



Pèsol

Nom científic: Pisum sativum

Espècie: Pèsol

Família: Lleguminoses

Planta de port nan que no supera els 50 cm d'alçada. Són de color verd fosc amb un nombre de foliols per fulla de 6. El marge és llis i tenen els nervis, al centre de la fulla, d'un color verd clar tirant a blanc. La llavor és de color canyella, quadrada i fortament arrugada

Els pèsols frescos de temporada (de març a maig) són una autèntica meravella per al paladar que val la pena aprofitar també, perquè són molt rics nutritivament. Els pèsols destaquen per un contingut alt en vitamines del grup B, vitamina C, proteïnes fàcilment digeribles, hidrats de carboni d'assimilació lenta i minerals com el calci, el ferro, el potassi.



Sembra

1r pas. Deixa les llavors en remull durant 2 hores.

2n pas. Prepara la terra per sembrar. A l'hort, fes forats a una distància de 40 cm, deixant 60 cm entre fileres. Al balcó, prepara testos o jardineres amb terra.

3r pas. Posa 18 llavors per metre quadrat, tapa amb terra, pressiona una mica la terra al voltant de les llavors i rega. La terra s'ha de mantenir humida fins que germinin les plantes i ha de drenar bé.

Al cap de 10/12 dies començaran a sortir els brots tendres.

Sistema de creixement i maneig

No necessita tutor. El terra ha d'estar a uns 10 graus.

Rega de tant en tant.

Gaudeix de la teva collita!



BIBLIOTEQUES
MUNICIPALS
DE REUS



Collectiu
Eixarcolant

Quan es cultiva?



Època de sembra:
De setembre a març



Època de trasplant: -



Època de recol·lecció: a partir de 4/5 mesos

Com es multiplica?

És una espècie **autògama**, això vol dir que les flors s'autopol·linitzen.

A la cuina

Els pèsols frescos en gra, els podem bullir, però molts pocs minuts, quasi només escaldar. Si els volem afegir a les sopes, als estofats, o fer-los saltats, el més convenient és posar-los quan apaguem el foc. Així mantindran tots els nutrients intactes.