conservar durant molt de temps.

PARTS D'UNA HORTALISSA

DEPENENT DE L'HORTALISSA QUE TRIÏS ET MENJARÀS UNA PART O UNA ALTRA



La fulla



La flor



Les llavors



El fruit



L'arrel



La tija

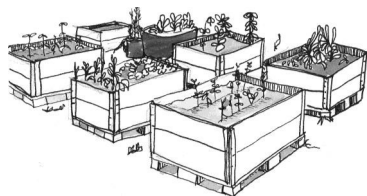


El tubercle

PLANIFICA EL TEU HORT



Fes un dibuix o un plànol de com seria el teu hort, imagina't l'espai que utilitzaries (hort vertical a una paret, al terra d'un hort, dins una pastera...) i dibuixa quines hortalisses hi podries cultivar depenent de la temporada.



RECEPTA

COCA DE TREMPÓ, VERDURA, PEBRES...

Ingredients per a la pasta:

Una mida d'aigua

Una mida d'oli d'oliva

Mitja mida de saïm

La farina necessària per crear una massa que no s'aferri a les mans.



mercat o botiga propera i adquiriu tot el necessari, i recorda: que sigui fresc i de proximitat.
A l'hora d'elaborar una recepta, el més important és triar productes de temporada; depenent del que trobis al mercat podràs fer la coca d'un tipus o d'un altre.

COCA DE TREMPÓ



COCA DE PEBRES



1. Mescla tots els ingredients fins a obtenir una massa compacta.
2. Unta amb oli una llauna de forn i estén-hi la massa amb ajuda dels dits fins que quedi estirada.
3. Talla a trossos petits l'hortalissa de temporada que hakis triat.
4. Col·loca les hortalisses damunt la massa i que quedi tot ben repartit.
5. Posa-hi oli i sal al gust i enfora-la a 180°C fins que sigui cuita.

Elabora una coca de **trempó, verdura o pebres** amb ajuda de la teva família. Prepara un llistat amb tots els productes necessaris, anau a un

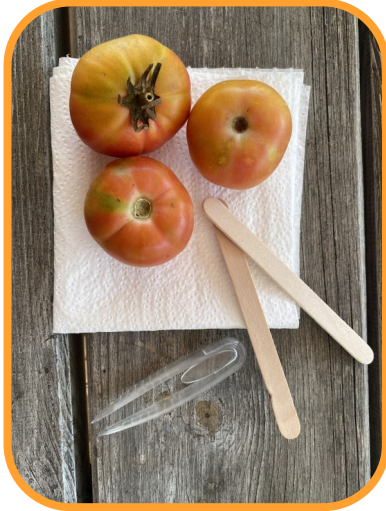


COCA DE VERDURA

CONSERVA LES LLAVORS



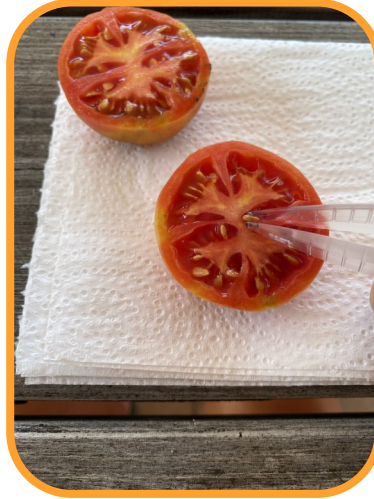
Extreure les llavors de les plantes és una feina que els agricultors i les agricultores han fet des de sempre per conservar les varietats de més qualitat i més productives.



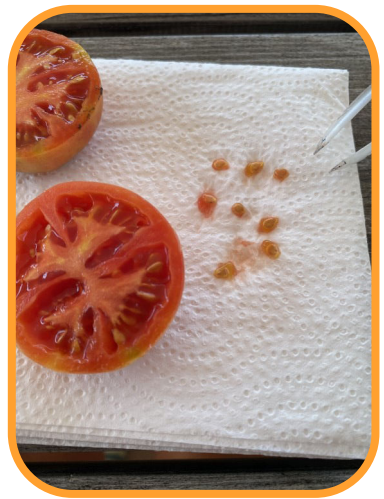
Cerca tomàtiques, pinces o pals i un paper absorbent.



Talla la tomàtiga per la meitat i veuràs les llavors a dins.



Amb l'ajuda d'unes pinces o un pal, extreure totes les llavors.



Col·loca les llavors al paper absorbent i deixa-les assecar.

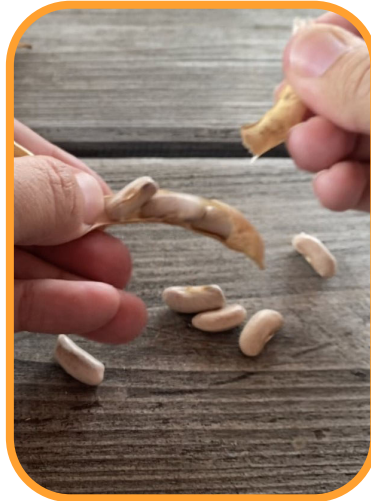
CONSERVA LES LLAVORS



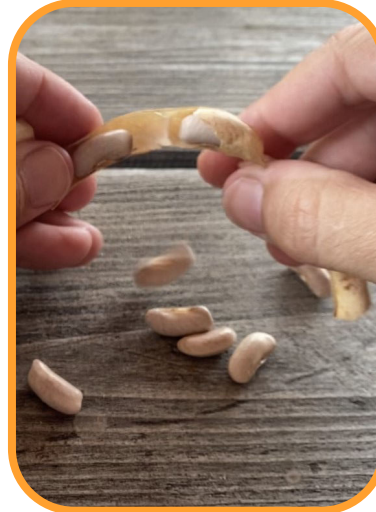
Si aprens a extreure les llavors de les varietats amb més qualitat i més productives del teu hort, et convertiràs en un pagès o una pagesa autosuficient. Pots emmagatzemar-les dins pots de vidre i posar-hi una etiqueta amb el nom de la varietat i la data.



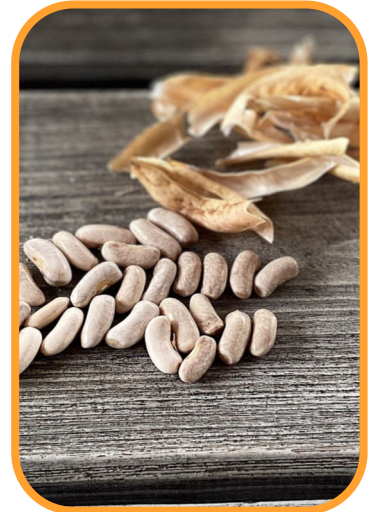
Cerca mongetes o qualsevol altre llegum que ja s'hagi assecat i no sigui tendre.



Romp la bajoca i hi veuràs les llavors a dins.



Extreu les llavors amb els dits.



Guarda les llavors dins una bossa o un pot de vidre.

GERMINAR UNA LLAVOR



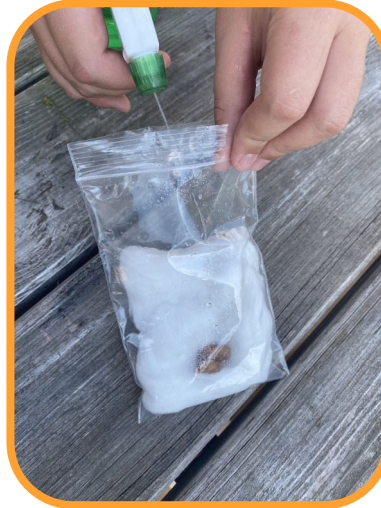
Germinar és el procés mitjançant el qual una llavor es desenvolupa fins a convertir-se en una nova planta. En aquesta pràctica utilitzarem un sistema molt fàcil, amb una bossa transparent que puguem aferrar a una finestra on li arribi la llum.



Agafa una bossa de plàstic, llavors i un poc de cotó.



Introdueix el cotó dins la bossa i les llavors repartides a dins, damunt el cotó.



Rega-ho amb pulveritzador fins que el cotó quedi ben banyat.



Col·loca la bossa a un vidre de casa teva on la llum ajudi a germinar les llavors.

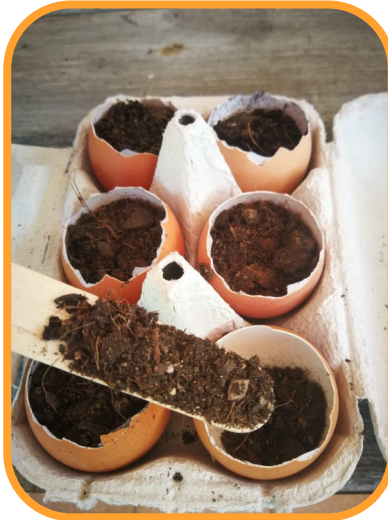
SEMBRAR UNA LLAVOR



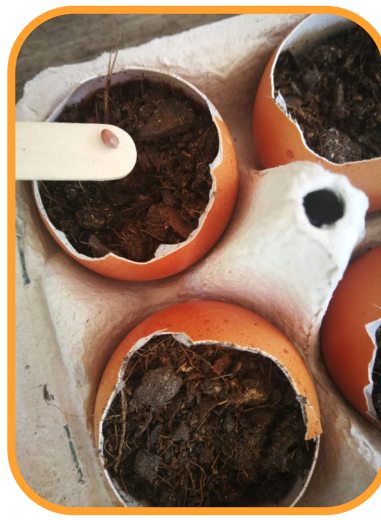
Sembrar és l'acció d'introduir o escampar llavors a la terra preparada, amb la finalitat d'obtenir una planta que ens proporcionarà un fruit.



Agafa les closques dels ous i fes un forat petit a la part inferior.



Omple-les de terra amb molta cura que no es rompi la closca de l'ou.



Introudeix una llavor dins cada ou i tapa-les amb més terra.



Rega el contingut amb pulverització fins que quedi ben humit i espera uns dies perquè creixi.

REUTILITZA UN BRIC



Reutilitza els envasos per a sembrar llavors de diferents hortalisses i fruites, que després podràs trasplantar a la terra.



Agafa un bric buit i retalla'n una part amb unes tisores.



Omple de terra el bric i sembra-hi la llavor que vulguis.



Rega'l amb un dosificador dos pics per setmana o quan la terra sigui eixuta.



Anota a un pal la llavor que has sembrat i la data de sembra; així sabràs el que has sembrat i el temps que es torba a créixer.

RECIPIENT BIODEGRADABLE



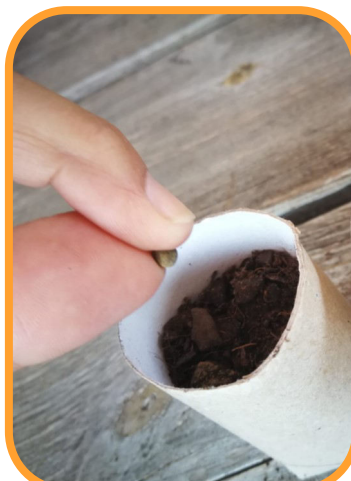
Crea un recipient multipot a partir d'un rotlló de paper higiènic. Aquest mateix recipient, quan la llavor hagi germinat, es pot trasplantar directament dins la terra perquè es descompondrà de manera natural dins el substrat.



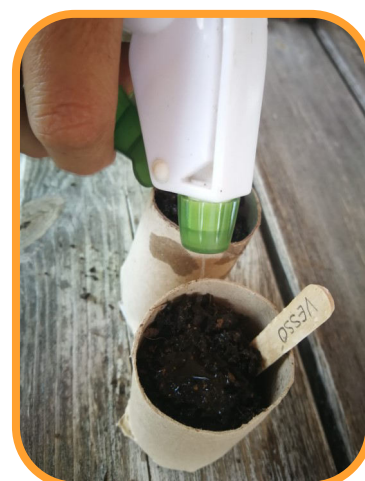
Agafa un rotlló de paper higiènic i fes-hi quatre talls.



Doblega els quatre talls de manera que et quedi com a la imatge.



Omple'l de terra i sembra-hi la llavor que vulguis.

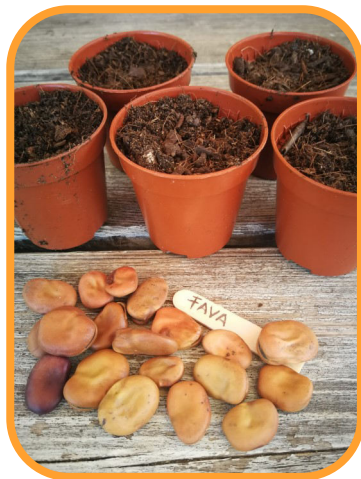


Rega'l amb un pulveritzador i anota a un pal la llavor que has sembrat i la data.

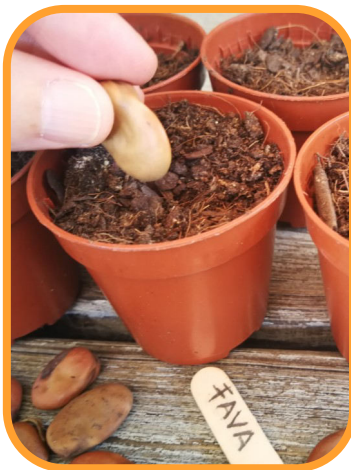
SEMBRAR UNA LLAVOR



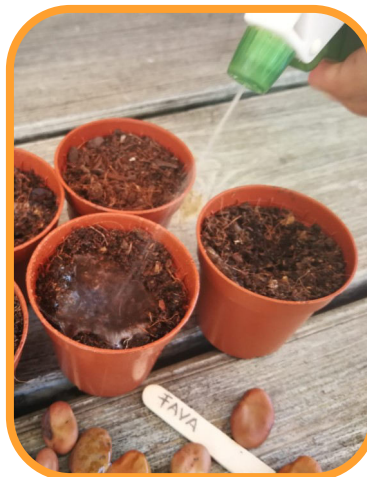
Reutilitza els envasos per sembrar llavors de diferents hortalisses i fruites, que després podràs transplantar a la terra.



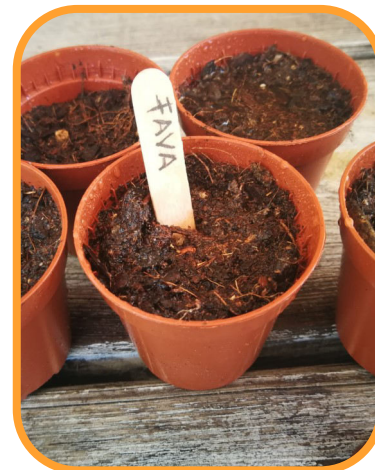
Prepara tot el material necessari i omple els potets de terra.



Sembra una llavor dins cada potet.



Rega'l amb un pulveritzador fins que la terra quedi ben humida.



Anota a un pal el nom de la llavor i la data; recorda regar-los cada dos dies.

VARIETATS DE MALLORCA

Les varietats locals són aquelles que han passat de generació en generació de pagesos i pageses. Aquestes han estat seleccionades per la seva qualitat i per la seva adaptació a l'entorn on es cultiven.

**TOMÀTIGA
DE
RAMALLET**



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des

**PASTANAGA
NEGRE**



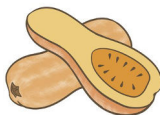
Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des

PEBRE ROS



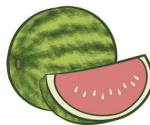
Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des

CARABASSA



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des

SÍNDRIA



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des



SEMBRAR



TRASPLANTAR



RECOL·LECTAR

VARIETATS DE MENORCA

Les varietats locals són aquelles que han passat de generació en generació de pagesos i pageses. Aquestes han estat seleccionades per la seva qualitat i per la seva adaptació a l'entorn on es cultiven.

ALBERGÍNIA
DE MAO



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

CARXOFA
MORADA



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

CARABASSÓ
ANTIC



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

GUIXÓ DE
CARETA NEGRA



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

MELÓ BLANC
DE TOT L'ANY



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											



SEMBRAR



TRASPLANTAR



RECOL·LECTAR

V. EIVISSA I FORMENTERA

Les varietats locals són aquelles que han passat de generació en generació de pagesos i pageses. Aquestes han estat seleccionades per la seva qualitat i per la seva adaptació a l'entorn on es cultiven.

CITRÓ DE TORRAR



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

CEBA VERMELLA



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

COL PAGESA



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

MELÓ ERIÇÓ



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											

MONGETA DE PASTA REIAL



Gen	Feb	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ags	Set	Oct	Nov	Des
											



SEMBRAR



TRASPLANTAR



RECOL·LECTAR