

Gestione della Crescita- Coltivazione della canapa in Emilia: le principali nozioni da ricordare

Se avremo eseguito nella maniera più corretta possibile le operazioni precedentemente descritte **ci troveremo a poco più di un mese dalla semina con una coltivazione che cresce rigogliosa e omogenea. A questo punto osservarne i vari interessanti sviluppi può essere molto soddisfacente e davvero poco impegnativo.** Tuttavia dobbiamo assicurarci di mantenere le condizioni ideali affinché la pianta possa “lavorare” nel miglior modo possibile.

Solette di coltivazioni precedenti, prolungati periodi di siccità o talvolta l'eccessiva e rapida crescita stessa possono causare interrogativi e problemi non indifferenti.

Strati di terra compatta o solette di
coltivazione precedenti

Uno dei punti di forza della pianta di canapa è proprio l'apparato radicale fittonante, come detto più volte, se sarà in grado di svilupparsi adeguatamente farà gran parte del lavoro per una crescita rigogliosa e

produttiva. Tuttavia possono essere presenti nel terreno solette di coltivazione dalle culture precedenti (pensiamo ad un prato di erba medica lasciato stabile anche per 6-8 anni), che a seconda del loro posizionamento potrebbero impedire il corretto svolgimento della prima fase di crescita. Durante questa fase, le radici si svilupperanno in maniera proporzionale, di ca 1-2/3 rispetto alla parte aerea. Pertanto dall'emergenza fino al compimento del primo mese sarebbe bene garantire alle radici almeno 30-40 cm di spazio penetrabile in profondità. In questo modo la pianta potrà sfruttare il fittone per la prima parte della crescita. Solo successivamente, incontrando una eventuale soletta, la pianta potrà usufruire delle radici capillari, che si svilupperanno in qualsiasi direzione.

Nel caso in cui ci trovassimo di fronte ad una situazione simile non tarderemo ad accorgercene. Uno dei segnali più evidenti è la stentata o rallentata crescita delle piante. Se la situazione perdurerà a lungo inizieremo a notare pallori sulla parte apicale della coltivazione, oltre che ad un avvizzimento fogliare, o se già in fase di fioritura con una limitata produzione di fiori tra gli internodi fogliari. Per ovviare ad un problema simile, sempre ammesso che sia possibile (di solito a questo punto se non si sono eseguite correttamente le operazioni di preparazione del terreno sarà impossibile rimediare), dovremo preoccuparci di apportare quanta più acqua o comunque ossigeno possibile alle radici, ad intervalli distanziati ma regolari. Generalmente possono essere d'aiuto le frequenti piogge primaverili, che andranno comunque sostituite

da uno o più irrighi se necessario, durante la fase di fioritura che avverrà in estate. Per quanto possa esser vero che la canapa non necessita di apporti d'acqua artificiali, è anche vero che prolungati periodi in assenza di piogge con temperature elevate anche durante la notte possono compromettere gravemente lo sviluppo della pianta. Se avremo eseguito una corretta preparazione del terreno problemi come in foto non dovrebbero presentarsi, le radici avranno modo di svilupparsi abbondantemente in direzione dell'acqua, e la parte aerea concluderà il lavoro attingendo dall'umidità atmosferica. Diversamente ci troveremo con piante cresciute in modo disomogeneo, con chiazze scoperte e una vegetazione scarna: in questo caso, se non sono previsti rovesci climatici, sarà necessario irrigare.

Esistono diversi pareri riguardo la difficoltà d'irrigazione della canapa, chi sostiene che una normale irrigazione a getto possa rovinare o compromettere lo sviluppo della pianta, e soprattutto delle cime che si spezzerebbero sotto il peso dell'acqua. Dalla nostra esperienza possiamo affermare che un'irrigazione con un normale getto a pioggia non compromette il raccolto per diversi motivi: quando la pianta si trova in carenza d'acqua la sua struttura tende a lignificare ed irrigidirsi, diventando di fatto molto più resistente. Se le piante si spezzano facilmente significa che al loro interno è già presente acqua e non occorrerà irrigare. In secondo luogo, le fasi in cui può essere d'aiuto irrigare sono sempre precedenti alla fase di ultimazione dello sviluppo e maturazione dei semi, in cui la pianta è effettivamente sollecitata dal peso delle

cime. Irrigare in fruttificazione avanzata probabilmente non risolverà il problema migliorando le condizioni di salute della pianta, che darà comunque seme vuoto.

Dovendo irrigare sarà utile pianificare irrigazioni non abbondanti ma piuttosto ad intervalli costanti, in modo da reintrodurre nel terreno quanto più ossigeno possibile tramite il drenaggio dell'acqua.

Prolungati periodi siccitosi

Sopra una coltivazione di canapa in evidente stress idrico, lavvizzimento e il pallore fogliare unite all'assottigliamento delle cime danno vita ad un processo di autodifesa della pianta, in cui essa per riprodursi prova a portare anticipatamente a maturazione il seme, in questo caso vuoto.

Sotto lo stesso campo mentre viene irrigato con un normale getto a pioggia. Il getto è stato lasciato per circa due ore nella stessa posizione, eseguendo una rotazione di almeno 180° con una gittata di circa 30m.

Sopra una coltivazione di canapa per usi industriali, cosmetici e/o erboristici che si sviluppa in altezza. In questo caso le lavorazioni sia meccanizzate che manuali non risentono dell'elevato sviluppo verticale della pianta.

Sotto una coltivazione da seme. Le varietà utilizzate generalmente tenderanno a rimanere più basse e a fiorire leggermente più velocemente. L'eccessiva altezza complicherebbe non di poco la vita di una eventuale mieti-trebbia.

Sopra un esempio di cimatura a confronto con una pianta cresciuta in modo "normale" nella stessa coltivazione. Le piante cresciute nelle stesse condizioni di crescita, e provenienti entrambe da semi identici, differiscono in altezza e produzione.

Sotto un esempio di piante piegate sotto la forza del vento a causa dell'eccessiva altezza e mole di carico nella parte apicale. In un caso simile oltre che esser difficoltosa per l'altezza stessa la raccolta sarà complicata dagli intrecci che si formeranno tra tutte le piante.

Eccessiva crescita

Per quanto possa sembrare paradossale, potremmo trovarci di fronte ad una coltivazione talmente in salute e ben alimentata da eccedere nella crescita e nello sviluppo.

E' utile ricordare che la canapa è una pianta in grado di adattarsi e svilupparsi alle condizioni di crescita più avverse, rimanendo molto produttiva anche se cresciuta compatta o in spazi ridotti. Una pianta più piccola o con un diverso numero di getti laterali non necessariamente sarà meno produttiva rispetto ad una più grande. Partiamo sempre dal presupposto che una pianta dà il massimo di sé quando trova terreno leggero, acqua e ossigeno, nutrimento e luce.

Esistono diversi modi per controllare lo sviluppo vegetativo della pianta, tuttavia gran parte di essi dipendono da come abbiamo scelto di intervenire nella fase di preparazione del terreno, dalla scelta di una eventuale semina su sodo o altro. La densità di semina sarà uno dei fattori principali da tenere in considerazione a riguardo, per coltivazioni da bacchetta avremo densità che arrivano anche ai 50kg/Ha, scendendo anche a 15-25kg/Ha per le coltivazioni da seme. In altri casi ad esempio, un eccesso di Azoto nel substrato renderà difficile o vano qualsiasi intervento di contenimento, mentre risulta più facile controllare la crescita delle piante attraverso la somministrazione di acqua. Dal colore delle foglie potremo capire lo stato di salute della pianta, se saranno di un verde scuro sapremo che la pianta tenderà a svilupparsi di più e più rapidamente, in questo caso se vogliamo rallentarne la crescita dobbiamo limitarne l'accesso all'acqua (se possibile). Un modo un pochino più invasivo e complesso può essere quello di "cimare" o "toppare" le estremità delle piante (esclusivamente in fase vegetativa!), questo richiederà certo più tempo ed esperienza, tuttavia una cimatura

correttamente eseguita può contendere di molto le dimensioni della pianta raddoppiandone quasi la produzione.

Essere in grado di gestire le altezze ci potrebbe essere davvero utile, anche se generalmente potendo scegliere apposite varietà di seme dedicate a specifici tipi di coltivazione (bacchetta, seme ecc.) si preferisce impostare a priori la tipologia e quindi l'altezza della coltivazione.

Affronteremo quindi nel prossimo articolo quello che riguarda la preparazione al raccolto, il raccolto ed una prima e corretta gestione dello stesso. Nel frattempo ti invitiamo a visitare la nostra [galleria immagini](#) dove potrai trovare tutte le foto delle nostre coltivazioni nelle diverse fasi di crescita.

Redazione articolo a cura di Giovati Michael –
Gennaio 2016

LE STRAORDINARIE POTENZIALITA' DEI SEMI GERMOGLIATI

“La germinazione è il risveglio biologico del seme, l'esplosione della sua energia potenziale.”

Per questo i semi germogliati sono un vero tocco sano nell'alimentazione umana e animale, da sempre usati nella cucina orientale e negli ultimi 20-30 anni sempre più diffusi anche nell'alimentazione occidentale.

La prima farmacopea cinese, che risale al III

secolo, citava fra i suoi rimedi i germogli di soia: non come alimento, ma come cura contro i dolori articolari, i crampi muscolari, i disturbi gastrointestinali e gli edemi.

Una delle cose a noi meno conosciuta è che la maggior parte dei nostri cibi è prodotto con semi dormienti, inattivi.

I semi interi servono più che altro per salvare il trasferimento delle informazioni genetiche per le future generazioni, infatti le piante hanno in possesso diversi sistemi di protezione per evitare la propagazione delle loro unità, queste protezioni possono essere fisiche o chimiche: tossine, inibitori dell'enzima, tannini, acido fitico, etc.

I nutrienti, nei semi, sono conservati sotto forma di molecole giganti, come un file ZIP nel computer.

Durante la digestione l'obiettivo fondamentale è quello di scompattare queste molecole, renderle utilizzabili per il nostro organismo ed eliminare i diversi materiali anti-nutritivi presenti.

Nei semi germogliati si assiste ad un aumento degli enzimi proteolitici che rendono sia i carboidrati che le proteine altamente digeribili, infatti quando si mangiano cibi che non contengono questi enzimi, il nostro corpo deve obbligatoriamente produrli.

Con il passare dell'età la capacità di produrli diminuisce assieme alla capacità di resistenza alle malattie.

Fortunatamente ci pensa Madre Natura a fornirci gli enzimi necessari ad una corretta digestione, grazie ai semi germogliati che forniscono enzimi simili a quelli del nostro corpo.

Studi e ricerche hanno approfondito questo particolare metodo di alimentazione e hanno dimostrato come i germogli siano veramente il miglior cibo a nostra disposizione per diversi motivi:

- I germogli possono contenere fino a 100 volte più enzimi della frutta e della verdura cruda permettendo al corpo di estrarre più vitamine, minerali, aminoacidi e grassi essenziali dagli alimenti.
- La qualità delle proteine e il contenuto di fibre dei semi migliora quando vengono germogliati.

- Il contenuto di vitamine e acidi grassi essenziali aumenta in modo impressionante durante il processo di germinazione. Ad esempio, a seconda del tipo di germoglio, avvengono eccellenti incrementi : la tiamina (Vit.B1) raggiunge livelli del 2000% rispetto al seme di partenza, la Biotina (Vit. B8 o H) aumenta del 50%, l'acido pantotenico (B5) aumenta del 200%, la Piridossina (B6) aumenta del 500%, l'Acido Folico aumenta del 600% mentre la Riblofavina (Vit.B2) e la Cobalamina (Vit.B12) aumentano anch'esse del 2000%. Anche le vitamine Liposolubili come il Retinolo Equivalenti (Vit.A)e Tocoferoli(Vit.) subiscono un incremento determinane. Una ricerca di Baryy Mark ,dell'Università della Pensylvania, ha stimato un incremento vitaminico medio totale dei semi germogliati pari al 500% rispetto ai semi di partenza.
- Durante la germinazione i minerali, come calcio e magnesio, si legano alle proteine, rendendole maggiormente bio-disponibili.
- Il tenore di acidi grassi essenziali aumenta durante il processo di germinazione. La maggior parte delle persone sono carenti di questi grassi essenziali brucia-grassi perché normalmente non fanno parte della dieta quotidiana. Mangiare più germogli è un ottimo modo per assumere questi importanti nutrienti
- Durante la germinazione, i minerali si legano alle proteine dei semi, granaglie e fagioli, rendendoli più assimilabili. Questo accade per alcuni minerali alcalini come il calcio, il magnesio e altri che ci aiutano a equilibrare il chimismo del nostro corpo e favorire la perdita di peso e una migliore salute.
- L'energia contenuta nei semi, nel grano, nelle noci, o nei legumi si potenzia attraverso l'ammollo e la germinazione.
- I germogli sono alcalinizzanti per il nostro corpo. Molte malattie compreso il cancro sono state attribuite ad eccessiva acidità del corpo.

I semi germogliati possono essere di diversi tipi, quasi quante sono le piante commestibili. I più diffusi in campo alimentare sono quelli di : alfaalfa o erba medica, ravanella, trifoglio, soia, girasole, carota, oltre a tutti i cereali e legumi in genere.

Quindi proviamo ad immaginare di utilizzare questa esplosione di nutrienti con i semi di Canapa Sativa, già considerato un alimento ricco di nutrienti.

Grazie alla Hemp Seed Oil Europe LTD., azienda unica al mondo a produrre e commercializzare Semi di Canapa germogliati, abbiamo ora la possibilità di poter alimentarci con questa bomba di nutrienti.

La linea presenta :

- ***semi di canapa germogliati ed essiccati a freddo***
- ***olio di semi di canapa germogliati spremuti a freddo***
- ***proteine in polvere da semi germogliati di canapa.***

I semi di Canapa a riposo, vengono messi in ammollo per qualche ora in un'apposita soluzione acquosa, quanto basta per permettere agli enzimi di trasformare l'amido in zuccheri semplici (glucosio, fruttosio), processare la sintesi di notevoli quantità di vitamine, trasformare le proteine in amminoacidi e i grassi in acidi grassi, inattivare l'acido fitico e liberare minerali che così diventano assimilabili. Successivamente vengo tolti dall'acqua ed essiccati a freddo e poi inviati per la spremitura a freddo ed ottenere olio e pannello di farina. Quest'ultimo viene lavorato in vari setacci per ottenere la parte più proteica del pannello e fare una farina con il 50% di proteine.

In particolare possiamo notare :

Cambiamenti nei Carboidrati

Gli zuccheri semplici sono la fonte imminente di energia per il risveglio del seme durante il processo di germinazione. Mentre i semi ordinari di Canapa Sativa contengono circa il 2% di zuccheri , i semi di Canapa Sativa germogliati contengono meno dello 0,50% di zuccheri.

Cambiamenti nelle Proteine

I grandi fasci di proteina globulare vengono suddivisi in oligopeptidi o in singoli amminoacidi. Il totale contenuto proteico rimane invariato rispetto ai normali semi di canapa, ma i semi germogliati sono ricchi di enzimi attivi che aiutano e migliorano la digestione delle proteine.

Cambiamenti nei Grassi

I cambiamenti più evidenti dei semi di canapa germogliati si verificano sulla parte dei grassi. La maggior parte dei grassi alimentari sono disponibili in forma di trigliceridi (TAG) che è formata da 1 molecola di glicerolo e 3 molecole di acidi grassi.

Gli acidi grassi sono una famiglia di molecole classificate come macronutrienti lipidi. Uno dei loro incarichi nel metabolismo umano ed animale è la produzione di energia sotto forma di Adenosina Trifosfato (ATP). L'acido grasso alfa-linoleico agisce come agente per la

sintesi DHA. Durante la germinazione i TAG vengono idrolizzati e suddivisi in digliceridi (DAG) o monogliceridi (MAG) e in acidi grassi liberi (FFA).

Poiché gli FFA vengono immediatamente utilizzati come fonte di energia necessaria per la crescita del seme, il numero complessivo di acidità dell'olio di canapa germogliato non è notevolmente superiore rispetto agli olii normali di canapa. L'acidità tipica è meno del 2%.

Mentre i TAG rappresentano il materiale adatto per costruire le forniture di grassi, i DAG vengono convogliati nel fegato dove servono come fonte di energia diretta, in questo modo essi aiutano anche il metabolismo a bruciare più velocemente le calorie. Molto probabilmente è una delle ragioni per le quali un olio con più grassi DAG può contribuire alla perdita di peso, confermato anche da diversi studi.

Durante la germinazione dei semi di canapa, fino al 15 % di grassi si può convertire in grassi DAG.

Gli olii di cottura convenzionali sono per lo più grassi TAG, con una piccola quantità di grassi DAG. I TAG sono idrofobi, mentre i DAG sono idrofili, cioè hanno un legame chimico con l'acqua e questa differenza è molto importante dal punto di vista del trasferimento del grasso nel corpo.

Inoltre il prodotto è estremamente stabile nonostante **l'assenza di conservanti**, questo dovuto all'aumento della capacità antiossidante grazie ad un maggiore livello di tocoferoli nell'olio di semi di canapa germogliati rispetto ai normali olii di semi di canapa:

- Gamma-tocoferolo +18%
- Alfa-tocoferolo (vitamina E) +131%
- tocoferolo totale +29%

L'alta percentuale di Vitamina E presente nell'olio aumenta gli effetti degli Omega3, aggiunge un significativo valore antiossidante ed incrementa notevolmente gli effetti anti-infiammatori.

I semi di Canapa germogliati sono naturalmente :

- **Non contengono OGM**
- **Sono privi di THC**
- **Di sua natura non contengono Glutine**

EmilCanapa, in linea con la propria etica di Salute e Benessere, ha deciso di commercializzare questi nuovi prodotti proprio per le caratteristiche nutrizionali che essi presentano .

Una variante dai consueti derivati di Canapa , ma che offrono preziosi miglioramenti sotto il profilo nutrizionale , in modo da garantire a chi ne fa uso una vitalità, una forza e una salute notevoli se usati in una dieta sana ed equilibrata.

Entra nello [Shop](#) per conoscere e approfondire le caratteristiche :

- *dei semi di Canapa germogliati*
- *dell' olio di semi di Canapa germogliati*
- *delle proteine in polvere da semi di Canapa germogliati*

Articolo a cura di Vallari Jonathan

**Preparazione e Semina-
Coltivazione della canapa in
Emilia: le principali
nozioni da ricordare.**

Preparazione e Semina

Inizia ora la fase più delicata, la fase saliente di tutta la coltivazione. Per quanto sia vero che la canapa è una pianta forte e versatile, resistente alle condizioni più avverse, è altrettanto vero che in fase di semina è egualmente sensibile e delicata a qualsiasi altro

germoglio. Da temere non dovranno essere come per le più comuni colture le gelate primaverili, piuttosto abbondanti e persistenti piogge, ristagni idrici piuttosto che elevate carenze d'acqua, mancata ossigenazione del terreno e competizione con le infestanti.

Le caratteristiche e abbondanti piogge della zona, prima autunnali e poi primaverili, possono decisamente complicarci la vita. La presenza di acqua stagnante, sia in superficie che nella prima parte di substrato sarà d'intralcio sia in fase di aratura, che quella di erpicatura, lasciando la terra decisamente più compatta e pesante. Consigliamo quindi di decidere attentamente come, e quando effettuare le lavorazioni, entrando in campo a terreno asciutto e formando canali di scolo dove secondo noi sarà necessario, oltre che un corretto livellamento spiovente della superficie da coltivare.

eccessive piogge e ristagni idrici

In foto si notano chiazze dove, a causa delle avverse condizioni il germoglio non è stato in grado di emergere. In una corretta fase di semina e germinazione le piantine dovrebbero spuntare tra il 4° e il 6° giorno. Tuttavia può essere

normale dover attendere anche più di 10gg

Elevata siccità o prolungata carenza d'acqua

Pur essendo un seme relativamente piccolo, quello di canapa impiega davvero poco tempo a germinare ed emergere. Proprio per questo motivo, se dopo la messa a dimora non sarà in grado di soddisfare le sue prime necessità, l'intera crescita e produzione della pianta potrebbe risultarne compromessa.

Di fondamentale importanza sarà l'accesso ad una fonte di umidità. Non sarà necessario irrigare o stimolare l'emergenza in alcun modo, basterà assicurarsi di poter garantire umidità costante per i primi 15-20 giorni dalla semina. Per fare questo ci basterà scegliere con precisione il momento in cui effettuare l'erpicazione o la falsa semina, valutando attentamente la profondità di lavorazione e ove possibile sarebbe meglio anche le previsioni metereologiche.

Interrando il seme ad una profondità non superiore ai 3cm, potremo tranquillamente sfruttare uno dei caratteristici temporali seguiti dalle tiepide schiarite primaverili. Come in quasi tutte le piante, anche la canapa necessita di un apporto di ossigeno ottimale all'apparato radicale. La pianta in fase di crescita avanzata sarà in grado di provvedere da sé a questa necessità, tuttavia nelle prime fasi, specialmente in emergenza e prima crescita, il rizoma deve aver a disposizione quanto più ossigeno possibile, sia esso portato dal corretto drenaggio di acqua, che semplicemente da una ottimale preparazione del terreno.

Anche in questo caso, terreni pesanti e ristagni idrici prolungati possono bloccare o limitare l'apporto di ossigeno alle radici,

compromettendo o interrompendo del tutto la crescita della piantina. Pallore e avvizzimento fogliare, stentata crescita e marciume radicale sono chiari sintomi di una asfissia radicale.

Scarsa presenza di ossigeno nel terreno

Sopra una coltivazione di circa 30 giorni seminata ad interfila di 25cm, compete verticalmente con l'Equiseto. In questo caso il terreno prevalentemente sabbioso e l'abbondante presenza di zone umide ha favorito la corretta e rapida crescita della canapa che ha soffocato le piante antagoniste. Sotto possiamo osservare la situazione contraria, dove condizioni di crescita inadatte o ristagni idrici nei hanno compromesso la forza competitiva.

Competizione con le infestanti

Oltre al problema in se che possono costituire carenze o eccessi idrici, va sicuramente considerato anche il fattore "infestanti", ovvero tutte quelle piante che, se avviciniamo quanto meno il metodo biologico, non potremo diserbare. Si tratta di specie ormai adattatesi alle condizioni pedoclimatiche della zona, e saranno quindi in grado di resistere alle condizioni di crescita più avverse, crescendo più rapidamente della nostra cultura, che dovrà ogni volta invece fare i conti con un nuovo e ulteriore stress.

La canapa è di per se una pianta dominante, tuttavia se riportata in agricoltura intensiva dovrà adattarsi a variabili fornite dall'uomo: tra le più importanti, dopo le condizioni di messa a dimora del seme, troviamo la densità di semina. Infatti, dopo aver praticato una falsa semina o comunque un'erpicoltura necessaria a rimuovere le erbacce cresciute nel periodo di riposo del campo, dovremo anche decidere la corretta distanza da lasciare al seme su fila, e tra fila e fila (interfila).

Su questo argomento, che è possibile

affrontare seguendo diverse scuole di pensiero, andremo a realizzare un articolo dedicato cercando di esporlo al meglio e da punti di vista differenti. Per il momento ci basterà ragionare con buon senso, tenendo presente che le piante necessitano in media di almeno 20 giorni per coprire un'interfila di circa 15cm. L'argomento è davvero complicato, occorre molta esperienza per comprendere la catena di processi che si possono formare nel substrato a seconda delle varie sostanze apportate. Non essendo nostra intenzione ridurre l'argomento a qualche "semplice" sigla e cifra, specialmente se si parlasse di concimi chimici o minerali, ci limitiamo a fornire qualche consiglio da interpretare personalmente, per poi fare una scelta secondo il proprio buonsenso.

Dalla nostra esperienza possiamo dire per certo che la canapa è in grado di crescere in maniera ottimale senza grandi apporti nutritivi, se succeduta ad una normale cultura dove la terra è già in buone condizioni possiamo anche provare a non concimare (vedi foto). Questo approccio può essere utile a chi è alle prime armi, e conosce poco sia della terra che della pianta. In questo caso, se il terreno sarà abbastanza leggero e ben tenuto, sarà la pianta ad andarsi a cercare quello di cui necessita.

Vi sono però casi in cui non concimare potrà essere controproducente, stentando la crescita della pianta che darà poco seme e vuoto, oltre che essere maggiormente esposta ad attacchi di insetti e patogeni vari. Se sappiamo che il nostro terreno non consente un abbondante sviluppo radicale dovremo essere noi a provvedere al corretto

approvvigionamento della pianta. Tuttavia, ci è anche capitato di vedere coltivazioni abbondantemente concimate, sia in maniera convenzionale che biologica, che non sono state in grado di attingere ai nutrienti per una svariata serie di altri fattori, come ad esempio l'eccessivo caldo, la prolungata siccità, la presenza o meno di tamponi nel terreno, cattiva ossigenazione del terreno, o ad esempio l'eccessivo apporto dei nutrienti stessi.

Infatti, da non sottovalutare sarà l'overfertilizzazione, ovvero quel caso in cui pensando di far bene apportiamo grandi quantità di concimi o fertilizzanti, ignari che la saturazione del terreno ne comprometterà irrimediabilmente per anni l'assorbimento alle culture che ne saranno ospitate.

La canapa è una pianta rustica, che preferisce la possibilità di cercarsi ciò di cui ha bisogno. Questo le consentirà di svilupparsi più sana, robusta e veloce, in grado quindi di resistere autonomamente agli attacchi di insetti e agenti patogeni. Quindi il nostro consiglio è piuttosto quello di dirigersi verso una pratica abbastanza sconosciuta, che è quella del *sovescio*, utilizzando magari mix di sementi che una volta cresciute, falciate prima della fruttificazione, e interrate saranno in grado di apportare al terreno tutte quelle sostanze principali come Carbonio, Azoto, Fosforo, Potassio ecc. che andrebbero diversamente somministrate.

In foto sopra, una delle nostre coltivazioni: varietà Lipko, nessuna concimazione in rotazione dopo il grano. Le piante hanno trovato terreno leggero e umidità e sono state in grado di superare anche i 4 metri di altezza, con una abbondante produzione di fiori e seme. Nella foto sotto un seme sano in fase di sviluppo, sezionandolo vedremo una parte lattiginosa bianca. Sotto uno

degli esemplari più alti sempre della stessa coltivazione. Ottenere buoni risultati non è scontato, le variabili sono molte e molto diverse tra loro, tuttavia non è certo impossibile fare un buon lavoro. Se sarete stati in grado di incastrare correttamente tutte queste variabili tra loro vi troverete con una coltivazione in grado di crescere anche più di 2 cm al giorno in altezza, con un verde intenso e rigoglioso. A questo punto non dovrete preoccuparvi di altro che di eventuali prolungati periodi di siccità in caso di scarsa presenza d'acqua nel sottosuolo. L'apparato radicale fittonante in questo caso, trovando il terreno sufficientemente areato, sarà in grado di scendere oltre i due metri di profondità.

Affronteremo quindi nel prossimo articolo quello che riguarda un buon mantenimento della coltivazione durante il periodo di crescita. Nel frattempo ti invitiamo a visitare la nostra [galleria immagini](#) dove potrai trovare tutte le foto delle nostre coltivazioni nelle diverse fasi di crescita. redazione articolo a cura di Giovati Michael – Dicembre 2015

“Ho scoperto una piantagione!": I Titoli Fuorvianti sulla Canapa e i Loro Danni allo Sviluppo Collettivo

Canapa, Canapa Indiana, Cannabis... o

peggio ancora Droga, Marijhuana...

Sono ormai tanti, forse troppi, i nomi con cui i media tentano di confezionare i loro titoli, che arrancano nel mare di disinformazione volutamente creato durante tutti questi anni.

Una disinformazione che estende i suoi danni tanto quanto questa pianta possa estendere i suoi benefici alla collettività, prendendo atto che da essa si possono ricavare più di 5000 diversi prodotti primi, di qualsiasi genere.

La Cannabis è purtroppo famosa per quel valore che gli è stato attribuito negli anni dalle narco-mafie svendendola come una *droga* che provocasse uno "sballo", e dalla società che ha accettato di combattere questa etichetta senza in realtà sapere quello a cui si stava schierando contro.

In realtà invece lo sviluppo delle tecnologie, sia di quelle industriali che di comunicazione, ha permesso il diffondersi di informazioni ed interesse reali dando vita ad uno sviluppo tanto affascinante quanto unico.

Fortunatamente diversi Paesi al mondo stanno decidendo di legalizzare e regolamentare produzione e detenzione di Cannabis ai più disparati fini, svalORIZZANDO di fatto il

valore sul mercato nero di qualcosa di proibito, rivalutando e riproponendo quindi una nuova versione di fatti e informazioni inerenti ad essa.

In netta controtendenza rispetto a quella che sembra essere la "tradizione" più diffusa, ovvero quella di utilizzare la Cannabis nella creazione di sterili titoli di testata e dello sviluppo di articoli dalle ristrette vedute e carenti di informazioni, proveremo a proporre solo alcuni degli svariati motivi per cui sarebbe forse più opportuno prestare maggiore attenzione, precisione ed interesse parlando di essa.

L'USO TERAPEUTICO: DAL SEMPLICE "ANTINFIAMMATORIO" ALLA LOTTA AI TUMORI

Risulta forse difficile concepire che una semplice pianta possa davvero essere così utile nella prevenzione e cura di un davvero ampio spettro di patologie. La Cannabis Indica, caratterizzata anche da un elevato contenuto di THC utile nella cura naturale del dolore, della depressione o dell'anoressia . La Cannabis Sativa, con un contenuto decisamente inferiore di THC, ma con un modesto contenuto di CBD, strepitoso come antibiotico e antinfiammatorio, fortemente sedativo e calmante è utilissimo contro l'epilessia.

L'ELEVATO SVILUPPO AGRICOLO DIMOSTRATO NEGLI ULTIMI ANNI

Sono ormai diversi i Paesi del Mondo in cui viene coltivata Cannabis Sativa a fini alimentari, cosmetici ed industriali. Sempre più realtà scelgono di investire in macchinari specifici per estese coltivazioni

ottenendo notevoli risultati, alimentando quella che di fatto sta divenendo una vera e propria Green Economy.

L'ELEVATO SVILUPPO INDUSTRIALE APPREZZATO NEGLI ULTIMI ANNI

Cresce il numero di aziende che dedica il suo lavoro alla Cannabis, sia nella ricerca e sviluppo che nella realizzazione di macchinari per la lavorazione, raccolta e trasformazione. Vengono immessi sul mercato materiali puri salubri e rinnovabili, sempre più apprezzati per le loro caratteristiche e rapporti a volte ineguagliabili. Sia nell'industria che nel privato prende piede l'utilizzo della canapa per la realizzazione di materiali bio-plastici e compatibili con costi ed equilibri naturali. UN PROFILO ALIMENTARE UNICO, PREZIOSO E PRIVO DI ALLERGENI

In un Pianeta dove le patologie di origine alimentare arrecano non pochi problemi alla salute di molti individui, nella canapa vi sono risposte a diverse esigenze. L'elevato apporto di nutrienti sani e completi ha 3 caratteristiche fondamentali che non possono passare inosservate: elevato apporto di proteine vegetali, elevato apporto di Acidi Grassi $\Omega 3$ e $\Omega 6$, e totale assenza di allergeni come Glutine o Lattosio.

LA RILEVANTE POSSIBILITA' DI UTILIZZO IN CAMPO TECNOLOGICO

Da recenti studi sembra che grazie alla composizione di alcune fibre vegetali sia possibile accumulare o comunque trasmettere energia. Se questi studi si rivelassero esatti, potrebbe essere rivoluzionato tutto ciò che funziona a batteria o che ad esempio

funziona per catturare l'energia solare. Inoltre questo potrebbe anche dare tregua alla spietata estrazione di materiali minerali poi utilizzati in ambito tecnologico, per quanto nobile possa esserne poi il loro uso. LA RICONVERSIONE DELLE FORESTE ARTIFICIALI, RIPRISTINANDO GLI EQUILIBRI NATURALI

Tra i tanti "frutti" della pianta vi è anche il canapulo, ovvero la parte più interna dello stelo, che se coltivata correttamente raggiunge in un solo anno un grado di maturazione che il legno di un Pioppo raggiungerebbe in circa 8!

...è facile immaginare a questo punto cosa potrebbe succedere se tutte le industrie cartarie, se tutti i produttori di mobilio economico, tutti i produttori di bio-plastiche e tutti gli altri utilizzatori al posto del legno utilizzassero il canapulo, derivato da una coltura annuale e rinnovabile in poco tempo, lasciando spazio al rimboschimento naturale in tutte quelle zone dove invece vengono coltivate piante, ma comunque tagliate e distrutte dopo pochi anni.

L'ELEVATO POTERE PURIFICANTE E RIGENERANTE DEI TERRENI DI CRESCITA

Diversi sono i progetti di bonifica che si stanno affermando in Italia con l'utilizzo di Cannabis Sativa, come ad esempio si sta sperimentando sui terreni contaminati dall'Ilva. Coltivandola infatti è in grado di scendere in profondità grazie al potente apparato radicale, una volta assorbite le sostanze è in grado di metabolizzarle trasformandole in nutrimento per il terreno. Oltre a questa particolare capacità,

inserendola nella normale rotazione di coltivazione agricola è in grado di smuovere i terreni riportando in superficie tutti quei nutrienti essenziali che diversamente le altre culture non sarebbero in grado di reperire autonomamente.

Certo è che tutto questo visto con gli occhi di chi spera in un propedeutico cambiamento sociale sarebbe uno splendido sogno che si realizza, dove l'interesse di tutti converge verso la preservazione degli equilibri naturali ed il rispetto verso salubrità e genuinità.

Altrettanto facile è tuttavia immaginarsi quanto una conversione globale, un cambiamento di rotta e abitudini, potrebbe infastidire chi da tempo basa i suoi proventi sullo sfruttamento di risorse naturali difficilmente rinnovabili o peggio ancora ricorrendo alla materia sintetica.

Si potrebbe "quasi" sintetizzare pensando che tutto questo odio e questo astio verso una pianta così utile e diversificabile possano derivare proprio da quello, dalla paura che da essa si possa trarre una gran quantità di beni diversi con il minimo dispendio di risorse ed energie.

...ovviamente queste sono solo alcune delle potenzialità della pianta, solo alcuni dei benefici di cui potremmo usufruire, ma che invece risultano compromessi ogni volta che viene passata l'informazione e l'emozione errata!

Ognuno di noi potrebbe trarre almeno un vantaggio da questa pianta. Quale esso sia dovrete essere voi a scoprirlo

documentandovi, se già non lo conoscete.

Risulta quindi evidente che ad ogni titolo errato o poco veritiero, ad ogni articolo imparziale o folcloristico, ad ogni menzogna o mezza verità corrisponde un'interpretazione errata, che a sua volta limiterà inevitabilmente l'accesso ad informazioni utili, talvolta vitali per parecchi individui della società.

L'informazione sta alla base dello sviluppo collettivo, fare informazione può anche essere solo un lavoro per molti, ma fare Giusta Informazione è una scelta per pochi altri.

I Semi di Canapa. Peculiarità e Valori Nutrizionali

I semi di canapa sono un'esplosione di energia e nutrimento, racchiusi in un chicco ricco e pieno di vita rappresentano uno degli equilibri più perfetti che esistano in natura.

Se ben conservati mantengono al loro interno tutta la vitalità di cui necessiterebbe la pianta per nascere e iniziare una crescita robusta e veloce.

Tra le decine di fondamentali caratteristiche è utile sottolineare:

LA NATURALE E TOTALE ASSENZA DI GLUTINE! Come tutti i prodotti derivanti dalla Canapa, anche i semi mantengono intatta

questa interessante caratteristica. Sempre più persone manifestano intolleranze, specialmente al glutine.

I semi possono essere un valido alleato in aiuto alle diete previste per chi risente di intolleranze al glutine o al

LATTOSIO. L'ELEVATO CONTENUTO DI

PROTEINE NOBILI Altrettanto interessante è l'apporto proteico che questi semi sono 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. I semi di Canapa sono una pronta risposta a questa

esigenza. L'ELEVATO APPORTO DI

VITAMINE E, DI FIBRE E DI

MINERALI Composti da una parte coriacea sono ricchi di fibre insolubili, ne contengono infatti circa il 20%.

Ricchi di Tocoferoli (VITAMINA E) forniscono 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 Ω 3 E Ω 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.

I semi di Canapa sono naturalmente dotati di

questo rapporto ottimale!

Mangiati crudi mantengono intatti tutti i sapori e le caratteristiche di olio, semi decorticati e farina.

Se tostati invece hanno un gusto inconfondibile ed una croccantezza a prova di dolce: cospargine il gelato o lo yogurt, il frullato o le lasagne. Sono speciali se integrati negli impasti di pani o pizze, e caratteristicamente deliziosi con marmellata o miele.

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 porzione di 56 grammi

Energia

322 Kcal

Carboidrati Totali

Zuccheri

Fibre

6,7g

1,7g

3,9g

Grassi Totali

Saturi

Monoinsaturi

Polinsaturi

Ω6

Ω3

24,6g

2,3g

2,7g

19,7

14,6

5,1

Proteine

18,5g

Colesterolo

0,0g

Vitamina E

Fosforo

Magnesio

Ferro

Zinco

Manganese

154%

81%

150%

43%

67%

280%

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 Ω 3 e Ω 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

17.8g 0,0g 6.1 mg

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

[fonte della tabella](#)

EmilCanapa Ricette : La Torta Salata con Farina di Canapa, Cipolle e Formaggi

La torta salata alle cipolle è uno sfizioso antipasto dal sapore pieno e deciso.

Ottima anche per accompagnare l'aperitivo unisce il caratteristico sapore amarognolo della farina di canapa con il dolce delle cipolle, racchiudendo un cuore pastoso di formaggio.

Ingredienti per una teglia da 10/12
porzioni

PER LA PASTA

400gr di farina

100gr di farina di canapa

220gr di burro freddo a tocchetti

1 uovo intero e 3 tuorli

1 cucchiaino raso di Sale

4 cucchiaini di acqua

PER IL RIPIENO

4 cipolle dorate medie

5 cucchiaini di parmigiano

4 cucchiaini di pane grattato

1 uovo intero

100 gr di formaggio morbido

un pizzico di peperoncino

1

Per preparare l'impasto unire il burro a tocchi con un cucchiaino di sale, i 4 cucchiaini di acqua e il cucchiaino di olio di Canapa. Unire poi le farine, l'uovo e i tuorli, impastando e amalgamando bene il tutto per poi metterlo a riposare in frigorifero.

2

Nel frattempo che l'impasto riposa procedete preparando il ripieno. Tagliate a rondelle le cipolle per

poi farle passare in padella con olio sale e pepe, per circa un quarto d'ora o comunque fino a quando non si saranno ammorbidite.

Dopo averle fatte raffreddare in una ciotola procedete aggiungendo i 5 cucchiaini di formaggio grattugiato, i 4 cucchiaini di pane grattato, l'uovo e un pizzico di peperoncino in polvere.

3

Preriscaldando il forno a 180° andate a stendere e dividete la pasta su due fogli di carta forno dalla forma del contenitore scelto.

Adagiate sul fondo della teglia uno dei due strati di pasta coprendolo con le cipolle stufate, andando ad aggiungere il formaggio fresco a fiocchetti.

4

Ricoprite ora con l'altro strato di pasta praticando con la forchetta dei piccoli fori sulla superficie. Infornate per 30 minuti o comunque fino a doratura avvenuta.

Lasciate raffreddare, tagliate a bocconcini e servite. E' utile sapere che volendo, nel caso in cui non abbiate tempo per fare tutte le operazioni in soluzione unica, potrete preparare e conservare sia l'impasto che il ripieno in frigorifero fino al giorno

successivo. ...Se sei passato a leggere la ricetta prima di concludere i tuoi acquisti potrai facilmente tornare allo [Shop](#) cliccando sull'immagine, se preferisci abbiamo tenuto in memoria [il Tuo Carrello](#), puoi accedere da [cliccando qui](#)! Redazione articolo a cura di Giovati Michael.

EmilCanapa Ricette : La Torta Soffice di Zucchine con Farina di Canapa

La torta di zucchine è un preparato soffice e gustoso, adatto sia per colazione a chi piace farla dolce, sia come ultima portata per concludere in maniera leggera e sfiziosa il pasto. Le zucchine danno un tocco salutare alla ricetta, che confezionata con la farina di canapa rivisita notevolmente il suo gusto caratteristico.

Ecco gli ingredienti che vi serviranno per la preparazione di una teglia da 6/8 porzioni

2 uova intere

250gr di zucchero

250gr di zucchine tritate

225gr di farina 00

25gr di farina di canapa

1 bustina di lievito vanigliato (o
1 cubetto di lievito fresco)

100gr di burro

3 cucchiaini di vermouth

1

Per prima cosa sbattete le uova con lo zucchero fino ad ottenere un composto omogeneo. Continuate tritando le zucchine finemente che andranno aggiunte nella zuppiera.

Aggiungete poi la farina con il lievito e in ultimo i 3 cucchiaini di vermouth mescolati con il burro fuso. Dovreste ottenere un impasto semi-liquido.

2

Versate ora il tutto in una teglia con carta forno, o ricoperta con burro e un pizzico di farina.

3

Mettete la teglia in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti, o fino a quando la torta non assumerà un colore dorato.

4

Lasciate raffreddare e se preferite guarnite a piacere con zucchero a velo, servendo a temperatura ambiente. Potrete conservare la torta per diversi giorni a temperatura ambiente, semplicemente avendo cura di coprire il recipiente con un panno o dei fogli di alluminio, che preserveranno la caratteristica morbidezza....Se sei

passato a leggere la ricetta prima di concludere i tuoi acquisti potrai facilmente tornare allo [Shop](#) cliccando sull'immagine, se preferisci abbiamo tenuto in memoria il [Tuo Carrello](#), puoi accedere da [cliccando qui](#)! Redazione articolo a cura di Giovati Michael

Manto del cane: Omega3

Omega6, Canapa e il giusto apporto.

Il rinnovo del pelo e della cute necessita fino al 30% dei bisogni proteici quotidiani di un cane adulto. Le proteine più importanti sono quelle che contengono una certa quantità di aminoacidi (metionina e cistina), indispensabili alla sintesi delle proteine del mantello.

Successivamente entrano in gioco gli acidi grassi insaturi. Tra questi i gruppi più importanti sono gli omega-6, che derivano dall'acido linoleico, e gli omega-3, provenienti dall'acido alfa-linoleico.

Per un corretto assorbimento di queste sostanze, è di fondamentale importanza trovare il giusto equilibrio tra di loro, equilibrio dato da un'abbondanza di Omega 6 (almeno 4-5 volte in più) e da una minor quantità di Omega 3.

Negli ultimi anni, all'interno dei prodotti in commercio, si sta registrando quello che è un eccesso di apporto degli Omega 3 a dispetto degli Omega6.

E' interessante far notare come ambedue gli acidi grassi vengono attaccati dai loro stessi enzimi durante il processo metabolico, ed è perciò importante che il loro rapporto sia corretto. Una sovrabbondanza di omega-3 può causare disturbi della coagulazione e deficit immunitari e notevoli difficoltà nel

mantenimento di un peso corporeo corretto.

Prendendo in considerazione i prodotti che possono derivare dalla pianta della canapa (*Cannabis Sativa l.*) troviamo una vasta scelta di veri e propri integratori completamente naturali.

La coltivazione della Canapa infatti non richiede l'uso di rilevanti quantità di concimi e fertilizzanti, non richiede l'uso di pesticidi e diserbanti, e molto spesso non richiede l'irrigazione artificiale. Saremo così sicuri di avere tra le mani un prodotto sano e con un notevole impatto etico e propedeutico sulla società.

Tra le principali qualità che caratterizzano i prodotti abbiamo:

LA TOTALE ASSENZA DI GLUTINE E LATTOSIO

noti allergeni causa di non poche disfunzioni alimentari e fisiche (vedi dermatiti, arrossamenti, sfoghi).

L'ELEVATO APPORTO PROTEICO E AMMINOACIDICO

che abbiamo già visto essere fondamentali per la sintesi metabolica degli acidi grassi, piuttosto che per una vasta serie di fattori importanti, come ad esempio la stimolazione alla produzione delle immunoglobuline (apparato immunitario)

IL PERFETTO APPORTO DI ACIDI GRASSI INSATURI

Ω6 e Ω3 DI 3:1 (3 parti di Omega 6, 1 parte Omega 3)

che garantisce la corretta assimilazione degli stessi da parte dell'organismo, evitando così che siano loro stessi a contrastarsi ed invalidarsi.

ELEVATO CONTENUTO DI FERRO, FIBRE, MAGNESIO e VITAMINA E, B1 e B2.

La sensibilità al processo di ossidazione degli alimenti contenenti gli acidi grassi polinsaturi impone l'aggiunta di vitamina E e di sostanze anti-ossidanti. Del resto la vitamina E stimola l'immunità e, di conseguenza, le difese a livello cutaneo. Infine, tutte le vitamine del gruppo B partecipano in modo più o meno diretto al metabolismo cellulare e al processo di rinnovamento del mantello. I derivati della pianta più facilmente reperibili sono appunto semi interi, semi decorticati, farine di diversa vagliatura (da crusche a impalpabili) e oli ottenuti **ESCLUSIVAMENTE DA SPREMITURA A FREDDO**. Questa infatti conferisce il caratteristico sapore deciso e leggermente acidulo, che ricorda a tratti la mandorla, che è veramente apprezzato tanto dagli animali quanto dal nostro palato.

A seconda delle nostre necessità, potremo quindi scegliere come integrare l'alimentazione del nostro compagno di vita: se avremo bisogno di un maggiore apporto proteico o di fibre utilizzeremo le farine, che mantengono comunque intatte tutte le caratteristiche principali. Nel caso volessimo integrare solamente gli acidi grassi insaturi potremo scegliere invece l'olio. Quest'ultimo può anche essere utilizzato con notevoli risultati tramite applicazione locale ed uso esterno per lenire le infiammazioni, calmare i rossori e le reazioni allergiche.

E' altrettanto interessante ricordare come nell'antica medicina tradizionale i semi e l'olio di canapa venissero apprezzati per le

loro doti vermifughe. Somministrati a cuccioli e neonati erano considerati un disinfettante intestinale, in grado di favorirne inoltre il corretto transito, grazie anche alla sua funzione lassativa.

Essendo prodotti completamente naturali non si incorre in intossicazioni nel caso di sovradosaggio, tuttavia occorre tener presente che un esubero di acidi grassi insaturi nell'organismo può condurre all'ostruzione arteriosa con i conseguenti disagi. Di seguito riportiamo alcuni esempi di quantità di olio che possiamo usare indicativamente come riferimento: Dosaggi indicativi per **cani e gatti**, da somministrare 3-4 volte a settimana

fino ai 5 kg

fino ai 10 kg

fino ai 15 kg

fino ai 20 kg

fino ai 25 kg

fino ai 30 kg

fino ai 35 kg

fino ai 40 kg

oltre i 45 kg

1 ml

1,5 ml

2 ml

2,5 ml

3 ml

3,5 ml

4ml

4,5 ml

5 ml

L'olio di canapa è molto utile e amato anche dai **piccoli animali come i roditori**.

Gradiranno pertanto anche loro dosi di circa **1/2 cucchiaino da caffè, per 2-3 volte la settimana, su un peso di 1 kg**. Tra i benefici i più facili e veloci da riscontrare saranno:

- **rafforzamento del sistema immunitario;**
- **aiuta a mantenere il peso corporeo corretto;**
- **notevole incremento di energia;**
- **migliora la condizione della cute e del pelo;**

Una vera e propria fonte di benessere a portata di mano quindi, ormai di click. I prodotti si possono trovare in qualsiasi shop online dedicato, o nei migliori negozi di prodotti biologici o comunque alimentazione naturale, sempre nella speranza che nel giro di pochi anni possiate recarvi dal contadino dietro casa e chiedere tutto ciò di cui avete bisogno direttamente a lui. redazione articolo a cura di Giovati Michael

Conoscere il Terreno-Canapa in Emilia, le principali nozioni da ricordare.

L'emilia Romagna era considerata tra le più rinomate e produttive regioni in Italia, quando già 70 anni fa si conoscevano bene quali fossero i potenziali delle nostre terre nella coltivazione della canapa.

La particolare fertilità dei terreni unita alle condizioni pedo-climatiche di zona portavano ad avere risultati decisamente rilevanti sulle coltivazioni.

Ci troviamo oggi quindi a riprendere questa pratica dovendo però fare attenzione a diversi piccoli vincoli imposti sia dalle istituzioni quanto dallo sviluppo ed il mutamento industriale e climatico, avendo di fatto un immenso potenziale tra le mani senza tuttavia sapere come sfruttarlo al meglio. Vediamo ora assieme quali sono le cose utili da tenere a mente per affrontare al meglio la fase che precede la scelta del terreno ove posizionare la nostra futura coltivazione. Essendo un

argomento molto dettagliato e ricco di variabili ed essendo nostra intenzione volerlo spiegare al meglio, suddivideremo le varie fasi di lavorazione in rispettivi articoli che verranno pubblicati in itinere all'andamento delle nostre coltivazioni, sottoposte ad una svariata serie di test mirati alla raccolta di informazioni.

Questo articolo non vuole avere la pretesa di imporsi sulle diverse metodologie e pratiche che si stanno timidamente diffondendo sulla nostra Penisola, piuttosto vuole essere un'integrazione utile a tutti coloro che come obbiettivo hanno il raggiungimento dello stesso scopo, il "fare al meglio possibile". **PREPARAZIONE DEL TERRENO:**

Essendo la canapa una pianta con rizoma estremamente potente che si sviluppa verticalmente, necessita, almeno nella fase di sviluppo iniziale di terreni "leggeri" e friabili.

Possiamo notare dall'immagine (contenuto in percentuale di argilla nei primi 30cm, nelle pianure Emiliano-Romagnole; [fonte](#)) che i terreni rappresentati sono composti per lo più da una percentuale di argilla (<30%) e da circa altrettanta (30%) di limo.

Questo fa sì che unitamente alla presenza di persistenti piogge come quelle caratterizzanti la nostra pianura, possa prendere vita il fenomeno di asfissia radicale in grado di rallentare notevolmente la crescita della pianta stessa, talvolta letale se in fase di emergenza.

Una efficace soluzione potrebbe quindi essere quella di arare i terreni più in profondità del solito (fino a circa 50 cm) a terreno

completamente asciutto, facendo in modo di avere i primi 30cm più friabili,assicurandosi di stendere perfettamente il terreno in maniera lineare ed omogenea. Avvallamenti e accumuli di terreno vi complicheranno la vita aumentando la possibilità di ristagni.

Va ricordato di effettuare anche tutte le successive lavorazioni a terreno asciutto. La presenza di acqua nello stesso vanificherà qualsiasi operazione impastando ulteriormente il substrato.

Una prima erpicatura al nascere delle infestanti ne limiterà la crescita. A causa delle probabili piogge alternate alle caratteristiche schiarite primaverili potrebbe nonostante tutto rimanifestarsi la loro formazione. Una falsa semina, garantirà il necessario vantaggio alla canapa nella competizione iniziale con le stesse, consentendogli di superarle soffocandole. Particolare attenzione andrà prestata prevenendola formazione di croste post semina.

Particolare attenzione andrà prestata ai primi 10 centimetri di superficie, che dovranno essere il più sabbiosi possibile, garantendo un drenaggio ottimale al seme, che sarà in grado di schiudersi senza difficoltà spingendo il germoglio ad emergere dopo pochissimi giorni. In nostro aiuto potrà quindi venire l'immagine che rappresenta il triangolo della tessitura USDA e la relativa classificazione delle nostre zone. ([fonte](#))

percentuale di sostanza organica nei primi 30cm di superficie

percentuale di argilla nei primi 30 cm di superficie

Sapendo le principali caratteristiche potremo procedere con un'analisi più accurata secondo alcuni semplici passaggi illustrati [sulla nostra guida](#) per la determinazione dei valori chimico-fisici principali del proprio terreno.

Consigliamo comunque, al fine di massimizzare rese e soddisfazioni, di effettuare analisi di laboratorio ai terreni, così da poter avere dati precisi su cui basarsi con la propria successiva coltivazione.

Ora che abbiamo capito come converrà comportarci nei confronti di eventuali scoli e ristagni d'acqua nelle coltivazioni, sapremo anche come approcciare al meglio eventuali fenomeni di elevata piovosità. Nel prossimo aggiornamento dell'articolo vedremo qualche consiglio e accorgimento per affrontare efficacemente la semina, garantendosi una corretta nascita del seme e successiva emergenza del germoglio. redazione articolo a cura di Giovati Michael – Aprile 2015