



Campaneta (*Campanula rapunculoides*).

PROTECCIÓ DEL SÒL AMB PLANTES ENTAPISSANTS MULTIFUNCIONALS

TEXT I IMATGES: Gisela Mir Viader i Mark Biffen

A Phoenicurus (Cardedeu) ja fa uns quants anys que dissenyem, plantem i experimentem amb el concepte de "bosc d'aliments"¹. En aquest particular sistema agrícola són sovint els arbres, sobretot els fruiters, els que agafen el protagonisme, però valorem cada vegada més la presència de les plantes més humils de l'estrat herbaci. Són aquestes les que ens estalvien la feina de desherbatge d'altres plantes menys desitjades; protegeixen el sòl, que per nosaltres és un element clau tant al bosc d'aliments com a l'hort, i a més n'hi ha moltes que, collides amb respecte i moderació, també poden alimentar-nos. És per això que ara, per als que cultiveu un jardí o un hort, ens agradaria presentar-vos un enfocament que atorga especial importància a la gestió del sòl i a les plantes entapissants com a estratègia a explorar.

¹Bosc d'aliments: El concepte encara és poc estès, però fa referència a un espai d'alta biodiversitat, inspirat en l'estructura d'un bosc jove (o fins i tot, d'una sabana), on hi predominen plantes perennes i comestibles.

Per als que cultiven un jardí o un hort, ens agradaria presentar un enfocament que atorga especial importància a la gestió del sòl i a les plantes entapissants com a estratègia per explorar. Així doncs, volem fer referència a la particular perspectiva que dona l'"agricultura natural", terme que podria semblar una redundància, però que s'entén com una manera de conrear de la forma més respectuosa possible més enllà de la mera etiqueta ecològica, amb molta observació i amb una intervenció mínima i conscient. S'hi busca crear sistemes on la natura no es percebi com a amenaça, tal com passa sovint en l'agricultura i la jardineria convencionals, sinó com l'element més benvingut perquè es produeixin els equilibris i la salut del sistema que busquem.



Campaneta
(*Campanula rapunculoides*)

Des d'aquesta visió, una de les prioritats és la posada en valor de la qualitat del sòl, afavorint-ne la microbiota, i protegint-lo físicament dels raigs solars i de l'impacte i l'erosió de la pluja intensa.

Convertint aquest principi en tècniques concretes, s'evita, per una banda, llaurar i remoure regularment la terra i, paral·lelament, s'intenta tenir el terra sempre cobert, ja sigui amb plantes vives o amb encoixinament. Una tècnica no s'entén sense l'altra: deixar de llaurar i de remoure la terra, sigui amb maquinària o a mà, no funciona si no va acompanyat de la cobertura del sòl, per a evitar sobretot la compactació i l'erosió del terreny.

En el context hortícola, treballant principalment amb plantes de cicle curt, resultaria difícil combinar les hortalisses amb una coberta viva —és cert que hi ha hortolans que ho han experimentat amb coberta de trèvol, sens dubte agafant els camps d'arròs de Fukuoka (Japó) com a inspiració, però de moment encara no en coneixem experiències prou consolidades aquí—. Per això, a l'hort natural (o sinèrgic), s'acostuma a cobrir el sòl amb encoixinament mort, és a dir, format per parts de plantes seques, que poden ser palla, fullaraca, herba tallada, restes dels mateixos cultius anteriors, etc.

En canvi, en un jardí o entre els arbres i arbustos d'un verger o bosc d'aliments, sí que resulta molt més fàcil, i fins i tot més lògic, buscar plantes vives

que facin aquesta funció de cobrir el sòl i reduir la presència d'altres plantes no desitjades.

Si ocupem tota la superfície amb plantes, tinguin les formes i els ports que tinguin, podem aconseguir l'objectiu de protegir força el sòl. A vegades, però, al voltant i sota les mates i els arbustos, el terra pot quedar nu, i aquí és on les plantes reptants troben el seu nínxol, gràcies al seu port baix i a la seva capacitat d'estendre's. Així, de passada, creem espais veritablement multiestratificats.

Com que, entre les nostres preferides, són diverses les plantes que es troben silvestres en un indret o un altre de Catalunya, hem pensat que pot ser interessant presentar-les, per si algú vol agafar alguna idea per al seu jardí, sigui un "jardí comestible"² o no.

Vet aquí, doncs, algunes plantes que compleixen els requisits de ser bones cobertores del sòl, perennes, silvestres i, algunes, comestibles o medicinals. Moltes, a més, constitueixen un bon refugi i aliment per a insectes auxiliars dels cultius (pol·linitzadors o depredadors que ajuden a evitar plagues)³.

■ **Búgula** (*Ajuga reptans*): antigament s'havia utilitzat com a medicinal i també se n'han menjat els brots i fulles tendres, tot i que té algun grau de toxicitat i, per tant, és millor no consumir-ne gaire. En tot cas, sí que funciona com a entapissant. És molt resistent i espessa, tot i que creix lentament i, com a planta de sotabosc que és, prefereix tenir una mica d'ombra.

■ **Campaneta** (*Campanula* spp., per exemple *Campanula rapunculoides*): potser és la més polivalent de la llista, ja que no només té flors i fulles comestibles, sinó que també és tradicionalment coneguda per la comestibilitat i el bon gust de les

²El concepte de jardí comestible seria semblant al bosc d'aliments però en una dimensió més domèstica i amb una voluntat més ornamental.

³Les espècies que citem són les que ens funcionen bé en el clima de Cardedeu –Vallès Oriental; 190msnm– i en un sòl franco-sorrenc amb possibilitat de reg de suport; altres llocs i terrenys tindran altres opcions –orientativament, observeu què és el que creix naturalment a la vostra àrea.



Espunyidella groga (*Galium verum*).

arrels. Les seves boniques flors d'un blau lilós en fan una planta especialment adequada per al jardí.

■ **Colitxos** (*Silene vulgaris*): si us en surten de manera espontània al vostre terreny, sou afortunats, perquè gaudireu d'una de les verdures silvestres més apreciades a la cuina tradicional.

■ **Crèspol** (*Diplotaxis tenuifolia*): és una planta molt valorada, ja que és una altra de les poques d'aquesta llista de les quals en menjaríem un plat sencer. Les persones aficionades al gust de la ruca poden combinar el conreu de la rúcula anual (*Eruca vesicaria** subsp. *sativa*) amb aquesta entre setembre i març, per tenir-ne al plat durant tot l'any.

■ **Espunyidella groga** (*Galium verum*): planta entapissant de textura suau i petites flors grogues que, malgrat la fragilitat aparent, cobreix amb seguretat l'àrea on es planta. Antigament se n'aprofitaven les flors per fer quallar la llet, per a fer matons i formatges; d'aquí el seu altre nom popular: quallallet.



Maduixera (*Fragaria vesca*).

■ **Herba de Sant Jordi** (*Centranthus ruber*): més associada amb parets i zones rocoses, plantada a terra (millor si és un terra ben drenat) creix més horitzontal. Ofereix fulles i flors comestibles.

■ **Maduixera** (*Fragaria vesca*): passejar pel verger com a caçador-recol·lector i atipar-se dels seus fruitets és un plaer. Ni tan sols val la pena intentar fer-les arribar a la cuina. És molt bona entapissant, sobretot per a zones de mitja ombra.

■ **Menta** (*Mentha* spp.): les mentes són conegudes per tenir una gran capacitat d'expansió quan les condicions són adequades, però, igual que passa amb la tarongina, preferim tenir menta que no pas gram (*Cynodon dactylon*). N'hi ha moltes espècies, cadascuna amb un matis diferent d'aroma, que podem afegir a amanides i postres, a més de fer-ne tisanes. Igual que la tarongina, les mentes creixen bé a l'ombra o mitja ombra, i volen un reg regular.

■ **Milfulles** (*Achillea millefolium*): la milfulles no creixerà bé en terrenys extremadament secs, però, per poc que tingui garantit una mica de reg, s'escamparà creant una catifa de textura suau. Quan floreix es fa més alta, però llavors podem gaudir de les seves boniques inflorescències blanques o lleugerament liloses que, a més, són bones per a fer-ne infusions.

■ **Orenga** (*Origanum vulgare*): aquesta planta molt utilitzada com a condiment arriba a crear una coberta molt atapeïda que frena la presència de qualsevol planta no desitjada. Les flors són molt bones atraients d'abelles i papallones.

■ **Rementerola** (*Satureja calamintha***): és una de les poques espècies que surten espontàniament al nostre terreny. A part de l'olor i l'ús com a condiment, ens agrada molt la floració a final d'estiu, en un moment en què no hi ha gaires flors per a les abelles.

■ **Sarró** (*Chenopodium bonus-henricus*): si bé en llocs de muntanya el sarró és conegut per la seva capacitat expansiva, a la plana té dificultats per prosperar-hi, si no té una mica d'ombra i un bon reg. Al nostre verger ens conformem, doncs, amb el seu "cosí" anual, el blet blanc (*Chenopodium album*), tot i que en un hort no remogut⁴, la llàstima és que en surt poquíssim.

* *Eruca vesicaria* segons The Plant List.

** *Calamintha nepeta* segons The Plant List.



Trèvol de prat (*Trifolium pratense*).



Verdolaga (*Portulaca oleracea*).

■ **Serpoll** (*Thymus serpyllum*): més baix i discret, el serpoll ja no ho podria ser. Com a conseqüència, s'ha de vigilar qui té com a planta veïna, perquè no quedi ofegada per l'altra. Amb tot, constitueix una coberta de color verd fosc, espurnejada de colors rosats quan floreix, molt apreciable visualment i olfactivament.

■ **Tanarida** (*Tanacetum vulgare*): en la mateixa línia que la tarongina, potser la seva inclusió és una mica dubtosa, ja que pot ser molt potent i expansiva, i acaba fent una mata bastant alta que fa més difícil la seva combinació amb altres plantes. Tanmateix, ens segueix agradant força per la capacitat d'exercir de refugi hivernal de les marietes.

■ **Tarongina** (*Melissa officinalis*): Teniem alguna reticència en el moment d'incloure-la, ja que bona part de l'any, sobretot durant la floració, creix massa alta per ser considerada reptant i ha demostrat ser molt expansiva. Tot i així, se'n fa unes infusions boníssimes, atreu moltes abelles i, tallant-la més sovint, es mantindria més baixa i es reduiria la producció de llavors.

■ **Trèvol de prat** (*Trifolium pratense*): No és tan reptant com el lotus (*Lotus corniculatus*) –una altra planta lleguminosa i entapissant interessant–, però té l'avantatge de la seva comestibilitat, tant de les fulles tendres com de les flors.

⁴Encara que vagi en contra de les tècniques i estètica típiques dels horts, és possible conrear les hortalisses més conegudes sense remoure el terra en cap moment (ni amb aixada o fanga, ni amb motocultor). La clau és treballar amb bancals de cultiu ben delimitats que no es trepitgin i amb encoixinament perquè no es compactin.

■ **Verdolaga** (*Portulaca oleracea*): Podríem dir el mateix que en el cas anterior. És una bona planta entapissant i una de les millors verdures espontànies per a posar al plat, cuita o crua. Però dura només una temporada, així que no la plantem expressament, però allà on surt –en un hort encoixinat sol ser només als camins– i no disturba les nostres hortalisses, la deixem créixer i l'aprofitem.

■ **Violeta** (*Viola odorata*): Per tancar la llista alfabèticament, potser si haguéssim de triar la nostra preferida, seria aquesta. Té flors comestibles, fulles comestibles i és present tot l'any, encara que pateixi una mica en els moments de més calor i més fred si queda massa exposada.

Per a més informació sobre el concepte del "bosc d'aliments" i el projecte Phoenicurus en general, es pot consultar la nostra pàgina:

phoenicurus-permacultura.org

O escriure'ns aquí:

phoenicurus.permacultura@gmail.com

Qui és Phoenicurus?

Gisela Mir Viader i **Mark Biffen** són dissenyadors de Permacultura titulats i creadors del projecte Phoenicurus a Cardedeu des de 2009, un espai de formació i demostració en permacultura, hort natural i bosc comestible. Més sobre [Gisela Mir](#) o sobre en [Mark Biffen](#).
