

## **AMETLLER**

### ***Prunus amígdala***



Arbre originari de l'oest d'Àsia i nord-est d'Àfrica, on es cultiva de forma silvestre; tot i així el podem trobar a tota l'àrea Mediterrània.

Pertany a la família de les rosàcies, una de les més desenvolupades. La maduixa també pertany a aquesta espècie.

Propi de terres de secà a ple sol. Arbre de terra baixa, llocs airejats i protegits de vents forts.

S'adapta a terres pobres tot i que els calcaris argilosos són els més aptes i és resistent a la absència de pluja.

És un arbre de fulla caducifòlia, de copa densa i arrodonida que pot arribar a medi fins a 10m. D'alçada tot i que el més habitual és 5/8m. La poda encara escurça més aquesta alçada.

Rústic, de creixement ràpid fins els 15/16 anys etapa en la que és més esplèndid i la seva vida és de 75 a 80 anys.

El seu tronc sol tenir una certa inclinació, escorça de color cendra. Amb l'edat agafa textures cada cop més rugoses, la de les branques joves és verda, es torna violàcia on rep la llum solar directa. A partir del segon any es torna gris i s'enfosqueix progressivament.

En les espècies antigues les fulles surten després de la flor, en les espècies actuals, això, ja és diferent i surten a la vegada així la flor es veu protegida i amb ella el fruit assegurant la collita.

2

Antigament a les plantacions es necessitaven diverses varietats per una correcta fructificació, era important que hi hagués ametllers amargs.

Les varietats cultivades actualment són auto fèrtils.

Abans, els pagesos, utilitzaren com a patró exemplars d'ametller amarg ja que és més resistent a la sequera i a les terres pobres, sorrencs, poc premsats i amb textura mig disgregada, calcaris i profunds , a ple sol, . Poc resistent als forts vents.

Molt susceptible a les gelades primaverals, es beneficiarà per hiverns ben definits. Necessita, segons varietat de 200a 500h de fred a l'hivern.

És un dels primers arbres que floreig. I si pateix gelades en aquesta fase es crema, pel fred, el primordi germinal i destrueix la collita.

En repòs la tolerància al fred és alta.

En cas de proximitat al mar pot resistir a la 2<sup>a</sup> línia. No tolera la sal però si la cals.

Resisteix la contaminació urbana però no la industrial.

L'altitud idònia per l'arbre és de 200 a 600m.

Es pot reproduir per llavor i per empelt. La seva època de transplantament és la tardor i té alta dificultat.

3

---

Normalment el que s'ha utilitzat és l'insert per la seva multiplicació, desmunt d'un patró adequat. El que més s'ha utilitzat és el peu d'ametller amarg per la seva resistència, aguants sequera i terres calcaris, són menys utilitzats els peus d'auberginyer i albercoquer.

Els tipus d'empelt que s'utilitza són:

Escut

Canonet

Pua/tascó

Per llavor l'arbre que sorgirà serà amarg.

Abans es feia la plantació en marc, deixant entre arbres una distància de 7/9m. Segons la fertilitat del sòl sovint s'ampliava fins a 12/14m. Per sembrar cereals entre ells.

Actualment es sol deixar de 4/5m. En intensiu i en el super intensiu molt junts. Tenint que utilitzar més abonament i productes.

L'ametller es cultiva a la península fa més de 2.000 anys, probablement introduït pels fenicis i posteriorment els romans van tenir molt a veure amb la seva propagació; principalment per motius de comerç, s'han trobat naus enfonsades que ho evidencien.

El seu cultiu es va establir, en inici, a les zones costaneres. Són presents a Catalunya com a cultiu de impotència de ben antic però sempre s'havien cultivat les dues mateixes varietats: l'esperança i la mollar. A partir de 1887 es van començar a plantar noves varietats.

Les malalties que solen tenir són insectes, fongs i bacteries.

Els enemics tradicionals més importants:

Glaçades ( cremen i fan caure la mare de la flor)

La gomosi

L'arrugat

La podridura de les arrels en zones humides.

No s'utilitza tradicionalment a jardins i parcs públics. Sí el trobarem en jardins privats.

El que més atrau de l'ametller són les seves flors, floreig en gran quantitat. Són de color blanc , rosats, fins arribar a un rosa delicat. D'una fragància embriagadora.

És un arbre robust que a la conca mediterrània pot viure de 60/80 anys.

L'ametller. Com altres plantes, han conviscut amb nosaltres des de els nostres inicis i va ser de les primeres en les que el ser humà va fer selecció per la seva vàlua.

Aquesta selecció natural ha fet que els pinyols del prunus dulcis siguin molt més petits, proporcionalment. La selecció artificial ha fet que augmenti la proporció de la part comestible buscant reduir els pinyols dels fruiters i augmentar el pinyol de l'ametlla.

El que més es sembla a l'ametlla és l'aubercoc. No s'obre sol tot i així s'obre amb molta facilitat per una sutura visible per separar el pinyol.

### **LES FULLES.**

Es poden utilitzar com a substituir del tabac, es poden fumar tenint efectes al·lucinògens i narcòtics.

La infusió de les fulles i la flor s'utilitzen per estats d'esgotament físic.

**L'escorça** i les fulles s'han utilitzat en problemes de sarna, dermatitis, i altres problemes de la pell.

Són bones en ferides per ajudar a la cicatrització, també ajuden quant hi ha fissures als mugrons per l'alletament.

Si volem preparar-les, en infusió, soles, ajudaran a pertorbacions de la son i calmen els estats d'ànim.

Una tassa al dia ens ajudaran en el sobre pes.

### **LA FLOR**

La seva flor és mel·lífera.

Essència floral de flor d'ametller.

Útil en casos de retards, alteració i detenció física i mental.

Quant hi ha problemes per acceptar el procés d'envelliment.

Ajuda a acceptar la imatge corporal i a acceptar el procés de maduració.

L'essència de la flor es recomana per revitalitzar-nos davant de cansament i estrès.

La flor té propietats afrodisíiques, ajuda a calmar la ment reduint l'ansietat.

S'utilitza en cosmètica.

## **AMETLLA**

És la llavor.

Les dues varietats d'ametlles, tant l'amarg com la dolça contenen el glucòsid amigdalina, aquest fa molt mal gust, ferments anomenats emulsina que poden descompondre l'amigdalina i que poden descomposar l'amigdalina i sintetitzar àcid cianhídric amb l'ajuda de les enzims que té el nostre organisme al ensalivar.

Són riques en nutrients, proteïnes, mucílags, vitamines A, B1, B2, C, D...

Minerals com:

Calci, fòsfor, potassi, sodi, magnesi i coure.

Tan les dolces com les amargues contenen:

Gran quantitat d'olis

Sucres

Una mica de fècula

Matèria gomosa

Colesterines

Asparagina

Quant L'ametlla dolça està tendra també conté amigdalina, en menor quantitat que les amargues, que perden al madurar.

L'ametlla té una mida de 4cm. +/- i fructifica a finals d'estiu. El procés de maduració de l'ametlla es porta a terme a la primavera, entre 7/8 mesos després de florir.

Durant l'estiu la baina s'asseca i s'obre.

La seva recol·lecció es duu a terme durant els mesos d'agost i setembre.

Els fruits són simples, provenen d'un gineceu monocarpel·lar.

Si comparem el fruit de l'ametller, drupa ovada i tomentosa (coberta de pels) amb altres arbres fruiters classificats del mateix gènere Prunus ( prunera, cirerer, albercoquer i auberginyer)podrem veure que la diferencia és que el mesocarpi, que en aquests fruiters constitueix la part carnosa que es menja. En l'ametller és una mena de pell que es va ressecant durant la maduració i s'obre alliberant el pinyol amb la llavor , que és l'ametlla, la part comestible.

L'ametlla té l'endocarpi petri, aquesta és la part de color marró vermellós quant la llavor està ben madura i l'obertura del fruit no és d'una forma determinada.

Es creu que és el 1er fruiter cultivat al vell mon.

Podem fermentar-les per fer un vi.

Recomanable menjar al dia de 10/15 ametlles.

L'ametlla es consumeix com aperitiu, torró, massapà, pastisseria.

Amb ella es fan salses com:

Salsa de romesco, de calçots, xató...

En picada en molts plats i estofats.

Senceres en alguns plats de carn i a la cassola.

Crues pastades amb sucre formant una massa homogènia a la qual se li va afegint aigua i posteriorment colant el líquid es crea l'orxata d'ametlles.

Amargo, carquinyolis, panellets, menjar blanc i altres dolços.

Licors.

Batut d'ametlla.

**La coberta** de l'ametlla verda es fa servir com a farratge per animal.

**El clofol** es fa servir com a combustible en calderes de biomassa/clofol. És la millor fusta per elaborar llegiu.

En cosmètica ha estat i està molt utilitzada igual com en alimentació.

El clofol de l'ametlla bullit unes sis hores purifica, rebaixa la sang administrat durant deu dies en dejú.

En infusió beguda xusclant suaument anirà bé per mal de gola.

### **AMETLLA AMARGA**

La seva composició és:

Aminoàcids ( arginina, histidina, lisina, glicina, tirosina, lencina...



Els mateixos mineral que l'ametlla dolça, principalment A i B.

Àcids oleic i oxàlic.

S'utilitza en farmacèutica per l'aparell digestiu pel seu valor antiespasmòdic en casos de hipertensió i refredats.

L'oli essencial s'utilitza en perfumeria.

L'ametlla amargant més ampla i curta que la de l'ametlla dolça, contenint la meitat de l'oli fixat que les ametlles dolces.

Glucòsid amigdalina que per acció del ferment emulsiona en contacte amb la saliva i al fer la digestió es converteix en àcid cianhídric, verí potent. Al mastegar-la i durant el procés de digestió, per diferents reaccions enzimàtiques es transforma, a l'organisme, en cianur de hidrogen.

Conté l'enzim emulsina, que en presència d'aigua, actua com un glucòsid soluble anomenat amigdalina que dona glucosa, cianur i oli essencial d'ametlles amargues el qual es benzaldehid pràcticament pur..

Les ametlles amargants proporcionen de 4/9 mg. De cianur d'hidrogen per cada ametlla.

L'extracte de les ametlles amargants s'havien usat com a medicinals, em de para compte per que fins i tot en petites dosis els efectes poden ser severos i en grans dosis poden ser mortals.

La intoxicació es dona per la ingesta de 25/30 ametlles amargues i produeix, nàusees, vòmits, hipotèrmia, asfíxia, etc.

En cosmètica barrejat amb un oli bàsic, que pot ser d'ametlles dolces, hidrata profundament la pell del rostre.

S'utilitza una proporció d'ametlla amarga als amargots, gelats, licors ( amaretto) , sirops, còctels, mazapans i panellets.

L'oli essencial s'utilitza en perfumeria.

## ***OLI D'AMETLLES.***

Per pells sensibles inclús les de bebès.

Magnífic pel seu contingut en vitamines A i E, ajuda a eliminar símptomes d'envelliment i redueix petites arrugues,

Afavoreix la hidratació, ajuda a retenir la humitat de la pell formant una barrera impermeable que protegeix de les agressions externes.

Permet la transpiració .

Fa tous els taps de les orelles per la seva extracció.

## ***ARRELS***

L'ametller té una arrel axonomorfa amb un eix principal més desenvolupat que els laterals, en sistema radial, poc ramificada, ben aferrada al terra i de color groc grisenc quant és jove.

## ***FUSTA***

Les birutes de la fusta es fan servir per fumar i donar gust als aliments a les barbacoes.

Fusta apreciada en ebenisteria ja que no sol fer-se crivells en ella.

S'utilitza en la realització de mobles, ferramentes i utensilis.

Una bona fusta pel foc a l'hivern.

## ***HISTÒRIA***

Va començar a ser cultivat a Persia, Síria i Palestina.

A la bíblia el podem trobar.

El patriarca Abraham utilitzava vares d'ametller al bell testament per construir corrals on tancava els seus nombrosos ramats.

El bastó d'Aarón era una branca d'ametller que floreig oferint el seu fruit any rere any, les ametlles.

A la bíblia l'ametller simbolitza la vigilància i el bon fruit.

En hebreu ametlla significa “ qui desperta” “ vigilant “ “ llum “ segons la seva religió els que han descobert les arrels de l'arbre poden trobar la llum i la immortalitat per menjar el fruit.

El Coran ens diu que la planta i les flors són un regal d'Alah als homes.

Significa l'amor que tot ho supera, inclús la mort. Vida eterna.

Els grecs i els romans van ser els difusors d'aquest específic vegetal arreu de la mediterrània.

A finals del segle XVIII missioners franciscans, amb fra Juniper Serra ( Natural de Petra) al cap davant. van plantar ametllers de les nostres terres a la regió californiana de San Diego.

## **MITOLOGIA**

Una de les filles del rei Mides que es deia Filide es va enamorar de Acamonte, aquest, al declarar-se la guerra de Troya va tenir que anar-hi prometen a la seva estimada que tornaria tan aviat com acabes.

Al enterar-se de la caiguda de la ciutat, Filide va començar a anar a la costa tots els dies per rebre el seu estimat.

El seu vaixell no tornava. Al novè dia, presa de la desesperació i el dolor pensant que el seu estimat havia mort, va morir.

La Deessa Atena es va compadir del seu dolor i va convertir el seu cos en un arbre.

Finalment arribà el vaixell a la costa i Acamonte, s'havia retardat per inclemències del temps amb les que li ha passat a la seva estimada corre al bosc per trobar l'arbre i plorar la seva estimada.

Quant va trobar l'arbre i el va veure mort l'abraçà presa del dolor i de l'amor, l'arbre va començar a florir repentinament.

Aquest arbre era l'ametller.

És per això que les flors de l'ametller signifiquen amor etern , amor més enllà de l'amor.

## ***EGIPTE***

Per als antics egipcis les ametlles eren un regal dels Deus per saciar la gana.

Símbol de prosperitat, riquesa i salut.

S'utilitzava molt a la seva cuina.

## ***Conte de fades del Marroc***

Hi havia una vegada una bella princesa de nom Hatim , tenia un cor molt bo i veient la gana que tenia el poble i la riquesa en la que ella vivia que decidí anar a les arques del seu pare, agafar els diners i repartir-los entre els més pobres.

El seu pare al veure el que havia fet la princesa ordenà la seva execució.

Alah al veure la bona acció de la princesa la va transformar, el seu cos es va convertir en un ametller. Donant els seus fruits anys rere anys a la gent del poble.

En Bellesa podem fer mascaretes, utilitzar-ho en el cabell, la pell....