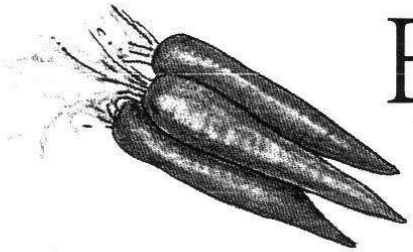


# El cultivo de la zanahoria

Texto: Mariano Bueno

**Las zanahorias están entre los cultivos imprescindibles de todo huerto familiar. Sus múltiples virtudes nutricionales y su riqueza en minerales y vitaminas esenciales, como el betacaroteno o vitamina E, unido a sus excelencias culinarias, hacen de ella uno de los cultivos más populares junto a lechugas, tomates y judías. Aunque para muchos huertos y hortelanos también resulta uno de los cultivos más difíciles, esperamos que la aparente complejidad no desanime a los principiantes. En mi tierra se suele decir "Fent i desfent, se va aprenent" (haciendo y deshaciendo se va aprendiendo), por ello vale la pena animarse, perder el miedo y experimentar. ¡Ánimo y buenas y saludables cosechas!**

Las zanahorias se cultivan en casi todos los climas y, aunque prefieren los templados, no existen problemas en su cultivo si se eligen las variedades idóneas y se respetan las fechas de siembra más recomendables en cada zona o clima.

Como requieren una serie de cuidados hemos creído oportuno dedicarle un espacio y hemos reciclado la información que aparece en mi libro *El huerto familiar ecológico*, ampliando o resaltando aquellos aspectos que pueden resultar de mayor interés en el contexto del huerto familiar y del hortelano aficionado.

### ¿ Qué tierras le gustan ?

Si deseamos zanahorias tiernas, jugosas, de tamaño regular y de buena presencia, elegiremos para su cultivo tierras francas, sueltas, mullidas y arenosas, que retengan bien la humedad pero que no se encharquen (las arcillo-calcáreas y las arcilla-arenosas son las mejores). En las tierras duras y compactas se pueden cultivar las variedades enanas, ya que las de largo porte tenderán a lignificarse, dando un corazón muy duro y poco agradable de comer. Las tierras muy pedregosas crean deformaciones poco estéticas en las zanahorias, aunque no merman en nada sus cualidades. Otro problema son las tierras abonadas con compost fresco, ya que además de provocar podredumbres y la proliferación de raíces partidas, las zanahorias cultivadas con materia orgánica fresca suelen aparecer recubiertas de raicillas (como si tuvieran barba) lo que les da una apariencia poco agradable y dificulta su posible comercialización.

### Abonado

Les gusta una tierra rica en humus, pero no los estiércoles y abonos orgánicos frescos, por eso procuraremos usar

Son buenas vecinas de casi todas las plantas, excepto de las de su misma familia, las umbelíferas. En la foto, zanahorias junto a una hilera de puerros

para su cultivo mantillos y compost muy hechos (de más de un año), o sembrarlas en terrenos que albergaron cultivos bien abonados (después de un cultivo de patatas o tomates). En casos excepcionales también podemos sembrar zanahorias en parcelas en las que se efectuó un abonado verde, aunque dejaremos pasar por lo menos uno o dos meses desde su roturación e incorporación al suelo hasta la siembra. Evitaremos los purines de estiércol y todo aporte excesivamente nitrogenado, porque las zanahorias absorben los nitratos solubles, vengan de donde vengan, aparte de que tenderían a estimular el desarrollo de su parte foliar en detrimento de la radicular, que es la que comemos.

### Riego

Es preferible un riego regular, procurando que no padezcan sed, pues si el suelo se reseca mucho la piel de las zanahorias se endurece y al siguiente riego copioso o período de lluvias abundantes, se agrietarán y partirán longitudinalmente, con lo que se perderá gran parte de la cosecha. Es especialmente importante mantener la humedad apropiada durante todo el período de siembra y germinación.

### Siembra

La siembra de las zanahorias es una de las operaciones más delicadas, ya que las semillas no deben enterrarse muy profundas y necesitan una humedad regular hasta su nascencia al cabo de 10 o 15 días. Podemos tomar nota de la experiencia de hortelanos como Santiago Pérez, en Pruvia (Asturias) que hace una pregerminación (poniéndolas a remojo y luego entre paños húmedos dos o tres días hasta que germinan) para acortar ese período. (1)

Pueden sembrarse en líneas, en bancales o en bandas. Habitualmente se siembra en hileras separadas unos 25 o 30cm, aunque yo siempre suelo recurrir a la siembra a boleo en todo el bancal. La operación de siembra puede hacerse "a pulso" –algo complicado por la pequeñez de las

## Control de hierbas en el cultivo de zanahorias

### La falsa siembra

Consiste en preparar la tierra unos veinte días o un mes antes de la siembra de zanahorias, eligiendo un "día hoja" del calendario lunar. Removemos bien la tierra y regamos como si hubiéramos efectuado una siembra. A la semana o a los diez días, habrán salido multitud de hierbecitas o estarán germinando en la tierra, por lo que aprovecharemos para realizar una escarda a fondo removiendo bien la tierra y volveremos a regar repitiendo la operación de presiembra y desherbado. Con ello nos aseguramos que al sembrar las zanahorias apenas saldrán hierbas adventicias. Conviene además elegir un "día raíz" para la siembra de las zanahorias ya que la energía de las constelaciones de tierra estimula el desarrollo de las zanahorias y suele inhibir la nascencia de las hierbas.

### El desherbado térmico

Aprovechando la lentitud de germinación y brotado de las semillas de zanahoria, podemos quemar las hierbas emergentes con un soplete de fontanero o esparciendo una fina capa de paja seca y prendiéndole fuego (*). Esta operación la realizaremos más o menos a la semana de la siembra, cuando la tierra aparece cubierta de hierbecitas, unos dos o tres días antes de la nascencia de las hojitas de zanahoria, que se identifican por su peculiar forma en "uve" inclinada, con la cubierta de la semilla coronando el extremo superior.

(*) La rápida acción del fuego deshidrata o quema las tiernas hierbas pero no llega a calentar la tierra, que disipa el calor rápidamente, por lo que no existe riesgo de destruir los brotes de las zanahorias que aún no habrán emergido, ni de dañar a las beneficiosas bacterias o microorganismos del suelo).

semillas–, aunque los menos habilidosos pueden recurrir al uso de sembradora mecánica. Un sistema muy usual consiste en mezclar las semillas con abundante arena o con mantillo viejo para obtener un volumen más fácil de esparcir homogéneamente. Las semillas se enterrarán de 1 a 2cm y pueden recubrirse las líneas con una fina capa de compost muy descompuesto o de arena.

En principio la siembra de zanahorias en semillero y el posterior trasplante, no suele ser factible ya que no soportan su trasplante a raíz desnuda, aunque en pequeños huertos o en cultivos precoces hay quien recurre a su siembra en bandejas y trasplanta los cepellones cuando las hojas de las zanahorias tienen entre 3 y 5 cm de longitud.

**Es importante llevar a cabo siembras escalonadas para poder disponer de zanahorias todo el año**

Las semillas de zanahoria sólo germinarán cuando la tierra alcance temperaturas superiores a los 5 °C. Además de con la pregerminación, también podemos acelerar la nascencia cubriendo la tierra con mantillo de compost (muy negro) que absorba radiación solar y caliente la tierra. Conviene recordar que durante la germinación habrá que procurar que la tierra se mantenga húmeda, por lo que otra opción interesante consiste en cubrir el sembrado con una malla negra de sombreado, hasta que veamos aparecer debajo las primeras hojitas de zanahoria. Esta práctica también permite regar con manguera o regadera sin por ello compactar la tierra, evitando que se forme una corteza de tierra dura en la superficie, pues dificulta la emergencia de los tiernos brotecillos.

Eligiendo bien las variedades a sembrar, podemos realizar siembras durante casi todo el año. Pero si sembramos con tiempo muy frío y las zanahorias tardan más de 15 días en germinar y emerger, cuando se desarrollen tenderán a espigarse con facilidad y a subir a flor, con lo que su corazón se volverá leñoso y poco comestible.

Es importante llevar a cabo siembras escalonadas para poder disponer de zanahorias todo el año. Empezaremos en el mes de enero en las zonas más templadas y a partir de marzo o abril en las zonas frías. Las últimas siembras de finales de verano nos permitirán una producción de desarrollo lento debido a la llegada del frío, con lo cual podremos ir cosechándolas durante el invierno y a principios de primavera. También podemos recurrir a variedades de ciclo corto para los cultivos tempranos y tardíos.

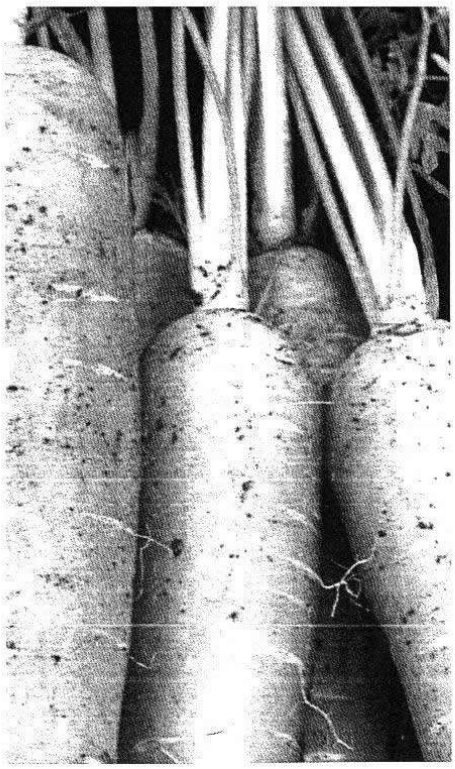
Resulta interesante ir sembrando según el calendario biodinámico en los días de raíz. Si sólo nos fijamos en las fases lunares visibles, efectuaremos las siembras a ser posible en luna menguante.

Se pueden efectuar siembras simultáneas de rábanos, que nacerán antes y marcarán bien las líneas sembradas, o de lechugas o coles, que serán trasplantadas a otro lugar una vez tengan el porte adecuado. Un inconveniente a tener en cuenta es que las siembras simultáneas no son compatibles con el sistema de desherbado térmico que se explica más adelante.

## Cultivo

Ya comentamos que las zanahorias requieren una hidratación regular y el desherbado, porque las hierbas dificultan su buen desarrollo y compiten por el agua y los nutrientes.

El aclareo es muy importante si deseamos obtener unas zanahorias de porte razonable. Se realiza un primer aclareo cuando las hojas tienen entre 2 y 3cm, dejando una separación de 2 a 3cm entre plantitas. Unas semanas más tarde se efectuará un segundo aclareo, eliminando una planta de cada dos o dos de cada tres, dejando una distancia entre zanahorias de 5 a 8cm. Aunque las zanahorias arrancadas en el segundo aclareo ya son comestibles –suelen ser tiernas y de sabor exquisito–, conviene tener muy presente que si tardamos en realizar el aclareo y pasan mucho tiempo creciendo muy juntas, luego ya no engordarán por mucho tiempo que las dejemos en la tierra sin cosechar. Por ello, si queremos conseguir zanahorias de buen tamaño, no hay que tener reparos o miedo en clarear arrancando zanahorias pequeñitas hasta que queden entre ellas de 5 a 8cm.



Es aconsejable una bina o escarda regular para mantener el suelo mullido y libre de hierbas competidoras. Aunque no conviene recalzar las zanahorias, sí es importante tapar los huecos que se producen durante el aclareo para impedir que las zanahorias queden expuestas al aire y al sol y verdeen.

### Problemas eventuales

Las zanahorias no suelen tener demasiados problemas en su cultivo. Quizás el más frecuente sea la mosca de la zanahoria. Los insectos vuelan en mayo-junio y depositan sus huevos al pie de las plantas jóvenes. Las larvas penetran en las raíces a ras de suelo y cavan sinuosas galerías. Solemos identificar las plantas afectadas porque crecen lentamente y presentan hojas secas o amarillo rojizas.

Hay una segunda generación de insectos que atacan de junio a septiembre; éste es el ataque más temido en zonas en las que se desea dejar las zanahorias en la tierra durante el invierno. Este problema suele reducirse o evitarse sembrando o trasplantando puerros entre las líneas de zanahorias o junto a ellas. En los huertos más afectados por las larvas de la mosca de la zanahoria, la solución ideal consiste en cubrir los cultivos con una malla fina especial que impide a las moscas la puesta de huevos en la tierra.

### Rotación

En algunos suelos las raíces de zanahoria se infestan de nematodos, por lo que será importante respetar largos períodos de rotación del cultivo en una misma parcela.

Por la avidez de ciertos nutrientes del suelo, será también importante efectuar rotaciones largas –de tres a cinco años– en el cultivo de zanahorias en una misma parcela.

### Asociaciones

Ya mencionamos lo favorable del cultivo de puerros junto al de zanahorias. Algo similar sucede con cebollas y cebollinos, ya que se protegen mutuamente. Por lo demás, las zanahorias suelen ser buenas vecinas de casi todas las plantas, excepto de las de su misma familia, las umbelíferas.

Suelen señalarse como bastante favorables los cultivos asociados de zanahorias con lechugas, guisantes, tomates y rábanos. También se considera propicia la cercanía de plantas medicinales o aromáticas, como la salvia, el romero o la artemisa. La siembra simultánea de algunas semillas de coriandro (cilantro) las protegerá de la temida mosca de la zanahoria. ■

**Nota**

(1) Ver Todos trabajamos en la misma casa. *La Fertilidad de la Tierra* nº 10, pp. 30-35

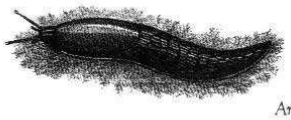
# Conozcamos algo más de las babosas

Texto: Redacción

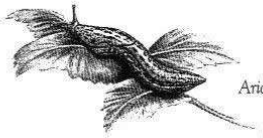
En el inmenso grupo de los gasterópodos terrestres, babosas y caracoles cuentan cerca de quince mil especies, de las que unas diez causan daños considerables en cultivos y jardines. Los más fáciles de reconocer son el *Arion rufus*, (gruesa babosa roja que en Centro Europa mide unos 15cm) cuyo color va del castaño muy claro al negro. El *Deroceras reticulatum*, de color gris, es mucho más pequeño (de 3,5 a 5cm) pero es particularmente voraz y prolífico (en un año húmedo pueden darse dos generaciones). El *Arion hortensis*, o babosa de huerto, es menos voraz pero afecta sobre todo a raíces y tubérculos.

En general se les distingue por el hilillo de baba que van secretando en sus desplazamientos. Pueden comer en una noche la mitad de su peso, les gustan los vegetales y también tragan pequeños animalillos muertos y desechos vegetales, por lo que son unos buenos recicladores de materia orgánica, pero lo malo para el hortelano es que tienen preferencia por las hojas tiernas y por las plantitas recién enraizadas.

Caracoles y babosas son hermafroditas y se acoplan a finales de verano y en otoño. Hacen la puesta de huevos en tierra, al fondo de galerías, y resisten el frío mejor que los adultos. Según las condiciones climáticas no suelen eclosionar hasta abril.



*Arion rufus*



*Arion hortensis*

*Deroceras reticulatum*