

# Pastanagues i cultura

Fa uns dies Xavier Castellón informava en aquest diari de la iniciativa del Teatre de Bescanó, que com a protesta contra la pujada de l'IVA a la cultura del 8 al 21%, ven pastanagues, que, com totes les hortalisses, tenen un IVA reduït del 4%, en lloc d'entrades, però això sí, amb una entrada "de regal". Aquesta enginyosa idea ha tingut ressò, i sembla que pot tenir diverses formes de seguiment. Segons deia la notícia, els bascos volen canviar les pastanagues per la cervesa, la qual cosa no serveix, perquè les begudes alcohòliques no tenen l'IVA reduït, ans tot el contrari. Amb aquesta iniciativa, els assistents a l'obra Suïcides al Teatre de Bescanó poden beneficiar el seu esperit amb l'obra teatral i el seu cos amb un aliment tan interessant com la pastanaga. Ben mirat, si aquesta idea prospera i s'estén a tots els aliments amb l'IVA del 4% (pa, llet, fruites, verdures, hortalisses, llegums, patates...) es podria arribar a acords entre el món de l'alimentació i el del teatre i altres espectacles, i ja no caldria anar als caixers o a les taquilles a buscar entrades, sinó a les botigues i als mercats, i establir una saludable col·laboració entre cultura i agricultura, conceptes etimològicament ben propers. L'oferta de pastanagues i altres aliments es podria reorientar i promoure formes d'alimentació saludables.

Està bé començar per la pastanaga, una hortalissa amb bona fama, justificada per les seves propietats i pel seu valor nutritiu. És coneguda la frase de situar algú entre el pal i la pastanaga, perquè triï una opció beneficiosa. Originària de l'Afganistan o d'Àsia Menor, la pastanaga, com altres arrels comestibles, ha estat un dels primers aliments consumits pels humans, fins i tot abans que la pesca o la caça. Ja era coneguda al món grec i al romà, i es va difondre per tot Europa a l'edat mitjana. Carlemany en va promoure el cultiu. De totes maneres no era gaire apreciada en gastronomia perquè fins al Renaixement les pastanagues eren unes arrels groguenques i dures, amb un cos llenyós. Amb el temps es van anar millorant. Les actuals, de color ataronjat, daten del segle XIX, gràcies a la tasca d'agrònoms, principalment francesos i holandesos.

Com totes les hortalisses, el seu component principal és l'aigua (88%), però conté més sucres que moltes d'elles (com també passa amb la remolatxa), un 7%, i per això a vegades té una certa dolçor. Aporta fibra (2,5%) i no gaires calories (unes 35 quilocalories per 100 grams). Té molt poques proteïnes i gairebé gens de greix, i és una excel·lent font de vitamines i minerals.

La pastanaga també té propietats medicinals. Una de les més conegudes és la seva acció astringent o antidiarreica. Ja des de l'antiguitat se sabia que millora l'agudesia visual, i diuen que durant la Segona Guerra Mundial, gràcies a les pastanagues, es va potenciar la visió nocturna dels artillers i aviadors anglesos. Això és degut al fet que contenen uns compostos anomenats carotenoides, que li donen el seu color, i que trobem també en molts altres aliments, com ara fruites, hortalisses, marisc, rovell d'ou i mantega. Els primers carotenoides els va aïllar Wackenroder, el 1831, precisament d'unes pastanagues, i d'aquí el seu nom, ja que pastanaga és karotte en alemany, carrot en anglès i carotte en francès. Alguns dels carotenoides, especialment el beta-carotè, abundant a la pastanaga, són provitamines A, és a dir, substàncies que el nostre organisme transforma en vitamina A. Uns dels efectes del dèficit d'aquesta vitamina són els trastorns visuals, que es poden prevenir amb una correcta ingesta de vitamina A, és a dir, entre altres aliments, de pastanagues. Per tant, si els espectadors de Bescanó assisteixen a més d'una funció, poden acabar veient-la millor, a condició que no es passin, ja que un excés de carotens, que en el cas de les pastanagues seria anar més enllà d'uns 100 grams al dia, tindria efectes negatius, que es notarien en un canvi de color de la pell. Per això convido el Teatre de

Bescanó a continuar amb la seva excel·lent iniciativa, però variant el menú.

Publicat a:

-El Punt Avui. Comarques Gironines 12-10-2012 Pàgina 29

-El Punt Avui. Edició Nacional 12-10-2012 Pàgina 25

Font del document:

[http://www.elpuntavui.cat/noticia/article/7-vista/8-articles/583426-pastanagues-i-cultura.html?piwik\\_campaign=rss&piwik\\_kwd=mes&utm\\_source=rss&utm\\_medium=mes&utm\\_campaign=rss](http://www.elpuntavui.cat/noticia/article/7-vista/8-articles/583426-pastanagues-i-cultura.html?piwik_campaign=rss&piwik_kwd=mes&utm_source=rss&utm_medium=mes&utm_campaign=rss)