

# Ginkgo

(*Ginkgo biloba* L.; ginkgoàcies)

## Descripció

---

El ginkgo és un arbre dioic i caducifoli que té el tronc erecte i ramificat. La seva escorça és de color marró clar a fosc i té fissures reticulars i rugoses, que en els arbres vells recorda el suro. El reconeixem a primer cop d'ull per les seves fulles flabel·lades (en forma de ventall), que prenen un color groc daurat a la tardor. Poden tenir de 30 a 40 m d'alçària (alguns espècimens a la Xina superen els 50 m) i una circumferència de fins a 4 m. Té diversos usos, tant en la gastronomia, com en la medicina tradicional xinesa, i es planta també com a ornamental.

La llavor del ginkgo fa una fetor semblant a la mantega rànica, ja que conté àcids butíric, càpric i valèric a l'embolcall carnos més extern de la grana. És per això que només s'acostumen a plantar, com a ornamentals, els peus masculins. El ginkgo és una espècie única d'arbre sense cap parent proper viu que es classifiqui en la seva pròpia divisió (ginkgòfits). Això el converteix en un exemple excel·lent de fòssil vivent, d'una branca evolutiva que es va separar de la resta de plantes fa, com a mínim, uns 270 milions d'anys. Aquests arbres rarament pateixen malalties i gairebé mai són atacats per insectes.

---

**Parts consumides: les llavors**



# Entre bogons



Un cop collides les llavors del ginkgo, se'n descarta la part carnosa, anomenada sarcotesta, i es bull o rosteix amb una mica d'oli i sal la resta (força similar a un festuc o *Pistacia vera*). Aquesta part de la llavor està formada per una closca dura (l'esclerotesta), un embolcall fi i membranós (*endotesta*), i l'interior carnós (constituït per l'endosperma femení i l'embrió). Després de bullir-les o rostir-les, es treu la closca i l'embolcall fi que envolta l'interior de la llavor. Es poden consumir soles, en sopa, amb arròs bullit o endolcides amb sucre o mel, entre d'altres maneres. Actualment també es venen en conserva i sense closca i, en aquest cas, s'han de bullir abans de consumir-les. Es recomana recollir les llavors d'aquest arbre amb guants si s'observa qualsevol reacció al·lèrgica, per contacte, que es produeix per certes substàncies que conté l'embolcall carnós.

## Aliments similars:

les plantes relativament baixes en calories, però amb cert contingut de proteïna i greix, com ara, la llavor de l'arbre del pa (*Artocarpus spp.*) i la del lotus o nelumbe (*Nelumbo nucifera*).

## Rica en:

les llavors del ginkgo són riques en carbohidrats, tenen certa quantitat de proteïna i greixos, vitamines A, C, B1, B3 i B6, àcid fòlic, ferro, fòsfor, potassi, coure i seleni.

## Origen geogràfic

XINA



## Sabies que...

a Catalunya està plantat, com a arbre ornamental, als carrers, parcs o jardins de diverses localitats? Als carrers de la ciutat de Barcelona n'hi ha 189 exemplars i la majoria d'ells són d'individus masculins per tal d'evitar la mala olor de les llavors.

Organitza:

**FONDO  
COMERC**

Amb la col·laboració de:



Ajuntament  
de Santa Coloma  
de Gramenet



CONSORCI PER A  
LA NORMALITZACIÓ  
LINGÜÍSTICA



UNIVERSITAT  
BARCELONA



BBVA CX

