

Cosecha huerto escolar

¿CUÁNDO COSECHAR LAS HORTALIZAS DEL HUERTO ESCOLAR?

El momento de recolección de las hortalizas es clave para potenciar su sabor y cantidad de vitaminas. Cada hortaliza, tiene unas señales que nos indican ese punto óptimo, hay que aprender a observarlas. Para realizar esta labor recomendamos **utilizar tijeras u otras herramientas**. Esto garantizará un corte rápido y eficiente. **No debemos arrancar ya que se puede dañar la planta**, debilitándola, y **facilitando la aparición de enfermedades**



COSECHA DE CULTIVOS DE HOJAS

Hay tres formas de cosechar las plantas de hojas:

- **Arrancar la planta de raíz**, colocamos una mano alrededor del tallo y luego tiramos suavemente. Se recomienda utilizar una palita de jardinería para ayudar a apalancar. La planta no volverá a crecer.
- **Cortar la planta desde su tallo**, colocamos una mano alrededor de la planta y luego, con un cuchillo, realizamos un corte limpio desde la base. Dependiendo de la especie/variedad volverá a crecer.
- **Recolectar unas cuantas hojas**, coloca una mano alrededor de la planta y con el dedo índice iremos retirando las hojas individuales desde su base. Dejar siempre al menos 4 hojas en la planta.

CULTIVO	TIEMPO PARA LA COSECHA/ MESES RECOLECCIÓN	RECOLECCIÓN	RECOLECTAR HOJAS	CORTAR PLANTA	ARRANCAR PLANTA
Acedera 	1,5 meses. Noviembre a mayo.	Cortar las hojas a medida que alcanzan de 10 a 20 cm hasta el momento de la floración (verano). El corte estimula el crecimiento de hojas nuevas. Cultivo perenne, el próximo año podremos volver a recoger.	R*		
Acelga 	3-4 meses. Cuando la planta tenga 30-40 cm. Todo el año.	Cortar las hojas periféricas cuando el tamaño sea idóneo para su consumo, estimulará el crecimiento de las hojas nuevas. Cortar cualquier hoja que empiece a amarillear, dejándola como acolchado.	R*		
Borraja 	2-4 meses/ Noviembre-abril.	Recolectar con guantes las hojas más jóvenes desde la base. Podremos realizar varias cosechas antes de la floración. Durante la cocción, las hojas pierden los pelos. Las flores son comestibles.	R*		

Cosecha huerto escolar

CULTIVO	TIEMPO PARA LA COSECHA/ MESES RECOLECCIÓN	RECOLECCIÓN	RECOLETAR HOJAS	CORTAR PLANTA	ARRANCAR PLANTA
Canónigos 	1,5 meses. Noviembre a marzo.	Se puede recolectar la planta entera o cortar las hojas . Se aconseja arrancar la planta entera después de humedecer el suelo, esto permitirá que las plantas más pequeñas tengan espacio para crecer. En primavera ya no se pueden recoger al generar la flor y perder calidad .			R*
Escarola 	2-3 meses. Octubre-febrero.	Para reducir su amargor podemos blanquearlas 15 días antes de la cosecha atándolas con un cordel o colocando una maceta encima de ésta. Después cortaremos la planta a ras del suelo .		R*	
Espinaca 	2-4 meses. Cuando las hojas tengan un tamaño mínimo de 10 cm. Febrero-Mayo.	Se recomienda cosechar las hojas exteriores , estimulando el crecimiento y evitando el engrosamiento del tallo. Una vez que éste ha engrosado, la hoja se vuelve amarga.	R*		
Lechuga 	2-3 meses. Febrero-Noviembre.	Distinguir entre lechugas que forman cogollo (trocadero, batavia, romana, cuatro estaciones) y lechugas de corte (hoja de roble o lollo rosa). Las lechugas de cogollo las cortaremos cuando sus hojas se encuentran bastante tupidas entre sí, con un diámetro aproximado de 15 a 20 cm. Las lechugas de corte se cosechan eliminando las hojas exteriores y dejando crecer las interiores.	R*	R*	
Repollo 	4-6 meses. Octubre-Marzo.	Cortaremos las cabezas del repollo y lombarda cuando estén duras (firmes cuando se presionan con la mano) pero antes de que se agrieten.		R*	
Rúcula 	1,5-2 meses. Cuando las hojas tengan 10-12 cm. Junio-Julio y Septiembre-Noviembre.	Cortar las hojas o cortar la planta en intervalos de 15-20 días . Una vez sale el tallo floral la planta se vuelve más amarga.	R*		

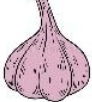
*Método de recolección recomendado

Cosecha huerto escolar

_COSECHA DE CULTIVOS DE RAÍZ/BULBO/TUBÉRCULO/TALLO

La cosecha de hortalizas de raíz-tallo se realiza de una sola forma: **sacando la planta entera de la tierra**. Para sacar la planta entera de la tierra primero removemos la tierra de alrededor. Una vez suelta, colocamos una mano alrededor del tallo y tiramos suavemente.



CULTIVO	TIEMPO PARA LA COSECHA/ MESES RECOLECCION	RECOLECCIÓN
Ajo 	6-7 meses. Junio-julio.	Podemos empezar a recolectar a mediados de junio, cuando las hojas empiecen a secarse o cuando estén bien secas . Podemos pisar/aplastar/atar los tallos de los ajos cuando las hojas empiecen a amarillear para engordar más los bulbos. Una vez recolectados, dejar los ajos durante unos días al sol para su mejor conservación.
Cardo 	4-5 meses. Noviembre-febrero.	Un mes antes de su recolección podemos realizar el blanqueado de las pencas o tallos , las pencas verdes son algo más amargas. Para ello tapamos con un cartón, plástico negro los tallos del cardo dejando al descubierto la parte superior de las hojas, atándolo con un cordel. También podemos atar las hojas en mazo con dos cordeles, la primera cuerda la situamos a 40-45 cm suelo y la segunda a 30-35 cm de la primera. Después del mes procedemos a cortar los tallos/pencas para limpiarlos y cocerlos.
Cebolla 	5-6 meses. Abril-diciembre.	Cuando las hojas se pliegan de forma natural y comienzan a secarse . Podemos aplastar y romper el cuello de la cebolla, esto impedirá que salga el tallo floral o bien atarlas. Una vez recolectadas, dejar las cebollas durante unos días al sol para su mejor conservación. Las cebollas para consumo en fresco pueden cosecharse a medida que se necesite, una vez haya alcanzado un tamaño aceptable.
Patata 	4-6 meses. Junio-Septiembre.	Al final de la floración, cuando las hojas se empiezan a secar . Arrancamos la mata y la dejamos aún lado y se cava con cuidado con la azada/azadilla/bieldo, ejerciendo palanca para desenterrar las patatas. Tapar las patatas recolectadas y dejar secar unas horas para mejorar su conservación.
Puerro 	4-7 meses. Septiembre-Marzo.	Cuando estén cerca de los 3 cm de diámetro . Aunque podemos comenzar a cosecharlos antes para escalonar su consumo .

Cosecha huerto escolar

CULTIVO	TIEMPO PARA LA COSECHA/ MESES RECOLECCION	RECOLECCIÓN
Rábano 	20 días-1 mes. Todo el año.	Cuando tenga aproximadamente 3 cm de diámetro . Para verificar el tamaño, remover un poco la tierra alrededor del tallo para descubrir el rábano.
Remolacha 	2-3 meses. Abril-Diciembre.	Cuando empezamos a ver asomar la raíz podemos empezar a recolectarlas o cuando tenga un diámetro aproximado de 5 cm . Para verificar el tamaño, removemos un poco la tierra alrededor del tallo para descubrir la remolacha. Sus hojas también se consumen.
Zanahoria 	4-6 meses. Abril-diciembre.	A partir de un diámetro de 2 cm aproximadamente, aunque podemos cosecharlas antes para escalonar su consumo . Desenterrar un poco para verlas. Sus hojas también se consumen.

_COSECHA DE CULTIVOS DE FRUTO

La cosecha de hortalizas de fruto se realiza de una sola forma: **retirando el fruto desde el tallo con cuidado**. Para retirar el fruto desde el tallo, colocamos una mano alrededor del tallo y luego tiramos suavemente o cortamos con una tijera por el tallo/pedúnculo que le une a la planta.

CULTIVO	TIEMPO PARA LA COSECHA/ MESES RECOLECCION	RECOLECCIÓN
Berenjena 	4-5 meses. Agosto-Octubre.	Cuando el fruto tenga un aspecto brillante , lo palparemos. Si está un poco blando , especialmente la parte superior, es el momento de cortarlo. Si se ponen amarillas o están duras, el fruto ya está pasado.
Calabaza 	4-5 meses. Agosto-noviembre.	Cuando lignifique el pedúnculo que lo une a la mata . Evitaremos eliminar los pedúnculos para una mejor conservación. Cosechar antes de las primeras heladas.
Calabacín 	3-4 meses. Julio-Octubre.	No retardar para estimular en crecimiento de nuevos frutos en las matas. Cortar por el pedúnculo a partir de unos 10 cm de longitud . Las flores también son comestibles.
Guisante 	4-5 meses. Abril-1/2Junio.	Cuanto más tiernos más sabrosos son, no dejar engordar los granos demasiado en la mata . Consumir en el día.
Haba 	5-6 meses. Mayo-1/2 Junio.	Recoger las vainas (antes de que la semilla engrose demasiado) pellizcando a la altura del vértice con los dedos. Una cosecha regular estimula la formación de nuevas flores. Consumir en el día.

Cosecha huerto escolar

CULTIVO	TIEMPO PARA LA COSECHA/ MESES RECOLECCION	RECOLECCIÓN
Judía 	2-3 meses. Julio-Septiembre.	Recolectarlas cuando estén formadas, pero sin que los granos engrosen. Hay que repasar las matas cada 2-3 días . La cosecha de judías secas implica dejarlas en la mata hasta su completo secado .
Maíz dulce 	3 meses. Agosto-septiembre.	Recolectar cuando los pelos de las mazorcas se oscurecen . Partir un grano usando un cuchillo, si el jugo es lechoso la mazorca está lista para su recolección. Si es transparente tendremos que esperar un poco más. Consumir en el día.
Maíz de palomitas 	4-5 meses. Septiembre.	Cosecharemos las mazorcas cuando las hojas que recubren la mazorca estén bien secas .
Melón 	3-5 meses. Julio-Septiembre.	Reconocer su punto óptimo de maduración no es fácil. Una ligera presión en el extremo opuesto al pedúnculo suele ser lo más acertado: si se hunde está maduro , si está muy duro está verde.
Pimiento 	4-5 meses. Junio-Octubre.	Podemos recolectarlos verdes o rojos . Recolectamos según necesidad, de forma escalonada. Es importante no dejar los pimientos rojos durante mucho tiempo en la mata, ya que detiene la floración y aparición de nuevos frutos.
Pepino 	3-4 meses. Junio-septiembre.	Cuando el fruto se encuentra completamente verde y firme al tacto . Recolectar antes de que tornen a amarillo, ya son muy maduros y su sabor es desagradable.
Sandía 	3-5 meses. Julio-Septiembre.	Reconocer su punto óptimo de maduración no es fácil. Normalmente su punto óptimo de maduración se distingue porque las dos hojuelas redondas situadas en el pedúnculo empiezan a secarse .
Tomate 	4-5 meses. Julio-Octubre.	Cuando su color sea rojo intenso . En variedades amarillas cuando los frutos se hunden ligeramente al presionarlos.

Cosecha huerto escolar

_COSECHA DE CULTIVOS DE INFLORESCENCIA

La recolección de flores e inflorescencias se pueden realizar de dos formas: **sacando la planta desde su raíz o cortando el tallo principal**. Para sacar la planta de su raíz, colocamos una mano alrededor del tallo y luego tiramos suavemente. Para cortar el tallo principal, colocamos una mano alrededor del producto y luego, con un cuchillo (alcachofas tijeras), realizamos un corte limpio desde el tallo.



CULTIVO	TIEMPO PARA LA COSECHA/ MESES RECOLECCIÓN	RECOLECCIÓN
Alcachofa 	4-6 meses. Marzo-Mayo.	Cortaremos las alcachofas cuando tenga un tamaño adecuado . Las primeras alcachofas (las que crecen en el centro) son más grandes . Cortaremos el tallo de cada alcachofa por debajo de éstas, respetando las alcachofas más jóvenes aún por madurar.
Brócoli y Coliflor 	5-7 meses. Noviembre-abril (coliflor). Octubre-Febrero (brócoli).	El momento ideal para cosechar el brócoli y la coliflor es cuando las flores están en botón . Si los botones se comienzan a abrir, es indicio de que estos quieren florecer, por lo que tenemos que cosechar lo antes posible. Para cosechar, cortamos el tallo principal , preferiblemente en diagonal . Para evitar la formación de hongos en la planta por acumulación de agua en el corte. El brócoli y la coliflor, aún después de la cosecha del tallo principal, pueden formar nuevos brotes de las axilas de la planta y darnos nuevas cosechas. Recomendamos no retirar la planta desde su raíz después de la primera cosecha. El tallo, las hojas y las flores son comestibles .

RESUMEN

		E	F	MR	AB	MY	JN	JL	AG	S	O	N	D
ACALCHOFA	PLANTACIÓN			MR	AB								
	COSECHA (4-6 meses)			MR	AB	MY							
ACEDERA	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN									S	O		
	COSECHA (1,5 meses)	E	F	MR	AB	MY						N	D
ACELGA	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN			MR	AB	MY			AG	S	O		
	COSECHA (3-4 meses)	E	F	MR	AB	MY	JN	JL	AG	S	O	N	D
AJO	PLANTACIÓN											N	D
	COSECHA (6-7 meses)						JN	JL					

Cosecha huerto escolar

		E	F	MR	AB	MY	JN	JL	AG	S	O	N	D
BORRAJA	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN									S	O	N	
	COSECHA (2-4 meses)	E	F	MR	AB							N	D
BERENJENA	PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (4-5 meses)							JL	AG	S	O		
BROCOLI	PLANTACIÓN							JL	AG	S	O		
	COSECHA (5-7 meses)	E	F								O	N	D
CANONIGOS	SIEMBRA DIRECTA								AG	S			
	COSECHA (1,5 meses)	E	F	MR								N	D
CALABAZA	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (4-5 meses)								AG	S	O		
CALABACIN	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (3-4 meses)							JL	AG	S	O		
CARDO	PLANTACIÓN				AB	MY							
	COSECHA (4-5 meses)	E	F									N	D
CEBOLLA	PLANTACIÓN		F	MR	AB	MY				S	O	N	
	COSECHA (5-6 meses)				AB	MY	JN	JL	AG	S	O	N	D
COLIFLOR	PLANTACIÓN			MR	AB	MY	JN	JL	AG	S	O		
	COSECHA (5-7 meses)	E	F	MR	AB							N	D
ESCAROLA	PLANTACIÓN								AG	S	O	N	
	COSECHA (2-3 meses)	E	F								O	N	D
ESPINACA	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN		F	MR					AG	S	O		
	COSECHA (2-4 meses)	E	F	MR	AB	MY				S	O	N	D
GUISANTES	SIEMBRA DIRECTA		F	MR							O	N	
	COSECHA (4-5 meses)				AB	MY	JN						
HABAS	SIEMBRA DIRECTA										O	N	
	COSECHA (5-6 meses)					MY	JN						
LECHUGA	PLANTACIÓN			MR	AB	MY			AG	S	O	N	
	COSECHA (2-3 meses)		F	MR	AB	MY	JN	JL	AG	S	O	N	
MAÍZ DULCE	SIEMBRA DIRECTA				AB	MY	JN						
	COSECHA (3 meses)								AG	S			
MAÍZ DE PALOMITAS	SIEMBRA DIRECTA				AB	MY	JN						
	COSECHA (4-5 meses)									S			
MELÓN	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (3-5 meses)							JL	AG	S			
PATATA	PLANTACIÓN			MR	AB								
	COSECHA (4-6 meses)						JN	JL	A	S			
PEPINO	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (3-4 meses)						JN	JL	A	S			

Cosecha huerto escolar

		E	F	MR	AB	MY	JN	JL	AG	S	O	N	D
PIMIENTO	PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (4-5 meses)						JN	JL	A	S	O		
PUERROS	PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (4-7 meses)	E	F	MR						S	O	N	D
RABANITOS	SIEMBRA DIRECTA		F	MR	AB	MY	JN	JL	A	S	O	N	
	COSECHA (1 mes)	E	F	MR	AB	MY	JN	JL	A	S	O	N	D
REMOLACHA	SIEMBRA DIRECTA			MR	AB			JL	AG	S			
	COSECHA (2-3 meses)				AB	M	JN	JL	A	S	O	N	D
REPOLLO	PLANTACIÓN		F	MR	AB	MY	JN	JL	AG	S	O		
	COSECHA (4-6 meses)	E	F	MR							O	N	D
RÚCULA	SIEMBRA DIRECTA				AB	M			AG	S	O		
	COSECHA (1,5-2 meses)						JN	JL		S	O	N	
SANDÍA	SIEMBRA DIRECTA/PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (3-5 meses)							JL	AG	S			
TOMATE	PLANTACIÓN				AB	MY	JN						
	COSECHA (4-5 meses)							JL	AG	S	O		
ZANAHORIA	SIEMBRA DIRECTA			MR	AB	MY	JN	JL	A	S	O		
	COSECHA (4-6 meses)				AB	M	JN	JL	AG	S	O	N	D