



Huerto
urbano

9 JUNIO - JULIO

CALABACIN



CALABACIN



Propiedades nutricionales

Es un alimento de fácil digestión y diurético debido a su contenido en agua y fibras. Contiene también algunos nutrientes como vitamina C, flavonoides y minerales como el potasio, el hierro y el zinc.

Necesidades de la planta

- **Ubicación preferente:** Zonas soleadas.
- **Tipo de suelo:** Suelos bien drenados y fértiles.
- **Necesidad de abonado:** Planta muy exigente en cuanto a aportes nutritivos. Requerirá un abonado de fondo inicial y un segundo abonado de soporte durante la época de producción de frutos.
- **Tamaño mínimo de recipiente:** 30 litros.
- **Espacio recomendado entre plantas:** 60cm.

¿Cómo cultivar?

- Sembrar en primavera para evitar el riesgo de heladas. Se puede sembrar tanto en semillero como directamente en el huerto.
- Trasplantar a los 30 días con mucho cuidado para no dañar las raíces.
- Es una planta muy exigente en abonado, riego y sensible a plagas como el oídio y los pulgones.
- El crecimiento del fruto del calabacín es extremadamente rápido en verano y deberemos pasar a recolectar casi a diario para evitar cosechar frutos demasiado grandes y fibrosos.

Consejo del experto

Los calabacines tienen flores macho y flores hembra, que requieren de la polinización por los insectos para producir frutos. Para asegurar una buena polinización deberemos cultivar a lo menos 3 plantas de calabacín, lo cual permitirá asegurar la presencia de alguna flor macho en todo momento, y disponer de plantas aromáticas que atraigan a los insectos polinizadores a nuestro huerto.

