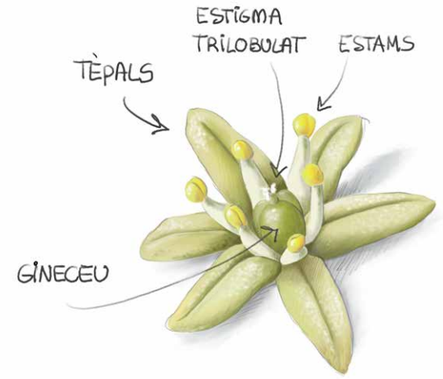
Per **Rafel Mas**
dibuixos de Cati Artigues

D'esparragueres i espàrrecs

Les esparagueres o esparragueres són espècies vegetals que pertanyen a la família de les liliàcies (Asparagaceae). Les diferents espècies presenten diversitat de morfologies i adaptacions, unes tenen fulles (cladodis se'n diuen) toves i suaus, planes o plomoses, i altres són pràcticament tiges amb fulles escamoses modificades en forma d'estructures espinoses, envitricollades i impracticables. Això ho saben bé els collidors d'espàrrecs que retornen a casa amb les mans ben espinades, com les d'un Ecce homo!

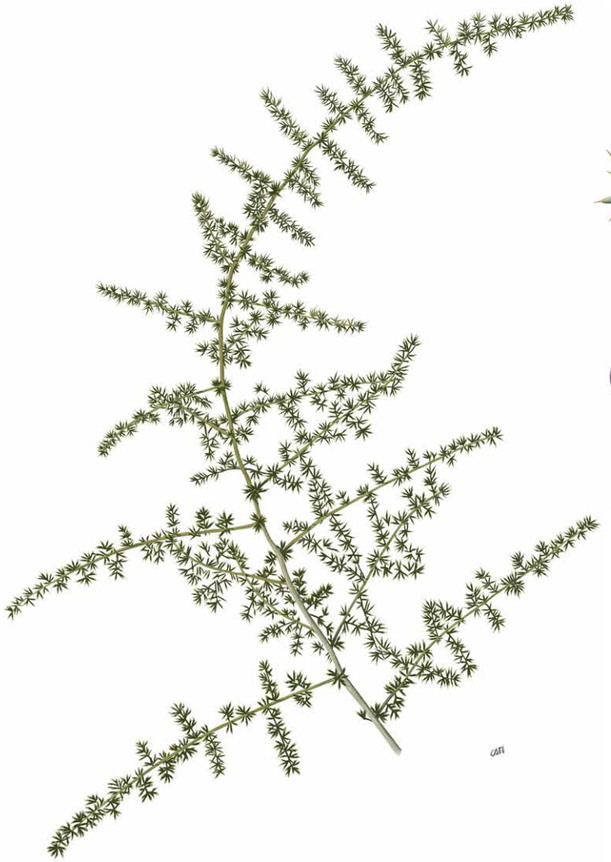
Les flors són petites, hermafrodites, amb 5 pètals i 5 estams. Són molt nectaríferes i oloroses, produeixen fruits rodons, globosos, són baies que contenen 1 o 2 llavors subesfèriques de color negre.

L'esparreguera boscana (Asparagus acutifolius) floreix entre els mesos de juliol i octubre, i les seves baies són verd clar quan són verdes i tornen verd-blavós en madurar; l'esparreguera vera (Asparagus horridus o A. stipularus) floreix entre els mesos d'abril i setembre, i les seves baies són de color verd clar quan són verdes i tornen negres en madurar.



Detall de la flor d'esparraguera, amb les seves parts

Esparraguera vera, Asparagus horridus, amb espàrrecs i fruits



Esparraguera boscana, Asparagus acutifolius, amb el seu espàrrec i els fruits

Quan arriba el mes de febrer surten els primers espàrrecs, comença l'època de sortir a cercar-los i collir-los. En trobarem habitualment entre el mes de febrer i el mes de març, tot i que depenent de l'any, al gener ja en podrem trobar, i la seva collita es pot perllongar fins a l'abril-maig, si és un any que ha plogut molt. El collidor ocasional d'espàrrecs, ha de saber que competeix amb un adversari ferotge i implacable, «El Collidor Habitual Jubilat». Aquest organisme rastrejador no perdona cap vorada, ametlerar o camí susceptible de brostada d'espàrrecs; les senyes de tiges ja tallades i absència de nous brots, ens faran desistir en la recerca en aquella zona..., cercar en un redol esquilmat és com rentar el cap a s'ase (perdre el temps i el lleixiu...).

Són dues les espècies objectiu de recollida d'espàrrecs per a menjar: per una banda els que treu l'esparaguera boscana, esparaguera fonollera, borda o de ca (A. acutifolius), la reconeixerem bastant bé pel seu color verd, abundància de fulles i perquè arriba a fer-se una petita liana enfiladissa per la vegetació de voreres de camins; i per altra, i sota el meu punt de vista, els espàrrecs més valorats, els de l'esparreguera vera, esparraguera de menjar o de cristià (A. horridus); aquesta es troba vora parets o sobre elles, a marges de camí o al voltant d'arbres en cultius abandonats. D'espàrrecs també en trobam a l'esparaguera de gat (Asparagus albus), però no són tan interessants, ni apreciats com els dos anteriors.

De vegades quan trobam espàrrecs, n'observarem algun o més d'un, grassonet,

gruixudet a la part final, amb la punta en forma de bolla o globus, i fins i tot de vegades tort i amb el cap tombat. Hi ha una sèrie de causes que poden donar lloc a deformacions en les parts apicals dels espàrrecs, s'ha d'anar alerta en què no s'hagin esquitxat les voreres amb herbicides com ara el glifosat, davant el dubte, no en consumiu d'aquestes zones. Però entre les causes naturals d'aquestes deformitats hi pot haver la deguda a una infecció per nematodes (nematelmints o cucs rodons), o el més habitual, el conegut en el món rural com a "caparrot". Aquesta darrera deformació no és res més que el creixement engrossit i desmesurat dels teixits de l'extrem de l'espàrrec, per formar el que es coneix com a gala ("agalla" en castellà).

Les gales o cecidis que es desenvolupen als espàrrecs són provocades per un cecidòmid (espècie de mosquit nematòcer de la familia Cecidomyiidae), que realitza una posta en aquesta part de la planta. El cecidòmid sol ser de l'espècie Dasineura asparagi (Tavares 1902), i quan es desclouen els ous que ha dipositat en els teixits apicals de la planta, aquests alliberen una sèrie de substàncies que fan que la planta creixi i engrossi els teixits, formant aquest caparrot i protegint les larves del moscard en el seu desenvolupament fins a la seva emergència, que reiniciarà el cicle.

Aquestes gales induïdes per la posta de Dasineura es desenvolupen sobretot sobre els espàrrecs de l'esparaguera boscana (A. acutifolius) i sobre l'esparaguera vera (A. horridus). Si xapam per la meitat, amb cura i amb un ganivet, una d'aquestes gales, podrem observar una sèrie de petites larves blanques semblants a larves de mosca en miniatura, tenen només uns mil·límetres. Dins d'un caparrot en podem trobar un nombre elevat d'aquestes.

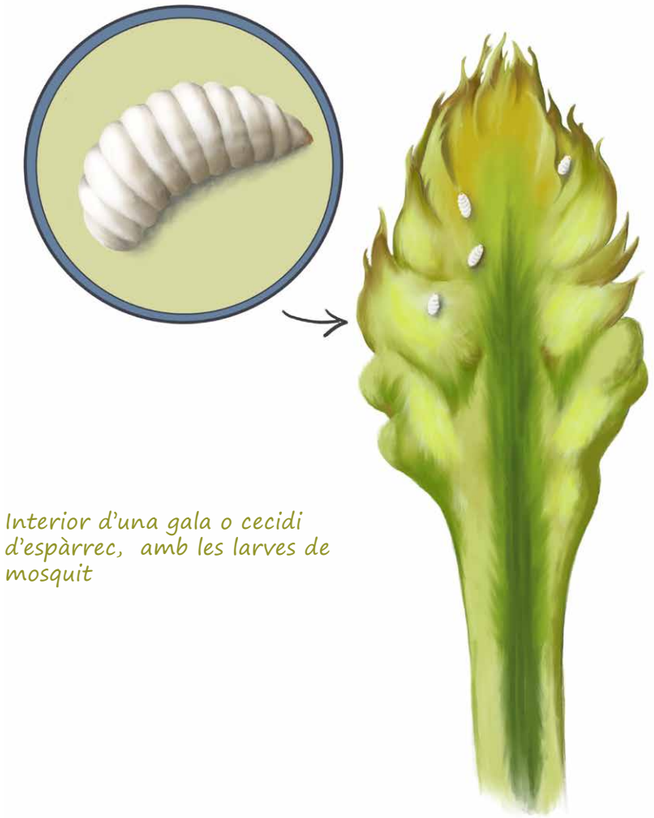
És per això que evitarem agafar els espàrrecs «que tenen caparrot», doncs visualment ja podem tenir una pista i saber que els succeeix alguna cosa estranya..., a no ser que vulguem menjar verdura rica amb fibra i amb un extra de proteïna!

Mentre anam collint espàrrecs, en tenir un diàmetre d'uns 10 cm, ja podem fer un manat. Els manats els anirem fermant amb una fulla de porrassa, que revoltarà el gruix del manat, i que fixarem clavant garrotets amb una mica de cabota (vegeu número anterior des Busqueret dedicat a «La porrassa, la planta dels tres noms»), i cap a casa hi falta gent!

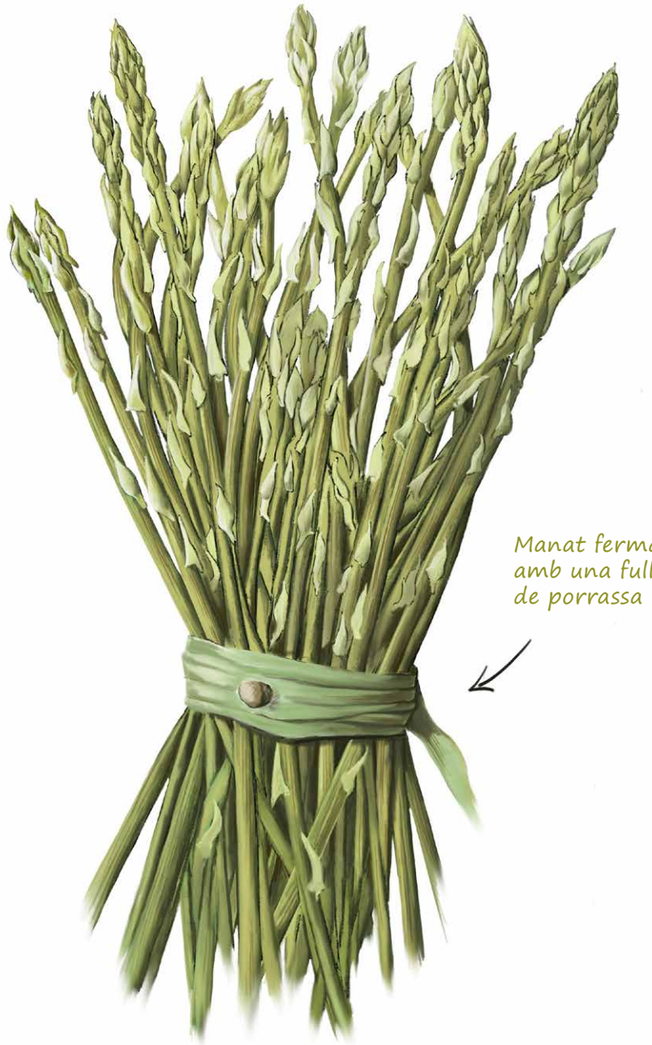
Cuinar espàrrecs

En tenir un bon manat d'espàrrecs, podem procedir a cuinar-los i a gaudir-ne. Començarem a trossejar els espàrrecs des de la punta, fent fragments d'uns 3 cm, anirem fent això mentre la tija es xapi bé, així fins a arribar a l'extrem en què sigui massa dur i fibrós i el rebutjarem. Una vegada trossejats tots els espàrrecs, s'han de rabejar per eliminar la pols. Procedirem a tirar-los dins aigua bullent i els escaldarem 4 o 5 minuts i després colarem per eliminar l'excés d'aigua. Una vegada escaldats es poden congelar i reservar per altres ocasions, però si decidim menjar-los el mateix dia podem fer-ne una truita. La truita anirà a gust del consumidor, ja sigui quant a quantitat d'espàrrecs o si es vol fer amb patata o sense, però segur que gaudireu del seu sabor suau a la vegada que de la seva amargor. Els espàrrecs són molt gustosos cuinats, però també són comestibles en cru, si bé la seva amargor farà que no siguin del gust de tothom.

Els espàrrecs són rics en fibra, àcid fòlic, potassi, el flavonoide rutina i asparagina. Són molt diürètics, només tenen una pega, la presència de l'àcid asparagusic, que una vegada metabolitzat, dona lloc a metanotiol i dimetil sulfur, que donen olor forta a l'orina a pocs minuts d'haver ingerit espàrrecs. Diuen que tothom metabolitza l'asparagusic, però no tothom pot percebre aquesta olor, i que això ve determinat per la genètica de les persones, però això ja són altres històries... •



Interior d'una gala o cecidi d'espàrrec, amb les larves de mosquit



Manat fermat amb una fulla de porrassa

I per sabre'n un poc més:

Gradaille, J.Ll. i Bonet, J. (2022) Diàspores. Fruits i llavors de la Flora Balear. Dispersió. Ed. Fundació Jardí Botànic de Sóller-Museu Balear de Ciències Naturals. Asparagus horridus L.

Mascaró Sintes, C. (2016) Espàrrecs. Plantes comestibles de Menorca. GOB Menorca.

Newbould, J. i McLennan, D. (2003) Guia de les Plantes. Plants of paths, marsh and meadows. Pisces publications.

Sánchez, I., Skuhravá, M. i Skuhravý, V. 2012. Gall midges (Diptera: Cecidomyiidae) of Cádiz Province (South-western Spain). Boletín de la Sociedad Entomológica Aragonesa (S.E.A,) n.º 51: 221-236.

Àcid asparagúsic https://es.wikipedia.org/Ácido_asparagúsico

Dasineura asparagi. El medi natural del Bages i el Moianès. https://elmedinaturaldelbages.cat/es/species/dasineura-asparagi-dipteros-cecidomyiidae-es/

Esparragueres, Asparagus spp. Herbari virtual del Mediterrani Occidental (herbarivirtual.uib.es)