

# La Farina di Canapa. Peculiarità e Valori Nutrizionali

La farina di canapa ha tutti i potenziali per diventare l'alleato numero 1 in cucina.

I pregiati valori nutrizionali le consentono di essere un alimento nutriente e allo stesso tempo gustoso, in grado di donare un tocco totalmente innovativo ad ogni ricetta che più ci piace.

Tra i pregi che essa può vantare vale la pena di sottolineare:

## LA NATURALE E TOTALE ASSENZA DI GLUTINE!

Come tutti i prodotti derivanti dalla Canapa, anche la farina mantiene intatta questa **interessante caratteristica**. Sempre più persone manifestano **intolleranze**, specialmente **al glutine**.

La farina di Canapa può essere **usata con altre farine**, anche quelle senza glutine donando un vero e proprio **sapore caratteristico!**

## L'ELEVATO CONTENUTO DI PROTEINE NOBILI

Altrettanto interessante è l'**apporto proteico** che questa farina è in grado di dare: circa il **30% di proteine** composte, tra gli altri, di **tutti gli aminoacidi essenziali**.

La nostra dieta è in continua evoluzione,

sempre più alla ricerca di **fonti di proteine vegetali, sane e naturali**. La farina di Canapa è una pronta risposta a questa esigenza.

## **L'ELEVATO APPORTO DI VITAMINE E, DI FIBRE E DI MINERALI**

Composta dalla parte coriacea del seme la farina di canapa è ricca di **fibres insolubili**, ne contiene infatti **circa il 20%**.

Ricca di Tocoferoli (**VITAMINA E**) fornisce una utile quantità di **sodio** assieme ad una serie di importanti sali minerali: **Potassio, Magnesio, Ferro e Zinco**

## **IL RICCO CONTENUTO DI ACIDI GRASSI ESSENZIALI $\Omega$ 3 E $\Omega$ 6**

Caratteristica non meno importante è l'elevato contenuto di acidi grassi essenziali OMEGA 3 e OMEGA 6. Questi infatti per quanto possano essere preziosi, se non assimilati nel **giusto rapporto di 3 parti di OMEGA 6 e 1 parte di OMEGA 3** possono portare gravi scompensi al nostro organismo.

La farina di Canapa è **naturalmente dotata** di questo rapporto ottimale!

Divertiti integrando la farina di Canapa nelle tue ricette preferite. Ti basterà sostituirla con una piccola quantità che va dal 10% al 30% sul totale della farina usata per ottenere un risultato completamente nuovo e sfizioso. Inizia da un 10% e aumenta a piacere in seguito, potrai fare diverse prove: è buona sia con ricette dolci che salate!

**Ai prodotti di Canapa vengono riconosciute  
proprietà terapeutiche per combattere  
Colesterolo, malattie cardiovascolari,  
malattie ossee e infiammazioni e malattie  
della pelle.**

valori nutrizionali medi per 100 grammi di  
farina di canapa

## Valore Energetico

### Carboidrati

Zuccheri

Fibre

### Grassi Totali

Saturi

Monoinsaturi

Polinsaturi

$\Omega$ -6

$\Omega$ -3

### Proteine

Vitamina E

Calcio

Fosforo

Magnesio

Ferro

Zinco

Manganese

Colesterolo

303 Kcal

43g

2g

41g

9,5g

1g

1g

7,5g

5,7g

1,8g

33g

5%

18,8%

142,9%

125,3%

107,1%

72%

650%

0,0g

---

## **L'Olio di Canapa, Peculiarità e Valori Nutrizionali**

L'Olio di Canapa è uno degli alimenti più completi ed essenziali del nostro pianeta. Riconosciuto come integratore alimentare dal Ministero della Salute è un alimento prelibato e dal sapore caratteristico.

Fondamentale per il corretto funzionamento del sistema cardiocircolatorio ha diverse notevoli caratteristiche:

### **ELEVATO CONTENUTO NEL GIUSTO RAPPORTO DI ACIDI GRASSI $\Omega$ 3 e $\Omega$ 6**

Caratteristica fondamentale è l'elevato contenuto di acidi grassi essenziali OMEGA 3 e OMEGA 6. Questi infatti per quanto possano essere preziosi, **se non assimilati nel giusto rapporto di 3 parti di OMEGA 6 e 1 parte di OMEGA 3** possono portare gravi scompensi al nostro organismo.

L'olio di Canapa è **naturalmente dotato di questo rapporto ottimale!**

### **ELEVATO APPORTO ENERGETICO: CIRCA 880 Kcal per 100ml**

Una sana e naturale fonte di energia pronta all'uso.

Infatti bastano due cucchiaini da tavola al giorno saranno sufficienti a darci le forze e la protezione necessarie per affrontare al meglio la giornata.

## **NATURALMENTE SENZA**

### **GLUTINE!**

Un'ulteriore interessante caratteristica che contraddistingue tutti i prodotti derivanti dalla canapa è quella della **totale assenza di glutine, e di tutti gli altri più comuni allergeni come soia, frutta in guscio o lattosio.**

Un piacevole e caratteristico sapore **potrà arricchire qualsiasi ricetta e dieta specifica** senza doversi preoccupare di spiacevoli reazioni!

## **ELEVATO CONTENUTO DI VITAMINE**

Della spremitura a freddo si può apprezzare la perfetta conservazione di tutte le vitamine contenute nel seme, e fondamentali ad una rapida e vigorosa crescita della pianta.

Un discreto contenuto di VITAMINA A e VITAMINA E, naturali antiossidanti che favoriscono anche il mantenimento di una pelle giovane, troviamo anche VITAMINE B1 e VITAMINE B2, compresa la PP e la VITAMINA C.

Usa l'olio di Canapa ogni volta che vuoi, in ogni ricetta tu voglia provarlo ti stupirà cambiando totalmente il sapore del tuo piatto, e facendoti provare sapori che non

hai mai assaggiato.

Particolarmente adatto ai piatti freddi può essere utilizzato nella preparazione di dolci o comunque al consumo giornaliero di qualsiasi altro olio di semi.

All'olio di Canapa vengono riconosciute proprietà terapeutiche per combattere Colesterolo, malattie cardiovascolari, malattie ossee, infiammazioni e malattie della pelle.

## Valori nutrizionali medi per 100ml

Energia

Carboidrati

Grassi Totali

Saturi

Monoinsaturi

Polinsaturi

Ω6

Ω3

Proteine

Vitamina E

828 Kcal 10,0g 92.0g

8.0g

10.0g

72.4g

54.5g

17.8g0,0g6.1 mg

## **LINEE GUIDA PER L'ASSUNZIONE DELL'OLIO DEL DOTTOR JONAS ELIA**

[fonte della tabella](#)

---

### **Coltivare un Orto Sinergicamente: Perché Conviene e Come Iniziare**

**Negli ultimi anni, anche nel nostro Paese, si sta sempre più affermando un nuovo approccio verso Madre Terra.**

**Un approccio sempre più consapevole, rispettoso e grato verso i potenti equilibri che, se siamo attenti e in grado di capire, la Natura può insegnarci a sfruttare.**

**Proveremo ora a spiegarvi sinteticamente quali sono i punti chiave per capire di cosa stiamo parlando** Emilia Hazelip, affascinata dalle idee di Masanobu Fukuoka, microbiologo giapponese precursore dell'agricoltura della non azione,



da vita all' agricoltura sinergica.

**I PRINCIPI DEL SUO MANDATO SONO:**

Non lavorare la terra.  
Non aggiungere concimi.  
Non compattare il terreno.  
Non usare pesticidi.

L'agricoltura sinergica si basa sul concetto fondamentale, che l'interazione dell'uomo con la natura debba partire dall' osservazione dello stato selvaggio ed imitarne i comportamenti.

La sfida più grossa fu applicare i principi di Fukuoka in un territorio con clima mediterraneo completamente diverso da quello giapponese.

I risultati cominciarono a migliorare con l'inserimento dei dettami della permacoltura di Bill Mollison, anche se per cominciare fu necessaria un'unica e definitiva lavorazione del suolo.

Una volta formato l'orto, l'orticoltore svolgerà dei compiti che semplicemente daranno modo alla terra di comportarsi in maniera autonoma e funzionale alla preservazione del suolo, intervenendo soltanto con azioni che ne imitino il modo di agire. Coltivare Sinergicamente significa, tutelare la salute degli ecosistemi conoscendo profondamente le sinergie fra gli elementi , al solo fine di aumentare il valore del risultato finale, senza stravolgere i principi naturali su cui si basano ed interagiscono singoli sistemi in azione.

La consociazione è ad esempio, un metodo secondo il quale l'uomo ha osservato che

alcune piante che crescono vicine usufruiscono di reciproco aiuto. Ricreando la stessa situazione in un orto sinergico si otterrà lo stesso risultato.

Nasce tutto dall'osservazione e dalla conoscenza che ne deriva, per questo dal progetto iniziale del proprio orto sinergico, l'orticoltore può variare forma, dimensione del bancale, addirittura non utilizzare per niente i bancali, quando avrà imparato le variabili dettate dalla natura, microclima, condizionamenti dei sistemi adiacenti etc.

## PERCHE' SCEGLIERE L'AGRICOLTURA SINERGICA:

Praticità

Economia

Etica

Cultura

Rispetto ad un orto tradizionale la terra, una volta preparata per la formazione dei bancali, non dovrà più essere lavorata o condizionata, seguendo le istruzioni e la dovuta cura del bancale ( pacciamatura stagionale irrigazione etc...), l'orto farà da se' .

Di conseguenza si darà vita ad una pratica di risparmio economico notevole, rinunciando all'acquisto di prodotti chimici, concimi e riducendo le ore di lavoro.

L'orticoltore deve rispettare le sinergie degli elementi, i sistemi vivi , per preservare e proteggere la salute di tutti

gli organismi viventi. La sua responsabilità nel trarre frutti dalla terra deve passare da un'etica dimenticata, dall'importanza del mantenimento delle condizioni di salute del suolo, per garantirne il sicuro utilizzo a noi e alle generazioni future.

Non meno importante è l'osservazione dei ritmi di produzione e del comportamento dell'orto sinergico durante il variare delle stagioni e delle condizioni atmosferiche.

Tutto ciò darà informazioni agli uomini , alle donne e ai bambini che si riuniranno al cospetto della natura che si esprime, che non solo fornirà buon cibo ma anche conoscenza di ciò che è andato perduto.**QUANDO CONVIENE SCEGLIERE L'ORTO SINERGICO?**

Conviene scegliere l'agricoltura sinergica quando si nutre già un empatia verso la terra come organismo vivente. Questo, penso sia lo stimolo più forte che ci possa spingere verso questo tipo di tecnica.

E' anche vero che ricreare un sistema simile nel nostro terreno coltivato, richiede una base di conoscenza fondamentale senza la quale non saremmo in grado di mantenere quel determinato benessere del sotto suolo.

Per cui consiglio caldamente a tutti gli interessati di destinare un piccolo pezzo di terra per la formazione di un bancale seminabile con qualsiasi tipo di piante si desidera, ortive e non, avendo così modo di apprendere con calma e passo per passo, la straordinaria complessità delle inter-relazioni tra le specie di microrganismi presenti nel suolo selvaggio, apprezzandone la stupefacente generosità e godendo dei suoi frutti.

La competenza che deriva dall'osservazione del comportamento del bancale è ciò che facilita la scelta fra tradizionale e sinergico, in quanto la finalità di un orticoltore sinergico è sì, la produzione, ma soprattutto la risposta ad una domanda congruente all'offerta che la terra coltivata ti può dare. **QUINDI, SI PUO' CONVERTIRE TUTTA L'AGRICOLTURA DI UN PAESE AL SINERGICO?**

In caso di un orto sinergico casalingo o gestito da un gruppo di persone che lo scelgono e quindi consumano il prodotto che ne deriva, la domanda non si pone, perché direttamente beneficiari delle loro scelte.

La scelta del sinergico può sostituire il tradizionale, sia dal punto di vista pratico, esempio alle monoculture, sia dal punto di vista culturale, ma se il consumatore non fa la sua scelta, il passaggio sarà impossibile.

Se l'orticoltore sinergico, che deve vendere i suoi prodotti, non si relaziona ad una società che condivide il giusto principio su cui si basa l'agricoltura sinergica, che rinuncia ai prodotti fuori stagione, che comprende il motivo per cui non è possibile soddisfare questo falso bisogno, non potrà mai entrare in un sistema commerciale.

**La grossa sfida è educare, riportare la società ad una consapevolezza della scelta.**

**SE VOGLIO INIZIARE, COSA DEVO FARE?**

#### LAVORARE E PREPARARE IL TERRENO

La preparazione del terreno è l'unica e definitiva lavorazione "consentita",

Effettuata preferibilmente a mano oppure con trattore dotato di un puntatore con capacità di scasso di almeno 30cm, al fine di alleggerire il terreno per la formazione dei bancali.

#### PROGETTARE IL BANCALE

tenendo conto del luogo in cui ci si trova.

Valutare esposizione, microclima, eventuale pendenza dell'appezzamento di terra scelto, fare attenzione all'ambiente circostante ( siepi utili barriere contro il vento, alberi naturali richiami per uccelli) e qualsiasi altro sistema adiacente.

#### REALIZZARE IL BANCALE

rispettando le misure date dalla cultura di questa tradizione.

Come farlo al meglio lo potrete capire consultando e approfondendo [il nostro articolo completamente dedicato](#).

### **...UNA CURIOSITA'. SI PUO' COLTIVARE LA CANAPA CON IL METODO SINERGICO?**

La pianta della canapa è costituita da un apparato radicale massiccio e fittonante, con elevato sviluppo verticale ed una folta produzione vegetativa. Per queste caratteristiche non si presta ad una coltura di tanti esemplari su bancale perché occuperebbe troppo spazio competendo con le consociazioni.

Coltivando in parcella invece, la sua conformazione è funzionale alla sinergia; L'apparato radicante che si approfondisce molto, smuove la terra favorendo anche le colture successive, la

arieggia , permettendo ai microorganismi di espletare le proprie funzioni utilizzando l'ossigeno;  
lo sviluppo verticale con la folta produzione vegetativa, offrono una copertura alla terra ed alle altre piante consociate sottostanti (es. la vicinanza della canapa con la patata, inibisce la presenza della peronospora) riparandole dal sole e dagli altri agenti atmosferici che potrebbero danneggiarle.

Se tutti i gruppi sociali potessero crearsi il proprio orto sinergico per autoproduzione, riusciremmo con il fare a produrre ortaggi e cultura.  
Ciò di cui la società oggi ha più bisogno.

Emilia Hazelip  
Masanobu Fukuoka  
Bill Mollison

redazione e articolo a cura di Parisi Rocco –  
Giovane promotore e attuatore della cultura  
Sinergica in Italia

---

# **OPEN CULTURE: Un Nuovo Approccio ad Una Cultura Diversa**

**L'ultima frontiera della  
condivisione che garantisce uno  
sviluppo tecnico e culturale  
responsabile, genuino ed omogeneo.**

**IL SIGNIFICATO DELLA PAROLA "OPEN":**

**La parola Open è prima di tutto un sentimento  
vero e proprio, che va espandendosi ormai da  
decenni in vari ambiti della nostra  
società. È un aggettivo che indica la  
partecipazione di individui in grado di  
superare le barriere fisiche, culturali,  
cognitive e politiche per costruire qualcosa  
di nuovo o collaborare per far crescere  
un'idea in modo più veloce, più economico e  
con un migliore risultato. Si tratta  
ovviamente di un fenomeno che, a fatica,  
incomincia a echeggiare anche nella nostra  
statica Penisola. COSA VUOLE TRASMETTERE LA  
PAROLA "OPEN"?**

La parola Open porta in sé un cambiamento nel  
modo di concepire l'individuo. È la  
riacquisizione della coscienza del potere che  
viene dalle persone e della capacità di  
autodeterminazione di sé in quanto parte di  
una società. Si parla, si agisce per una  
nuova coscienza del Bene Comune, con la  
consapevolezza che questo non possa che  
essere nelle nostre mani: la Società,  
l'Economia, il Lavoro, l'Educazione,  
l'Ambiente ma anche e soprattutto la Cultura.

La Cultura Open si fonda dunque sui concetti

di libero accesso (all'informazione, al progetto, all'idea, al prodotto finito, al contenuto ...) e di partecipazione aperta per un obiettivo comune, che si costruisce e raggiunge grazie al potere di tanti, perché la diversità diventa forza e ricchezza.

Open Culture is like a cross disciplinary brainstorming. Sharing information and knowledge stimulates cross disciplinary interactions and gives additional significance to individual knowledge. Before Internet, there was the practice of brainstorming, now Internet and communication methodologies offer a new level of integration. Sharing and exchanging knowledge is good not only for me, as an individual but for the entire society, however there is a cultural resistance. Sharing knowledge throughout Internet should have the same integrity as in interpersonal communication.



Hemphil definiva il termine e la pratica dell'Open Culture come un nuovo Brainstorming, in grado di stimolare e donare un maggior significato alle conoscenze interpersonali. "...la condivisione di idee non è un bene solo per me come individuo, ma per l'intera Società..." rafforzava Hemphil, tuttavia è facile riscontrare notevoli resistenze culturali in grado di limitare effettivamente quella che dovrebbe essere la reale efficacia indotta da tali sistemi di Sharing.

#### **OPEN ACCESS:**

ovvero il libero accesso a tutti quei materiali prodotti dalle ricerche effettuate in ambito, atti e relazioni di conferenze o dati sperimentali utili al raggiungimento del fine comune

#### **OPEN CONTENT:**

ovvero il libero accesso a tutti quei contenuti in grado di rendere appetibile qualsiasi idea, senza l'obbligo di dover sottostare ad un progetto o ad un mainstream che abbia lo scopo di pilotare qualsiasi operazione, servendosi del beneficio di oscurazione dei risultati a seguito di una rielaborazione (spesso errata) degli stessi.

#### **OPEN SOURCE:**

che significa sorgente aperta, inteso anche come sorgente di file informatici liberamente scaricabili, fruibili e modificabili al fine di ri-migliorarne la qualità stessa. Nella recente esperienza italiana elementi sensibili di un desiderio di cambiamento culturale si notano – almeno nell'ultimo decennio – nel proliferare

dell'associazionismo non profit per le arti e la cultura: singoli o gruppi, professionisti del settore o appassionati (comunque e sempre attraverso iniziative private) manifestano il bisogno di dare un'alternativa all'offerta mainstream, alla tutela e alla diffusione culturale; cercano risposte, più o meno riuscite, più o meno valide o efficaci ma pur sempre risposte capaci di perseguire per i loro obiettivi.

Queste necessità oggi non vengono più solo dai professionisti del settore ma anche e in modo forte da un pubblico nuovo, eterogeneo e non specialistico, ma desideroso di essere coinvolto. E' una domanda nuova, crescente ed esigente, soprattutto consapevole del contesto internazionale, con il quale l'Italia troppo spesso non riesce a confrontarsi in modo serio e coerente nonostante le sue potenzialità uniche.

La stessa Italia costretta troppo spesso a rinunciare ai propri sogni a causa di un sistema che richiede ingenti sacrifici economici (e non solo) ancora prima di portare sul tavolo risultati concreti, facendo pagare informazioni e tenendo ben stretti i "segreti di pulcinella" che se divulgati con responsabilità e razionalità avrebbero sicuramente un maggior riscontro positivo. **Siamo così abituati ad attribuire un falso valore al denaro che talvolta ci dimentichiamo di quanto possa essere prezioso un semplice contributo intellettuale, gestionale e creativo di una persona interessata ed appassionata per quello che sta facendo.**

Ma la cosa più bella che la Terra ci ha dato, ciò che fa di noi degli esseri umani, è la felicità di condividere. Chi non sa condividere è malato nelle sue emozioni

MARC LEVY

Redazione articolo a cura di Giovati Michael;  
principali fonti di spunto, informazione e  
riproduzione parziale di testi [Tafterjournal](#),  
[Academia.edu](#) e Wikipedia

---

## **Come Rilevare Autonomamente Le caratteristiche Chimico- Fisiche Del Proprio Terreno**

**Tessitura, calcare, PH e granulometria del terreno sono parametri fondamentali da individuare. Saperli ci aiuterà a scegliere il metodo migliore per affrontare al meglio la nostra coltivazione.**

**Vediamo assieme un metodo pratico e divertente a costo (quasi) 0 per individuare le principali caratteristiche del nostro appezzamento.**

Con tessitura si indica la proporzione di particelle che compongono un campione di *terra fine* proveniente dall'appezzamento di terra che andremo a coltivare.

Le diverse proporzioni vengono solitamente poi ripartite in tre categorie principali: Limo, Sabbia e Argilla, definite in base alla percentuale in peso delle particelle componenti il campione prelevato.

La stima della tessitura in campagna si basa solitamente su test manuali (...e talvolta divertenti!) che con un minimo di applicazione ed esperienza tutti possono fare e imparare. Tuttavia le prime volte potrà essere d'aiuto, ove vi fosse la possibilità, accostare analisi di laboratorio per avere i primi punti di riferimento.

...è arrivato il momento di fare il lavoro sporco! vediamo come fare per ottenere un campione più fedele ed esplicativo possibile.**PRELIEVO DEL CAMPIONE**

per prima cosa sarà necessario prelevare campioni di terra provenienti da più parti del campo, al fine di avere una stima media più fedele possibile. Inizieremo quindi col prelevare un bicchiere di terra a circa 20/30 centimetri di profondità. Avremo bisogno di una vanga per spostare la parte superficiale in modo che non possa intaccare il campione da prelevare. Successivamente potremo aiutarci con un tubo abbastanza resistente da inserire nel terreno per altri circa 5 centimetri. Estraendolo tratterrà al suo interno la quantità necessaria. Svuotiamolo conservando il suo contenuto in un sacchetto, e ripetiamo l'operazione in tutti e 4 gli angoli del nostro appezzamento, terminando

con una carotatura al centro. le immagini riportate sono semplici esempi, non necessariamente il vostro campione dovrà assomigliare a quello in foto! **PUNTO 1.**

Prendete un cucchiaino da tavola colmo del vostro campione, inumiditelo e manipolatelo fino ad ottenere un impasto abbondantemente plastico e viscoso.

Eliminate frammenti di terra in eccesso e comunque qualsiasi residuo troviate più grande di 2 millimetri e tenete a portata di mano l'acqua che di tanto in tanto aggiungerete per mantenere la viscosità necessaria a concludere la prova. **PUNTO 2.**

Quale sensazione ti dà al tatto il suolo?

- granuloso – vai al PUNTO 3
- setoso – vai al PUNTO 5
- appiccicoso – vai al PUNTO 10
- pastoso – vai al PUNTO 5
- nessuna di queste o sei incerto – vai al PUNTO 3

**PUNTO 3.**

Cerca di fare una pallina di suolo rotolandola tra i palmi delle mani (senza modellarla tra le dita):

- è impossibile da fare – **SABBIA**
- ci riesco facendo molta attenzione – **SABBIOSO FRANCO**
- ci riesco facilmente – vai al PUNTO 4

**PUNTO 4.**

cerca di schiacciare la pallina tra pollice e indice:

- è impossibile da fare – **FRANCO SABBIOSO**
- si appiattisce – vai al PUNTO 5

**PUNTO 5.**

FaI una pallina con il terreno cercando poi di ricavare un cilindretto allungato prima più grande (circa 1 cm di diametro) e poi più sottile (circa 0,5 cm):

- non riesco a fare nemmeno un cilindretto – **SABBIOSO FRANCO**
- riesco a formare solo il cilindretto grande – **FRANCO SABBIOSO**
- entrambi i cilindretti ci possono formare – vai al PUNTO 6

#### **PUNTO 6.**

Prova a piegare il cilindretto ottenuto a forma di ferro di cavallo:

- il cilindretto si rompe – vai al PUNTO 7
- il ferro di cavallo si forma senza rompersi – vai al PUNTO 8

#### **PUNTO 7.**

Manipolando il suolo tra le dita quale sensazione ti da?

- il suolo è ruvido e granuloso – **FRANCO**
- il suolo è setoso – **FRANCO LIMOSO O LIMO**
- il suolo è appiccicoso, ruvido e granuloso – vai al PUNTO 8

#### **PUNTO 8.**

Crea un cilindretto di circa 0,3 cm di diametro cercando di trasformarlo in un cerchio di circa 2,5 cm di diametro unendo le due estremità del cilindretto, senza che si formino delle fratture:

- riesco a farlo – vai al PUNTO 9
- non riesco – vai al PUNTO 11

#### **PUNTO 9.**

Modella il terreno a formando una pallina strofinandola tra l'indice ed il pollice, fino a produrre una superficie liscia:

- la superficie si presenta liscia con qualche irregolarità – vai al PUNTO 11
- la superficie è regolare ma sporgono particelle granulose – **ARGILLOSO SABBIOSO**
- la superficie presenta pochissime o nessuna irregolarità – vai al PUNTO 10

**PUNTO 10.**

Continua manipolando il suolo tra le dita, e dai un giudizio al tatto e alla vista:

- il campione è liscio come sapone ed ha lucentezza – **ARGILLA**
- il campione è setoso e opaco – **ARGILLOSO LIMOSO**

**PUNTO 11.**

Forma per l'ultima volta una pallina manipolandola tra le dita, giudicando la condizione generale del composto al tatto:

- il suolo risulta molto ruvido – **FRANCO SABBIOSO ARGILLOSO**
- il suolo risulta abbastanza ruvido – **FRANCO ARGILLOSO**
- il suolo risulta pastoso e liscio – **FRANCO ARGILLOSO LIMOSO**

Riportiamo ora il triangolo delle tessiture più comunemente utilizzato.

Ogni categoria è individuata da un intervallo definito di percentuali di sabbia, limo e argilla ed è caratterizzata da un comportamento fisico-meccanico relativamente omogeneo.

I terreni Franchi, ad esempio (area 5), sono suoli che hanno un comportamento omogeneo con

percentuali variabili delle tre componenti;  
la sabbia può andare dal 22% al 52%,  
l'argilla dall'8% al 27% e il limo dal 18% al  
50%.

## **Legenda Classi Tessiturali**

1. Sabbia – S
2. Sabbia Franca – SF
3. Limo – L
4. Franco Sabbiosa – FS
5. Franca – F
6. Franco Limosa – FL
7. Franco Argillosa Sabbiosa – FAS
8. Franco Argillosa – FA
9. Franco Argilloso Limosa – FAL
10. Argilla Sabbiosa – AS
11. Argilla Limosa – AL
12. Argilla – A

### **CALCARE TOTALE**

II quantitativo di calcare totale regola il pH del terreno (potere tampone), limita la possibilità di crescita delle colture sensibili e condiziona la scelta dei concimi da utilizzare. II contenuto di calcare totale può essere individuato osservando la reazione a poche gocce di acido cloridrico in soluzione acquosa al 10% applicate su un campione di suolo. La relazione tra carbonati presenti nel terreno e reazione all'acido cloridrico è stata definita come segue...**REAZIONI UDIBILI E VISIBILI**

Nessuna



Effervescenza scarsamente udibile

Da moderata a distintamente udibile, efferv. debole, appena udibile

Facilmente udibile, efferv. forte, bolle fino a 3 millimetri

Facilmente udibile, efferv. violenta, bolle fino a 7 millimetri **CONT. IN CaCO<sub>3</sub>**

<0,5%

0,5-1%

1-5%

5-10%

**>10% PH DEL TERRENO**

Anche sapere il valore di PH che caratterizza il nostro terreno sarà utile per sapere come comportarsi nei confronti di eventuali concimazioni, oltre che capire quali sono le

varietà vegetali più adatte.

Per ottenere il valore ci basterà ricorrere a semplici sistemi come l'utilizzo delle comuni cartine tornasole, o meglio sarebbe poter utilizzare gli appositi test con un reagente liquido.

Una volta che il nostro campione entrerà in contatto con i reagenti questi si coloreranno nel giro di pochi minuti.

Basterà poi confrontare il colore del tampone alla scala colorimetrica e sapremo esattamente il PH del suolo.

### **CLASSE**

ULTRA ACIDO

ESTREMAMENTE ACIDO

MOLTO FORTEMENTE ACIDO

FORTEMENTE ACIDO

MODERATAMENTE ACIDO

DEBOLMENTE ACIDO

NEUTRO

DEBOLMENTE ALCALINO

MODERATAMENTE ALCALINO

FORTEMENTE ALCALINO

MOLTO FORTEMENTE ALCALINO

### **VALORI DI PH**

< 3,5

3,4 – 4,4

4,5 – 5,0

5,1 – 5,5

5,6 – 6,0

6,1 – 6,5

6,6 – 7,3

7,4 – 7,8

7,9 – 8,4

8,5 – 9,0

< 9,0

Ora che sappiamo quali sono le principali caratteristiche della terra che andremo a coltivare avremo la possibilità di prevenire scarsi risultati e brutte sorprese.

I principali fattori di insuccesso infatti sono legati alla scarsa attenzione rivolta alle scelte preventive e iniziali della coltivazione, ovvero quelle che garantiscono al seme di schiudersi trovando subito le giuste condizioni per sviluppare l'apparato radicale che gli darà la forza di emergere e svilupparsi sano e rigoroso. Redazione Articolo a cura di Giovati Michael