

2 FEBRERO - MARZO



Huerto Urbano

FRESON



FRESÓN

Propiedades nutricionales

El fresón es un fruto rico en vitaminas, especialmente vitamina C, y también en minerales como el potasio y el calcio. Tiene propiedades diuréticas y se considera un postre bajo en calorías, ideal para dietas de adelgazamiento.

Necesidades de la planta

- **Ubicación preferente:** Lugar soleado.
- **Tipo de suelo:** El fresón no tolera los suelos con pH básicos o calcáreos, prefiere suelos ligeramente ácidos y fértiles.
- **Necesidad de abonado:** Necesidad media. Es recomendable abonar a finales de invierno y, en el momento de la fructificación, realizar un abonado de soporte rico en potasio.
- **Tamaño mínimo de recipiente:** 3 litros.
- **Espacio recomendado entre plantas:** 40cm.

¿Cómo cultivar?

- Se recomienda la reproducción por estolones en otoño e invierno, y por semilla preferentemente a finales de verano.
- Atención a plagas como caracoles, babosas o colémbolos, que afectan directamente al fruto.
- La mayor parte de la floración fructifica en primavera aunque podemos seguir obteniendo frutos hasta otoño, eso sí, en menor cantidad.

Consejo del experto

Las plantas vivaces como el fresón ocupan el espacio a lo largo de todo el año y tienen tendencia a invadir el resto del huerto. Por esta razón es preferible cultivarlas separadas en un rincón del jardín o una maceta exclusiva para fresas.

