



Fava

Vicia faba L.

Castellà: haba
Anglès: broad bean
Francès: fève

Família: *Fabaceae* o lleguminoses
Gènere: *Vicia*

Collita dels fruits: abril-maig



La planta

Planta herbàcia anual que s'enfila i pot arribar a fer un metre d'alçada. Les tiges tenen una secció quadrada, estan buides per dins i no tenen ramificacions. És una planta lleguminosa perquè el fruit que produeix és una beina anomenada *llegum*, a l'interior de la qual hi ha les llavors.

Com totes les lleguminoses, tenen nòduls a les arrels que acumulen nitrogen. La major part, el fa servir la mateixa planta però una part queda al sòl. Per això, la fava es fa servir també com a cultiu de rotació per a millorar la fertilitat dels terrenys, ja que el nitrogen és un dels principals elements químics per al creixement vegetal, juntament amb el fòsfor i el potassi.

Les fulles i les flors

Les fulles són de color verd glauc, estan formades per nombrosos folíols i acaben en punta. A l'axilla de les fulles, hi apareixen les flors, de color blanc amb taques negres o violàcies, agrupades en petits raïms.

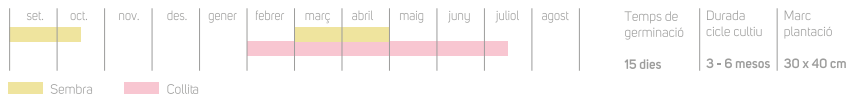
Algunes de les flors es transformen en les beines o llegums que surten directament de la tija principal. Són carnosos, d'uns 15 a 30 cm de llargada, i contenen de 4 a 8 llavors ovalades comestibles.

Els fruits

Quan les beines són joves, les llavors són petites i molt tendres, de pell fina i un contingut elevat en aigua. En canvi, a mesura que passen els dies, es fan més grans, ja que les llavors també es fan més grosses i la pell es torna més gruixuda, cosa que les fa més dures i amargants. S'acostuma a sembrar a la tardor i es cull entre abril i maig, a mesura que els llegums van arribant a la mida desitjada.

L'ORIGEN

Espècie originària de la conca mediterrània o l'Àsia central, que s'adapta molt bé a les condicions de cultiu de l'Horta. Forma part de l'agricultura mediterrània des de l'edat del ferro. A la Grècia antiga, eren molt apreciades i es dedicaven al déu Apol·lo. Com totes les lleguminoses, les faves tenen un contingut elevat en proteïnes si es compara amb altres hortalisses.



DITA POPULAR:

PEL PILAR, FAVES A SEMBRAR.

SI VOLS TENIR UN BON FAVAR, FES-HO PER LA MARE DE DÉU DEL PILAR.