

ESPINAC ABLEDAT



Nom científic: Spinacia oleracea

Origen: Tremp

És un espinac d'hivern de color verd fosc. Fa una fulla grossa molt semblant a la bleda, per això li diem espinac abledat.

Per a recollir la llavors s'ha de deixar espigar quan arriba la calor.

Fa una flor de color blanc i quan s'asseca, se'n treuen les llavors.

Per a que es faci gros s'ha de sembrar al setembre i deixar créixer tot l'hivern.

Es pot menjar cru en amanides o cuinat en sofregits i remenats amb ous.



150 llavors
aprox.

Tremp
Pallars Jussà

KM 0

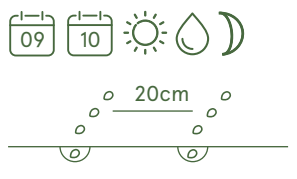
CONSERVAR EN UN LLOC SEC I FRESC.

COM PLANTAR LES LLAVORS?

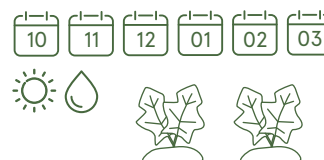
Llegenda:

-  Mes de l'any
-  Necessita llum solar
-  Guardar a dins de casa
-  Necessita aigua
-  Conservar en un lloc fresc
-  Evitar la llum solar
-  Conservar en un lloc sec
-  Sembrar en lluna creixent

1 Sembra directe.



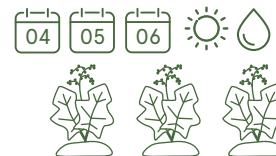
2 Cuidar i deixar créixer.



3 Collir les fulles per menjar.



4 Deixar espigar alguns espinacs per fer llavor.



5 Assecar les flors i triar les llavors



6 Guardar la llavor.



El projecte Llavors d'Oportunitats



Llavors d'Oportunitats és un projecte d'agricultura social impulsat per la cooperativa Alba Jussà. Amb aquest projecte volem recuperar i preservar les llavors de varietats d'horta cultivades en petits horts particulars pels padrins i padrines del Pallars Jussà.



Des del nostre hort situat a Tremp tornem a cultivar les llavors i n'extraïem les noves per vendre-les i promoure el seu cultiu arreu del territori.

A partir d'aquest projecte de treball amb la terra i des d'Alba Jussà, promovem la inserció laboral de persones vulnerables amb dificultat d'accés al treball, i les acompanyem perquè assoleixin els seus desitjos i il·lusions amb una visió inclusiva i comunitària.