



ORTAGGI

Coltivazione anguria

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Concimazione](#)
- [Coltivazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



L'anguria (*Citrullus lanatus*) detta anche Cocomero o Melone d'acqua è una pianta annuale e tropicale originaria dell'Africa. L'anguria ha i fusti rampicanti o striscianti, con viticci, fiori di solito a sessi separati, raramente ermafroditi, impollinati dagli insetti e grandi foglie pelose con lobi incisi in profondità. Viene suddivisa in varietà a frutto tondo italiane o americane, più rustiche e precoci, e varietà americane a frutti allungati e zuccherini, più grandi e abbondanti, ma le cui piante sono più esigenti in fatto di clima e terreno. Tra le varietà di anguria rotonda segnaliamo "Crimson sweet" medio-precocce e molto zuccherina, e "Sugar baby" molto precoce e zuccherina. Tra le varietà a frutto allungato ricordiamo invece "Charleston gray" molto resistente all'irraggiamento solare, "Nastro azzurro" adattabile a qualunque terreno, "Dolce polpa" molto resistente alle malattie, zuccherina, profumata e con pochi semi.

Semina

Per la semina nei climi ove sia possibile si procede in aprile-maggio in pieno campo ponendo 2-3 semi per postarella con distanze di 1,5 metri sulla fila e di 2 metri tra le file. Successivamente si effettua il diradamento. Dove non sia possibile coltivare in questo modo tra febbraio e aprile si procede alla semina in vasetti singoli mantenuti a 18-21°C, con un unico seme fatto pregerminare su carta da cucina a 21°C per due giorni oppure con 2-3 semi per vasetto da diradare in



seguito. Avvenuta la germinazione si pongono i contenitori in ambiente idoneo a temperature non inferiori a 13-16°C e appena possibile si diradano le piante a una per vasetto, procedendo nel frattempo all'acclimatamento. Se necessario si effettua anche un rinvaso, poi in maggio-giugno si procede con la messa a dimora in cassone freddo utilizzando un trapiantatoio e lasciando sporgere un paio di cm sopra al terreno il pane di terra.

Terreno

L'anguria vuole un terreno fertile e sciolto, ben drenato e non troppo ricco, con un pH che oscilla tra 6,7 e 7,0. La preparazione tradizionale del terreno per la coltivazione in pieno campo prevede, quattro settimane prima della semina, una vangatura in profondità, l'aggiunta di letame maturo (5 kg per metro quadro) e un concime a base di potassio, oltre alla pacciamatura. Il coltivatore biologico preparerà invece il terreno l'autunno precedente con abbondante compost e letame maturo, oppure seminerà nell'estate precedente una concimazione verde (sovescio con senape o facelia, oppure trifoglio), o in alternativa se a corto di tempo provvederà alla preparazione dell'aiuola all'inizio della primavera, con letame equino più composto e terra di scavo, formando monticelli che richiamino calore e favoriscano quindi lo sviluppo della pianta. In cassone freddo o sotto ai tunnel di polietilene invece la preparazione del terreno prevede vangatura semplice e eventuale aggiunte di 5 cm di letame molto maturo quattro settimane prima della messa a dimora. Due settimane prima invece si formano i monticelli interrando letame maturo. Una settimana prima si mette il vetro sul cassone o si posiziona il tunnel per scaldare il terreno.

Concimazione

La concimazione tradizionale prevede l'utilizzo di fertilizzanti liquidi per pomodori ogni 7-10 giorni da quando i frutti hanno le dimensioni di una noce a quando iniziano a maturare, poi la nutrizione va sospesa. Il coltivatore biologico provvederà a fornire nutrimento tramite macerati vegetali (di ortica) o misti (di compost, o di vegetali misti e letame) 2-3 volte nel corso della stagione.

Coltivazione

La cimatura delle piantine va fatta sul fusto principale sopra alla terza foglia. Si formeranno tre ramificazioni da disporre a raggiera sul terreno e cimare poi sopra alla quarta foglia. Il diradamento dei frutti prevede di lasciare solo i tre migliori di ogni pianta, eliminando tutti gli altri e tutti i fiori. L'arieggiamento in cassone freddo prevede che dopo la messa a dimora delle piantine per una settimana, dieci giorni al massimo, la protezione venga richiusa, ombreggiando se il sole è molto forte. In seguito l'ombreggiatura viene rimossa e l'arieggiamento aumentato con gradualità anche per permettere l'impollinazione, ma di notte la protezione viene rimessa. D'estate se necessario va fornita ombreggiatura, e l'arieggiamento deve essere libero durante la maturazione dei frutti sotto ai quali va posta per tempo un'asse di legno per evitare

marciumi. Tra le avversità dell'anguria segnaliamo la peronospora, l'antracnosi e la tracheomicosi, oltre alle larve di maggiolino e gli afidi.

Annaffiature

Ma i bagnare i fusti della pianta e procedere con innaffiature abbondanti e soprattutto regolari, pena la cascola dei frutti o la loro rottura, possibilmente usando acqua tiepida e stagnante. Durante la maturazione dei frutti le irrigazioni vanno diradate gradualmente.

Proprietà

L'anguria è ricca di vitamina A e vitamina C, niacina, riboflavina e tiamina. Contiene anche licopene che le dà il colore rosso e la rende utile per prevenire tumori al seno o alla prostata e efficace come antiossidante. Indicata nelle diete ipocaloriche nonostante il suo sapore dolce, è benefica per fegato e vie respiratorie.

Coltivazione asparago

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Concimazione](#)
- [Coltivazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



L'asparago (*Asparagus officinalis*) è una pianta perenne della famiglia delle Asparagaceae coltivata per i turioni carnosi che emergono dal terreno in primavera. E' caratterizzata dal rizoma orizzontale sotterraneo, un fusto da cui si dipartono i turioni appunto, cioè gli steli che una volta ramificati portano le foglie a scaglie e i cladodi, cioè i rametti modificati simili a foglie aghiformi, a disposizione verticillata, che nell'insieme danno un aspetto molto leggiadro alla pianta. Gli asparagi arrivano anche oltre gli 1,5 metri di altezza. La pianta è monoica o dioica, quindi esistono asparagi maschi (che producono i turioni migliori) e

asparagi femmine che dopo la fioritura in maggio-giugno e la fecondazione producono numerose bacche rosse che maturano tra settembre e ottobre e contengono i semi scuri in numero variabile da 1 a 4, ma possono esistere anche asparagi con fiori ermafroditi. I fiori hanno sei tepali biancastri, sei stami e/o tre pistilli. Le radici sono fascicolate e superficiali. L'asparago officinale è naturalizzato in quasi tutta la penisola con l'eccezione di Puglia e Calabria, tra 0 e 1000 metri sul livello del mare. Tra le varietà coltivate ricordiamo il "Precoce di Argenteuil", "l'asparago di Pistoia", il "Grosso di Erfurt", il "Violetto di Albenga".

Semina

Anche l'asparago officinale come quello selvatico volendo si propaga per seme, ma in questo modo prima di ottenere il raccolto ci vuole ancor più pazienza che con un'asparagiaia ottenuta diversamente. Meglio quindi propagare la pianta acquistando le cosiddette zampe, cioè le radici che possono



avere da uno a tre anni, ma che comunque danno il primo raccolto più velocemente, anche se comunque nel giro di tre anni, non prima. Le piante vanno poste a dimora a marzo, a 45 cm di distanza sulla fila, allargando bene le radici fascicolate e coprendole accuratamente di terriccio fine.

Terreno

Gli asparagi si sviluppano preferibilmente su un terreno a pH 6,5-7,5 ben drenato e senza infestanti perenni, in posizione aperta e soleggiata anche se possono tollerare la mezzombra. Va preparato in autunno interrando 8 kg per metro quadro di compost o letame maturo nei primi 30 cm dalla superficie dato che le radici dell'asparago si sviluppano in senso orizzontale e non in profondità. L'asparagiaia per la produzione di asparagi imbiancati di norma si prepara scavando tre fosse parallele distanti 1,2 m tra loro, larghe 40 cm e profonde 25, in cui si incorporano 100 gr al metro quadro di fertilizzante equilibrato. Se il terreno dovesse essere molto ricco in azoto si forniscono perfosfato potassico (40 gr al metro quadro) e solfato potassico (30-25 gr al metro quadro). Sul fondo delle fosse si forma un piccolo rilievo dove si mettono a dimora le piante. La coltivazione biologica dell'asparago o quella degli asparagi verdi si può fare su aiuole piane preparate in autunno con compost o letame molto ben maturo e poi pacciamato in cui si scavano buche profonde 25 cm, larghe 40 cm e distanti 40 cm sulla fila e 1 m tra le file, in cui disporre le zampe che vanno poi ricoperte con la terra di scavo mista a sabbia in caso di suolo molto pesante e un po' di compost. Un'asparagiaia sfruttata con criterio e senza esagerare, ben curata e mantenuta libera da infestanti, può mantenersi molto produttiva anche oltre i 15 anni.

Concimazione

Ogni primavera si fornisce del fertilizzante generico (100 gr per metro quadro) sia prima che subito dopo la raccolta, quindi sia all'inizio di marzo che a fine giugno. In autunno dopo il taglio delle foglie ingiallite si distribuisce letame o compost. La coltivazione biologica prevede una concimazione liquida a fine giugno e aggiunte autunnali di compost.

Coltivazione

Il diserbo manuale va effettuato con scrupolosità e può essere facilitato da un'accurata pacciamatura. Nei primi due anni, quando ancora non si raccolgono i turioni, si può consociare con cetrioli che ombreggiano il terreno limitando la proliferazione di gramigna oppure con insalate, ma in seguito si deve solo pacciamare e basta. Mai dissodare il terreno dell'asparagiaia vicino alle piante: si danneggerebbero le radici. In autunno le foglie ingialliscono e vanno tagliate via e bruciate, e nel caso degli asparagi imbiancati bisogna anche rincalzare il terreno sui rilievi da cui spuntano le piante. Il primo raccolto di turioni si fa alla terza stagione vegetativa dopo l'impianto, raccogliendo i turioni solo da marzo a giugno, non di più, quando sono alti 12-15 cm. Vanno tagliati con un coltello affilato o l'apposito attrezzo a livello del suolo o 2-4 cm sotto la

superficie del terreno. I turioni più grossi sono quelli più teneri. Da giugno in poi si lascia che la pianta ramifichi.

Annaffiature

Anche se è vero che l'asparago non sopporta i ristagni di acqua e resiste all'aridità è bene non far mancare le irrigazioni in casi di siccità.

Proprietà

Gli asparagi hanno proprietà diuretiche, depurative, dietetiche. Possono essere utili nel trattamento di itterizia, cistite, reumatismi articolari. Contengono diversi amminoacidi, flavonoidi, potassio, magnesio, fosforo, manganese, calcio, e vitamine A e B.

Coltivazione basilico

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Concimazione](#)
- [Coltivazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



Il basilico (*Ocimum basilicum*) appartiene alla famiglia delle Lamiaceae ed è una pianta erbacea aromatica e annuale, alta fino a 60 cm. Ha foglie tenere e lucide, color verde o porpora, opposte su fusti a sezione quadrata e di forma lanceolata, con la lamina a volte incurvata verso il basso, a volte bollosa. Con l'avanzare della stagione i fusti tendono a lignificare e prostrarsi. La fioritura avviene tra maggio e settembre, con fiori di 5-6 mm, bianchi o rosa a simmetria bilaterale e quattro stami gialli riuniti a formare infiorescenze a racemo. Il frutto è dato da quattro

acheni ovali e scuri. Il profumo del basilico caratterizza molti piatti tipici della cucina italiana, ma non si mantiene con la conservazione industriale. Le foglie seccate, o sminuzzate e congelate, perdono quasi tutto l'aroma, meglio quindi cogliere fresche le foglie da una piantina coltivata sul davanzale anche in inverno, oppure in estate congelare all'interno di cubetti di ghiaccio le foglie intere e scongelarle al momento del bisogno, magari per insaporire un sugo fatto al momento con pomodori da serbo (varietà di pomodori che si mantengono per buona parte dell'inverno, conservati al fresco in "trecce" appese alle travi del soffitto, come da tradizione). Tra le varietà di basilico presenti in commercio ricordiamo:

Il basilico greco a foglie piccole e ovali, che forma un cespuglio compatto e sferico che ha anche un certo fascino ornamentale, sopporta meglio di altre varietà i climi freddi.

Il basilico genovese d.o.p. da cui si ricava il famoso pesto alla genovese, a foglie convesse e medio-piccole, caratterizzate dall'aroma delicato.

Il basilico napoletano ideale per la coltivazione in vaso.

Il basilico a foglie rosse red rubin a foglie seghettate e purpuree, molto profumate, a volte usato più come ornamentale che come pianta aromatica a uso culinario.

Il basilico mammoth con foglie molto grandi che conservano abbastanza l'aroma anche se essiccate (ma è sempre meglio usarle fresche).

Semina

Il basilico viene seminato in semenzaio a seconda del clima o all'aperto o in serra, a marzo, con temperature sui 16°C. Dopo una germinazione piuttosto lenta e un primo sviluppo a 13-16°C si esegue il ripicchettamento interrando radici dei semenzali un po' più di prima, e successivamente si procede ad acclimatare la piantina fino a maggio-giugno quando verrà trapiantata a dimora con distanze di 30 cm sulla fila e tra le file. La semina direttamente a dimora di solito si esegue a fine maggio quando non c'è più pericolo di gelate che uccidono la pianta invariabilmente. Il diradamento avviene alle stesse distanze valide per i trapianti.



Terreno

Il terreno ideale per il basilico è soffice, caldo, ben drenato e ricco di letame maturo, in posizione calda e soleggiata, ma riparata. Il bio coltivatore di solito prepara il terreno con compost fine e maturo.

Concimazione

La coltivazione biologica del basilico non prevede alcuna concimazione, ma solo un terreno ben preparato al momento dell'impianto. Questo perché un eccesso di concimazione porta a una mancanza di aroma nelle foglie. La coltivazione tradizionale invece utilizza concimi bilanciati a lenta cessione.

Coltivazione

La coltivazione del basilico non è impegnativa e la pianta ha talmente tanti usi e proprietà che vale davvero la pena cimentarsi nell'impresa di mantenere un vaso di basilico sul davanzale della cucina. Per prolungare il ciclo di sviluppo del basilico durante l'estate si asportano tutti gli steli fiorali appena spuntano, e a settembre si pota la pianta a 5-7 cm da terra sistemandola poi al coperto in modo che ricacci e produca foglie fresche durante tutto l'inverno. Un sistemazione ideale è quella in vasi da 12-13 cm, riempiti di compost da vaso piuttosto ricco, collocati tra doppi vetri esposti a sud, oppure lungo la tromba delle scale non riscaldata, davanti a una finestra sempre rivolta a meridione e quindi molto luminosa. La consociazione

favorevole al basilico è quella con i pomodori e i cetrioli. Tra i parassiti del basilico segnaliamo le larve di farfalle Geometridae che vanno asportate a mano tenendo presente che di giorno si mimetizzano sotto le foglie o lungo i fusti della pianta, e gli afidi da asportare a mano o con acqua. Il basilico può essere attaccato anche da varie malattie fungine che si prevengono usando farina di roccia sui letti di semina, pulendo sempre molto bene i vasi prima di usarli, utilizzando la rotazione colturale, arieggiando i letti di semina e infine offrendo alla pianta le condizioni colturali appropriate senza ristagni ma anche senza eccessiva aridità, e senza esagerare nelle concimazioni. In ogni caso essendo una pianta aromatica è sempre meglio evitare di usare anticrittogamici sulla basilico.

Annaffiature

Le annaffiature devono essere abbondanti e regolari durante tutta la stagione vegetativa o la pianta cresce stentata. Nelle annate piovose invece saranno le piante in vaso a dare i risultati migliori.

Proprietà

Il basilico contiene le vitamine A,C,E e alcune del gruppo B, oltre a vari amminoacidi, rame, potassio, calcio fosforo, manganese, zinco, ferro e magnesio. Allevia i dolori dell'artrite, è antiinfiammatori e benefico per la pelle, stimola l'appetito e la digestione, rinforza il sistema nervoso riducendo ansia e nervosismo e favorendo il sonno, e combatte raffreddori e stati catarrali. E in ultimo è saporito e meravigliosamente profumato, in grado di dare un tocco inconfondibile a sughi, insalate e salse.

Coltivazione carciofo

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Concimazione](#)
- [Coltivazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



Il carciofo (*Cynara cardunculus scolymus*) è una pianta erbacea appartenente alla famiglia delle Asteraceae o Composite. A differenza della maggior parte degli ortaggi è una pianta perenne coltivata come tale, anche se dopo un certo tempo (circa 10 anni) è bene rinnovare la coltivazione sostituendo le piante. Il carciofo ha un rizoma sotterraneo che produce un certo numero di gemme che a loro volta danno origine a fusti cilindrici e solcati longitudinalmente. All'apice dei fusti ramificati, portanti le foglie alterne e polimorfe, con la pagina inferiore tormentosa e quella superiore più o meno verde o

argentea, si formano poi i capolini fiorali. L'infiorescenza a capolino è formata da numerosi fiori ermafroditi e tubulari inseriti su una struttura carnosa detta ricettacolo. La parte edule del carciofo è costituita proprio dalle brattee più o meno spinose che circondano il capolino fiorale ancora immaturo, e dal ricettacolo che viene detto "cuore" del carciofo.

Semina

Il carciofo può riprodursi da seme, ma le piante che ne derivano non si riconducono più ad alcuna delle varietà di partenza, a causa della forte eterozigosi del corredo genomico della pianta, con conseguente imprevedibilità circa la dimensione dei capolini e l'epoca di fioritura che potrebbe variare da esemplare a esemplare. Meglio quindi procedere per propagazione vegetativa, senza arrivare a quella effettuata in vitro ma



semplicemente utilizzando o i carducci prelevati durante la scarducciatura, oppure gli ovoli prelevati dai rizomi, magari durante il rinnovo delle vecchie carciofaie. Nel primo caso i carducci, cioè i polloni basali originati dalle gemme del rizoma sotterraneo, alti 20-40 cm e con 4 foglie all'incirca, vengono asportati insieme a una piccola porzione di rizoma provvisto di radichette e impiantati o in ottobre con un rincalzo all'arrivo dei primi freddi, oppure in primavera. In ogni caso va effettuata la cimatura delle foglie dei carducci prima della messa a dimora. Con gli ovoli invece si lavora in estate, prelevandoli e facendoli pregermogliare (inumidendoli e tenendoli a mucchi per un paio di giorni) prima di metterli a dimora in buche profonde 20 cm. Le distanze di impianto variano a seconda della varietà, ma di solito si aggirano sui 2 metri tra le file e 80 cm sulla fila. Volendo tentare la semina si procede a fine inverno in semenzaio coperto o in pieno campo a maggio, interrando i semi a 1,5 cm di profondità.

Terreno

Il carciofo preferisce un terreno di medio impasto e fresco, profondo, con un pH neutro, ma può adattarsi a situazioni differenti sia dal punto di vista del pH che della tessitura. La preparazione del terreno avverrà all'inizio dell'estate per la propagazione a ovuli o in autunno per quella a carducci e prevede una lavorazione profonda fino a 50 cm con apporto di sostanza organica, seguita da lavorazioni più superficiali.

Concimazione

La fertilizzazione deve essere abbondante perché la pianta è una forte consumatrice. Oltre alla preparazione del terreno si forniranno concimazione bilanciata al momento dell'impianto o in primavera seguita da due somministrazioni ricche in azoto durante il picco della stagione vegetativa.

Coltivazione

Importantissima la scarducciatura che va effettuata alla ripresa vegetativa primaverile. A seconda della varietà di carciofo e della densità di impianto si lasciano più o meno carducci (di solito non più di due o tre comunque) per evitare che un eccesso di proliferazione vegetativa porta a uno scadimento della produzione. I carducci asportati potranno essere impiantati o buttati a seconda delle esigenze. Un'altra operazione importante è quella dell'eliminazione delle infestanti. Tra le avversità del carciofo ricordiamo l'oidio, le arvicole, le lumache, alcuni lepidotteri (la depressa ria e la nottua del carciofo), i grillotalpa, la cassida e gli afidi. Per allontanare le arvicole si può piantare aglio o ribes nero attorno all'aiuola dei carciofi, introdurre spicchi di aglio dentro ai loro cunicoli, oppure utilizzare appositi apparecchi che emettono suoni fastidiosi per i roditori. Gli afidi verranno scoraggiati da una concimazione equilibrata e non eccessiva, combattuti dalle larve e adulti di coccinella, contrastati con macerato di ortica, infuso di cipolla o preparati a base di piretro. I grillotalpa non vanno contrastati eccessivamente perché si nutrono anche di larve dannose, ma possono essere controllati se proliferano eccessivamente portando alla luce i loro nidi e distruggendoli. Le lumache possono essere tenute alla larga con recinzioni apposite e/o catturate con

trappole alla birra (un bicchierino riempito per 2/3 di birra collocato in punti strategici, le lumache muoiono ubriache e felici). In alternativa si possono allevare un paio di anatre che si nutrono molto volentieri di lumache. Il coltivatore biologico può avvalersi delle consociazioni favorevoli con porro, piselli, ravanelli, cipolla, lattuga e fagiolini.

Annaffiature

In caso di siccità vanno effettuate ogni 7-10 giorni durante l'estate e, a seconda della varietà, prolungate anche se diradate durante l'autunno.

Proprietà

Il carciofo contiene potassio, sali di ferro, inulina, mannite, sodio, rame, zinco, manganese e fosforo. La cinarina è responsabile del suo sapore amarognolo e favorisce diuresi e secrezione biliare ma viene resa inattiva dalla cottura ragion per cui i carciofi andrebbero mangiati crudi. La pianta è benefica per il fegato, abbassa il livello di colesterolo nel sangue, è digestivo, contrasta l'arteriosclerosi e le malattie cardiovascolari oltre che svolgere un'azione antitumorale.

Coltivazione carota

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Coltivazione](#)
- [Concimazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



La carota (*Daucus carota*) è una pianta erbacea e pelosa appartenente alla famiglia delle Apiaceae (precedentemente note come Umbelliferae) e presente anche allo stato spontaneo in Italia, caratterizzata dal ciclo vitale biennale ma coltivata come annuale per la sua radice a fittone ramosa e carnosa. Ha foglie di forma variabile, da ovali a margine dentato (soprattutto quelle basali) a lacinate (soprattutto quelle superiori). La fioritura avviene durante il secondo anno, tra aprile e ottobre, con numerosissimi fiori bianchi o rosa riuniti a formare una infiorescenza a ombrella di diametro variabile il cui fiore centrale ha un intenso color porpora scuro. Dopo la fecondazione operata dagli insetti l'infiorescenza, e le brattee somiglianti a foglie lacinate che la circondano, si richiudono formando una

struttura a nido d'uccello. I frutti sono acheni muniti di aculei per la dispersione zoocora. Le cultivar di carota si differenziano tra loro per le dimensioni della radice, più o meno lunga, e per l'epoca di raccolta. Tra le tante segnaliamo le precoci a radice corta "clairon" e "Corta d'Olanda", le medio precoci a radice più lunga delle precedenti "Dolce cuore", "Ottusa di Chantenay" e Berlanda" e le tardive dalla radice lunga "Cilindrica d'Ingegnoli", "Gigante Flakker" e "Lunga di S.Valery".

Semina

Le carote precoci vengono seminate in febbraio-marzo, in cassone freddo o sotto campane, le carote medio-precoci si seminano scalaramente in aprile-giugno, quelle tardive si



seminano sempre scalarmente da giugno a agosto. La semina viene effettuata su solchi profondi 1,5-2 cm e distanti 15 cm, e deve essere rada. Subito dopo si copre di terra. Il bio coltivatore invece lascia più distanza tra le file, fino a 20 cm, e semina a maggiore profondità (anche 3 cm), coprendo poi i semi di composto e spargendo farina di roccia, comprimendo poi col rastrello e innaffiando a fondo. La germinazione è lenta, richiede fino a 3 settimane. Appena possibile si dirada a 5 cm di distanza senza mai lasciare le piantine sradicate sul terreno perché tutta la pianta odora di carota e l'aroma attira la temutissima mosca della carota, le cui larve si nutrono delle radici delle piante.

Terreno

La carota preferisce un terreno sabbioso e aerato a uno duro e pesante, con il classico ph variabile tra 6,5 e 7,5, in posizione aperta e ventosa per scoraggiare la mosca della carota. Non deve essere sassoso, né contenere letame fresco che potrebbe veicolare larve dannose per l'ortaggio. La preparazione prevede una vangatura invernale in profondità che porti alla formazione di un leggero terriccio superficiale, molto fine, seguita dalla fertilizzazione con 70-100 gr per metro quadro di prodotto sparso sulla superficie dell'aiuola una settimana prima della semina. In caso di terreni e condizioni sfavorevoli vanno preferite le varietà precoci o medio-precoci. Nell'orto biologico, invece, la preparazione del terreno prevede una concimazione verde che aerei il terreno e venga poi lasciata sull'aiuola (che deve essere al secondo turno della rotazione) in autunno, sotto forma di pacciamme, insieme a compost maturo e/o cenere di legna ricca di potassio, elemento molto utile per la crescita della carota. L'aiuola dovrà nel complesso avere un substrato soffice, profondo e ricco di humus.

Coltivazione

Più le carote restano nel terreno e più saranno saporite, quindi nei climi più miti vengono lasciate in terra fino al momento del consumo, proteggendole dal gelo con una pacciamatura. Tra le avversità della carota ricordiamo la mosca della carota e le malattie fungine. Il bio coltivatore consocerà le carote con aglio e cipolle per allontanare la mosca della carota che viene anche scoraggiata da semine molto precoci (in marzo) o molto tardive (in giugno). Anche la consociazione con l'aneto sembra essere utile. Altre consociazioni comunque favorevoli per la crescita dell'ortaggio sono quelle con piselli, pomodori, cicoria, insalate da taglio, bietole e ravanelli. La coltivazione tradizionale prevede in caso di infestazione di mosca della carota di utilizzare insetticidi a base di triclorphon in maggio-giugno per le carote precoci e in luglio-agosto per tutte le altre.

Concimazione

Il bio coltivatore utilizza nel corso della stagione vegetativa un'unica concimazione a base di macerato di ortica.

Annaffiature

La mancanza di acqua porta a carote dure e legnose, quindi l'irrigazione è fondamentale per ottenere un buon raccolto, ma senza esagerare dato che un eccesso di acqua in caso di tempo piovoso portano a un grande sviluppo fogliare a scapito di quello della radice. In caso di siccità servono circa 10 litri di acqua settimanali per metro di fila. Uno strato di pacciame non troppo spesso, che lasci passare aria a sufficienza, sarà utile per mantenere il giusto grado di umidità evitando sbalzi in questo senso che rischiano di far "scoppiare" le radici.

Proprietà

La carota è ricca di provitamina A detta anche carotene, e vitamine del gruppo B e C, Sali minerali e falcarinolo anti-tumorale. Rinforza il sistema immunitario, protegge il sistema circolatorio, ha proprietà benefiche nei confronti dell'occhio, è depurativa, ipocalorica e antiossidante.

Coltivazione cavolfiore

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Concimazione](#)
- [Coltivazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



Il cavolfiore è il nome volgare della varietà botrytis del cavolo (Brassica oleracea), una pianta appartenente alla famiglia delle Brassicaceae dette anche Cruciferae per la caratteristica simmetria a croce dei loro fiori provvisti di quattro petali. Il cavolfiore è una pianta erbacea biennale con foglie dalle caratteristiche venature principali estremamente sporgenti e la radice a fittone. La parte commestibile detta testa o palla non è un fiore né un frutto, e deriva dall'ingrossamento unito alla ripetuta ramificazione dell'apice dell'asse principale della pianta,

mentre i fiori veri e propri sono gialli, riuniti in racemi che si sviluppano a partire da peduncoli che originano dalla testa, e i frutti che derivano da essi e contengono numerosi semi tondi e scuri sono siliques. Il cavolfiore può essere sia bianco che verde e viene suddiviso in varietà nataline cioè precoci, tardive o carnevalesche, e molto tardive o pasqualine.

Semina

La semina del cavolfiore precoce e natalino avviene in semenzaio in maggio-giugno, il trapianto in luglio-agosto con distanze di 65 cm sia tra le file che tra le piante. La semina dei cavolfiori carnevaleschi avviene a metà giugno in semenzaio, con trapianto a agosto e raccolta verso febbraio. La semina dei cavolfiori molto tardivi avviene sempre in giugno, ma il trapianto è a fine agosto e la raccolta ad aprile. Il trapianto va fatto maneggiando con molta cura i semenzali di 5-7 settimane, che



avranno già 3-4 foglie. Per estrarli facilmente senza traumi innaffiarli il giorno prima del trapianto e durante l'operazione coprirli con polietilene o tela di sacco per non farli disidratate. La messa a dimora va effettuata con un trapiantatoio su un terreno ben irrigato il giorno prima, avendo cura di rendere ben saldi nel terreno i piccoli cavolfiori compattando con le mani il terreno attorno a ciascuno di essi e poi innaffiare con garbo. Se il tempo fosse molto siccitoso ogni buca di impianto va riempita di acqua.

Terreno

Il cavolfiore vuole un terreno in posizione soleggiata e aperta ma anche riparata, molto ricco di nutrimento e acqua, compatto, con pH tra 6,5 e 7,5. Non vanno mai coltivati nello stesso posto per più anni consecutivi, ma è possibile riutilizzare un'aiuola dopo tre anni. Preferibilmente vanno posizionati dove l'anno precedente erano presenti i fagioli, per sfruttare l'arricchimento di azoto nel suolo che tutte le leguminose apportano, e evitare che eventuali infezioni latenti di ernia del cavolo possano compromettere la coltura (nel caso di infezione accertata devono passare sette anni prima di poter sfruttare di nuovo l'aiuola per le Brassicaceae). Il terreno di semina deve essere stato concimato con letame per la coltivazione precedente, oppure in autunno va arricchito con un secchio di compost o letame maturo per ogni metro quadro. Prima della semina va ulteriormente fertilizzato con 65-70 gr per metro quadro di concime generico, poi va rassodato e reso fine tramite rastrellatura. La doppia vangatura del terreno di trapianto si effettua invece a seconda della varietà più o meno precoce. Inoltre va aggiunto letame molto maturo o compost (5-8 kg al metro quadrato) e si lascia consolidare il terreno. Il coltivatore biologico d'altra parte preparerà le sue aiuole in autunno con composto e concime organico (letame molto ben decomposto, stallatico essiccato, cornunghia) ma senza esagerare. Il bio-agricoltore sa che troppa fertilizzazione produce cavolfiori di scarsa qualità e tratta il terreno del suo orto con un'attenzione tale che non serve esagerare in questo senso, tanto che terreni coltivati secondo natura possono far crescere bene i cavolfiori solo con aggiunte di compost.

Concimazione

Un mese dopo il trapianto a dimora irrorare con solfato ammonico (30-35 gr per metro quadro) e innaffiare per farlo penetrare. Il bio-coltivatore fertilizzerà con farina di roccia oppure macerato di ortica, 2-3 volte nel corso della crescita.

Coltivazione

La coltivazione del cavolo non è semplice, ma nemmeno impossibile se si tiene conto sia del clima che delle esigenze della pianta. Nelle zone più fredde si devono coltivare cavolfiori precoci per non incorrere nel rischio di gelate. I cavolfiori tardivi e molto tardivi vanno protetti dal gelo spezzando e ripiegando un paio di foglie sulla parte edule in formazione. Eventualmente fare lo stesso per mantenere il colore bianco della parte edule in caso di forte irraggiamento solare. I cavolfiori precoci vanno sarchiati con regolarità per

eliminare le infestanti o eventualmente pacciamati. Mai far rallentare l'accrescimento della pianta trascurando irrigazioni o fertilizzazioni, mantenere alta l'umidità. Subito dopo il trapianto e fino a attecchimento avvenuto a dimora coprire con fogli di giornale in caso di forte irraggiamento solare per ridurre l'evaporazione. Molto favorevole la consociazione con il sedano.

Annaffiature

Subito dopo il trapianto a dimora irrigare con 1 dl di acqua al giorno fino all'attecchimento. Vanno garantiti 18 litri di acqua per metro quadro nei periodi siccitosi, per mantenere l'umidità nel terreno a un livello ottimale, pena la produzione di cime scadenti. Una pacciamatura che limiti la traspirazione del suolo aiuta a risparmiare acqua.

Proprietà

Il cavolfiore è ricco di Sali minerali e vitamine A, C, K, PP e del gruppo B. E' antibatterico, depurativo, antiinfiammatorio, rimineralizzante in quanto regolatore del pH del sangue e molto indicato nella dieta del diabetico. Previene cancro a colon e prostata, e *dulcis in fundo* è squisito.

Coltivazione cavolo cappuccio

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Concimazione](#)
- [Coltivazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



Il cavolo cappuccio (*Brassica oleracea capitata*) è una crucifera erbacea biennale coltivata come annuale, simile al cavolo verza per le sue caratteristiche, ma con testa o cappuccio più compatto e foglie lisce che possono essere verdi oppure rosse. Ne esistono varietà precoci estive, autunnali o invernali tardive. Può essere consumato crudo, cotto, oppure usato per preparare i crauti, cioè affettato, pressato, e lasciato fermentare sotto a un peso con l'aggiunta di bacche di ginepro, semi di cumino e finocchio selvatico, oltre a rape in certi casi. Tra le varietà presenti in commercio ricordiamo le precoci "Cuore di bue",

"Express", "Gloria d'Ingegnoli" e "Quintale d'Alsazia", le autunnali "Testa di Moro" e "Tardivo d'Olanda", e le invernali "Cavolo di Natale" e "Gigante invernale".

Semina

Il cavolo cappuccio può essere seminato a seconda della varietà a fine estate con trapianto in ottobre (cavoli primaverili), in marzo-aprile con trapianto in maggio-giugno (cavoli estivi e autunnali), oppure in aprile-maggio con trapianto in luglio (con conseguente raccolto invernale). La semina avviene in campo aperto in posizione riparata ma aperta e soleggiata, in un'aiuola che abbia beneficiato per la coltura precedente di un'aggiunta di letame (altrimenti diverse settimane prima della semina bisogna incorporare un secchio di letame o composta per ogni metro



quadro di terreno e possibilmente lasciare a sé stessa l'aiuola anche per tutto l'inverno). Prima della semina si spargono 65-70 gr al metro quadro di fertilizzante generico. Se il terreno fosse asciutto prima di procedere a scavare i solchi è bene irrigare. I solchi saranno profondi 2-2,5 cm e distanti 15 cm tra loro. Dopo 7-12 giorni avviene la germinazione, e appena possibile si effettua il diradamento a 3-5 cm. Innaffiare con costanza in caso di siccità. Il trapianto avviene 5-7 settimane dopo la germinazione, con piantine alte 10-15 cm, in buche ricavate tramite trapiantatoio e eventualmente riempire d'acqua in caso di siccità. La distanza di impianto è 30x30 per le varietà primaverili, 45x45 per tutte le altre a meno che la varietà non sia più piccola e richieda distanze 35x35. Irrigare i semenzali con 1 dl di acqua cadauno fino al completo attecchimento.

Terreno

Il cavolo cappuccio richiede un terreno fertile come tutti i cavoli, e va coltivato con una rotazione triennale, che diventa di sette anni in caso di infezione da ernia del cavolo (in questo caso ricordate che le piante infette vanno sempre bruciate, non riciclatele nel cumulo del compost). Il terreno di impianto definitivo dovrà avere un pH compreso tra 6,5 e 7,5 e verrà vangato in profondità (45-60 cm) possibilmente all'inizio dell'inverno, incorporandovi 5-8 kg di letame ben maturo o compost per metro quadro. Il giorno prima del trapianto innaffiare l'aiuola. Il bio coltivatore prepara il terreno dei cavoli con compost, letame maturo, stallatico, farina di corna-sangue-unghia, in autunno, o utilizza l'aiuola su cui l'anno precedente sono stati coltivati i fagioli o i piselli aggiungendo solo un po' di compost nel caso in cui il terreno sia stato particolarmente rispettato secondo le tecniche di coltivazione biologica e abbia di conseguenza una naturale fertilità ottimale.

Concimazione

Oltre alla fertilizzazione fornita con la preparazione del terreno si utilizzano soluzioni di nitrato di soda o solfato ammonico per i cavoli primaverili o un fertilizzante equilibrato per quelli estivi e autunnali (entrambi in ragione di 65-70 gr al metro quadro). Il bio coltivatore invece utilizzerà macerato d'ortica e farina di roccia due o tre volte al massimo durante la fase di crescita.

Coltivazione

La coltivazione del cavolo cappuccio non presenta particolari difficoltà se il terreno è stato scelto e preparato con cura e le distanze d'impianto rispettate. Ricordarsi di rincalzare il terreno attorno ai semenzali qualche giorno dopo l'impianto per evitare che il freddo li faccia sollevare, mentre in estate proteggerli con fogli di giornale da un'insolazione insistente. Anche i prodotti preventivi nei confronti di mosca delle radici o altre malattie possono essere una buona scelta per chi abbia avuto esperienze negative in passato. Il bio coltivatore opererà un'attenta prevenzione in questo senso sia paccinando e irrigando scrupolosamente, che sfruttando consociazioni e prodotti naturali. Per prevenire l'ernia del

cavolo si usa il calcare di alghe nelle buche d'impianto, la cenere di legna per tenere alla larga gli afidi, la consociazione coi pomodori e il sedano scoraggia le cavolaie e la cecidomia, insalata e spinaci allontanano le pulci di terra (altiche).

Annaffiature

I cavoli richiedono che l'umidità venga mantenuta alta, uno dei motivi per cui si effettua una doppia vangatura sul terreno di impianto prima di mettere a dimora i semenzali. Fornire pacciamatura che limiti la traspirazione e utilizzare quando possibile abbondante acqua stagnante.

Proprietà

Contiene le vitamine A, B1, B2 e C, oltre a calcio, potassio e fosforo. Ha proprietà preventive nei confronti dei tumori, potenzia il sistema immunitario, contrasta infiammazioni all'apparato respiratorio, artrosi, gastriti e anche ulcere gastro-intestinali.

Coltivazione cavolo verza

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche generali](#)
- [Semina](#)
- [Terreno](#)
- [Concimazione](#)
- [Coltivazione](#)
- [Annaffiature](#)
- [Proprietà](#)

Caratteristiche generali



Cavolo verza (detto anche di Savoia o di Milano) è il nome comune dato a una varietà specifica di Brassica oleracea, la sabauda. E' una pianta erbacea biennale allevata come annuale, con radice a fittone e foglie croccanti, molto grinzose, caratterizzate dalle nervature rilevate, appressate tra loro a formare una palla detta anche testa che può essere verde chiaro all'esterno e verde-gialla nella parte interna, oppure violacea. La raccolta della verza avviene prima della fioritura della pianta, in inverno, ma ne esistono anche varietà primaverili e estive. Tra le varietà estive precoci ricordiamo il "Precocissimo d'Asti" e il "salarite", tra quelle autunnali "Verzotto d'Asti" e "Testa di

ferro", tra le varietà invernali ci sono "Tardivo di Milano" e "Comune d'inverno".

Semina

La semina del cavolo verza viene effettuata in semenzaio in pieno campo dato che è più rustico di altri cavoli, in posizione aperta e soleggiata anche se riparata, possibilmente in un sito in cui per la coltura precedente fosse stato incorporato del letame. Solo nel caso in cui il clima sia troppo rigido la semina può avvenire a marzo in letto caldo. Se il terreno è asciutto va irrigato e durante l'operazione bisogna camminare su un'asse per non comprimere il terreno. Segnare solchi a 15 cm di distanza e profondi 2,5 cm. Seminare rado. La germinazione



avviene entro due settimane. I semenzali vanno tenuti irrigati se necessario e liberi da infestanti, appena possibile vanno diradati a 3-5 cm. L'epoca di semina varia a seconda delle cultivar. Le varietà estive si seminano in marzo-aprile, quelle invernali tra aprile e maggio. Il trapianto va effettuato circa 5-7 settimane dopo la semina, con piantine già a 3-4 foglie, di solito alte 15 cm. Vanno innaffiate il giorno prima, per non farle soffrire quando vengono prelevate e sempre il giorno precedente il trapianto il terreno di impianto definitivo va irrigato. Utilizzate un trapiantatoio e eventualmente riempite d'acqua le buche di impianto in caso di siccità. Le irrigazioni vanno continuate fino a completo attecchimento in ragione di 1 dl di acqua al giorno per piantina. Le distanze di impianto sono 45 cm sulla fila e tra le file.

Terreno

Il cavolo verza è meno esigente in fatto di terreno rispetto ad altre brassiche. I principi generali da tenere a mente sono i soliti: il terreno su cui coltivare i cavoli non va sfruttato per più anni di seguito e deve avere pH 6,5-7,5. La rotazione prevede almeno due anni di pausa perché in generale i cavoli sono forti consumatori, e sarebbe opportuno prevedere che l'anno precedente all'impianto delle verze venissero coltivati piselli o fagioli che arricchiscano di azoto il terreno. In caso di infezione da ernia del cavolo invece l'aiuola non va più usata per i cavoli per almeno sette anni. La preparazione del terreno di impianto definitivo va effettuata con una doppia vangatura invernale profonda (45-60 cm) seguita da un'aggiunta di compost oppure letame entrambi ben maturi in ragione di 5-8 kg al metro quadro e lasciata compattare naturalmente. La preparazione del terreno ad opera del bio coltivatore prevede aggiunte di letame ben maturo, o compost, o stallatico essiccato, oppure farina di corna-sangue-unghia, sempre in autunno. Su terreni coltivati secondo metodi biologici da molto tempo è possibile preparare con la sola aggiunta del compost.

Concimazione

Oltre alla fertilizzazione data attraverso la preparazione preventiva del terreno si può fornire al cavolo verza del nitrato di soda oppure del solfato ammonico (65-70 grammi per metro quadrato somministrato attraverso soluzione acquosa) oppure su terreni già ricchi in azoto fornire concimazione liquida equilibrata nelle stesse proporzioni. Il bio coltivatore invece fornirà due-tre fertilizzazioni liquide nel corso della stagione vegetativa, dato che eccessive concimazioni compromettono la qualità del raccolto, usando macerato d'ortica oppure farina di roccia.

Coltivazione

Per la coltivazione del cavolo verza sono da tenere presenti il ricalzo del terreno attorno a ciascun trapianto, due settimane dopo la messa a dimora, e le sarchiature durante tutto il periodo vegetativo, per scoraggiare le infestanti e mantenere il drenaggio. Il coltivatore biologico invece che sarchiare di solito fornisce una pacciamatura e evita il calpestio. Consociazioni favorevoli al cavolo verza sono i pomodori, il

sedano, le patate, spinaci, porri e piselli. Volendo migliorare l'aroma del cavolo si può consociare con camomilla, coriandolo oppure cumino. Evitare invece la senape. Tra le avversità del cavolo verza ricordiamo gli afidi, le cavolaie, l'ernia del cavolo, la cecidomia, la mosca del cavolo, la peronospora. Oltre all'impiego di prodotti preventivi o curativi di sintesi, si possono adottare prodotti di origine biologica oltre a tutta una serie di accorgimenti dettati dalla conoscenza della biologia della specie. Per esempio per prevenire l'ernia del cavolo è possibile utilizzare il calcare di alghe nella buca di trapianto e bagnare in decotto di equiseto le radici delle piantine prima di metterle a dimora. La consociazione coi pomodori, il sedano e gli spinaci allontana le cavolaie, così come la copertura del terreno con rami di ligustro, ma se la prevenzione non fosse sufficiente si possono irrorare le verze con preparati a base di *Bacillus thuringiensis*. La cecidomia del cavolo viene prevenuta tramite l'impiego di reti apposite, oltre all'utilizzo di rotazione colturale e calcare di alghe spolverizzato sulle giovani piante, oppure viene contrastata con prodotti a base di piretro.

Annaffiature

L'umidità dell'aiuola va sempre mantenuta alta, curando l'irrigazione in caso di mancate precipitazioni.

Proprietà

Il cavolo verza è ricco di vitamina A, K, C, oltre a potassio, fosforo, calcio e zolfo. Previene i tumori all'apparato urinario e all'intestino, sazia, e in caso di ingorgo mammario le sue foglie scottate in acqua e applicate in loco fino al raffreddamento e ripetutamente possono essere usate per dare sollievo ai seni doloranti.

