

Huertos caseros en Nuevo México

Sara Moran, Karla Méndez y Stephanie Walker¹

pubs.nmsu.edu • Servicio de Extensión Cooperativa • Circular 457

La Facultad de Ciencias Agropecuarias, del Medio Ambiente y del Consumidor es un motor para el desarrollo económico y comunitario de Nuevo México que mejora la calidad de vida de los nuevos mexicanos a través de la enseñanza, investigación y los programas de Extensión Cooperativa.



© Natalia Lisovskaya | Dreamstime.com

INTRODUCCIÓN

Esta publicación ofrece información general para el cultivo de hortalizas en huertos caseros² de Nuevo México. Utilice esta publicación con su complemento; Circular 457-B, *Zonas de cultivo, variedades de cultivo recomendadas e información sobre la plantación y la cosecha para los huertos caseros en Nuevo México* (http://pubs.nmsu.edu/_circulares/CR457Bsp.pdf). La Circular 457-B incluye un mapa que muestra las zonas de cultivo de Nuevo México, así como una tabla que proporciona recomendaciones sobre variedades de cultivos, fechas de plantación recomendadas, días de cosecha, instrucciones de plantación e información sobre el rendimiento.

OCHO SIMPLES PASOS PARA UN HUERTO EXITOSO

Un huerto bien planificado es capaz de proporcionar hortalizas frescas, nutritivos y de alta calidad para toda la familia. Un jardín de 50 por 100 pies³ proveerá suficiente superficie de cultivo para una familia promedio. Aunque un huerto bien mantenido puede ser mucho trabajo, el ejercicio al aire libre significará una mejora en la salud de todos los involucrados.

Estos ocho simples pasos te conducirán a un huerto exitoso:

1. Conoce tu clima.
2. Planea antes de plantar.
3. Prepara la tierra.
4. Fertiliza para una producción óptima de los cultivos.
5. Planta tu huerto.

¹ La actual Agente Hortícola de la Oficina de Extensión Cooperativa del condado de Bernalillo de la Universidad del Estado de Nuevo México; Consultora Independiente en el área de Socioeconomía y Desarrollo Ambiental; y Especialista en Extensión Hortícola /Profesora Adjunta del Departamento de Ciencias Vegetales de Extensión de la Universidad del Estado de Nuevo Mexico.

²También llamados: huertos domésticos, urbano, huerto casero.

³Un pie es igual a 0.3048 metros



- | | |
|---|------------------------------------|
| 6. Riega adecuadamente para mejorar los rendimientos. | 7. Controla las plagas. |
| | 8. Cosecha en el momento adecuado. |

CONOCE TU CLIMA

Los tipos de hortalizas que pueden cultivarse en los huertos caseros de Nuevo México están generalmente determinados por la duración de la temporada de cultivo. Existen tres zonas principales de cultivo en Nuevo México- norte, centro y sur -basado en el promedio de días sin heladas (véase la Circular 457-B). Cultivos como el Quimbombó y las sandías tienen dificultad para madurar en zonas con temporadas de crecimiento cortas como en Los Álamos⁴. La col rizada, por otro lado, no se desarrolla bien en zonas con un clima de verano caluroso como en la ciudad de Roswell⁵.

Los períodos de cultivo para los huertos individuales dentro de una zona pueden variar hasta 20 días debido a los microambientes- variaciones en la elevación, exposición del sitio, tipo de suelo y el drenaje de aire. Generalmente las elevaciones más altas tienen una temporada de crecimiento más corta. Sin embargo, debido a que el aire frío es más pesado que el aire caliente, este puede drenar hacia las zonas de los valles. Por lo tanto, durante la primavera los huertos de un valle tienden a ser más fríos que los de las laderas superiores del valle. Los huertos con exposición al Sur tienden a calentarse antes en la primavera que aquellos con exposición al Norte.

Los huerteros pueden aprovechar los microambientes en el huerto para extender la temporada de crecimiento. Plantando sandías cerca de un muro de bloques con orientación al Sur aumenta la temperatura media que rodea a las vides de melón. El calor absorbido por el muro durante el día será irradiado a la atmósfera por la noche. Pintar el muro de negro aumentará el efecto. Por el contrario, plantar lechuga de hoja en el lado Norte de una casa a la sombra puede ayudar a extender su temporada de crecimiento hasta el final de la primavera. Las condiciones de crecimiento más frías y sombreadas reducen la respiración, manteniendo los niveles de azúcar más altos en las plantas.

En la primavera las camas elevadas se calientan antes que un huerto llano- sin relieve-. El máximo efecto se logra plantando en el lado Sur de una cama que va de Este a Oeste. Las camas pueden ser amontonadas con una pala o contenidas con madera o ladrillos.

Las temperaturas del suelo y del ambiente también pueden ser modificadas usando varios tipos de cobertura conocidos como “mulch”. Las coberturas orgánicas como el pasto azul seco o los recortes de festuca (de no más de

1 pulgada de profundidad) tienden a enfriar el suelo. No utilice recortes comunes de pasto Bermuda, que pueden contener semillas o estolones (tallos modificados) que pueden echar raíces. La paja libre de malezas es una excelente cobertura. Los mulchs orgánicos deben ser utilizados alrededor de los cultivos de temporada fría como la lechuga o la espinaca.

Coberturas sintéticas de plástico claro y negro ayudan a calentar el suelo y promueven el crecimiento anticipado durante la primavera en los cultivos de temporada cálida, como tomates y melones. Se prefieren los plásticos negros porque las malas hierbas pueden germinar bajo el plástico transparente. Sin embargo, muchos huerteros están reemplazando el plástico negro por plástico negro perforado o telas de jardinería (barreras contra las malas hierbas) que permiten que el suelo respire y que el agua penetre. El plástico blanco (no transparente) y los mantillos de papel de aluminio ayudan a enfriar el suelo (el papel de aluminio también tiende a repeler a los áfidos).

Se pueden colocar frascos, botellas⁶ sobre las semillas y los trasplantes en el jardín durante el comienzo de la primavera para acelerar la germinación y el crecimiento temprano de las hortalizas de temporada fría y de temporada cálida. Puede ser necesario retirar los recipientes durante el calor del día para ventilarlos. Las fundas de plástico llenas de agua que absorben el calor durante el día suelen colocarse alrededor de los trasplantes de tomates durante la primavera para protegerlos de la congelación durante la noche.

Los túneles de cultivo de plástico pueden usarse en jardines más grandes para proteger una fila entera de plantas de tomate o melón en primavera. Algunos productos tienen ranuras verticales que permiten la ventilación durante el periodo más caliente del día. Las cubiertas de las filas de poliéster tejido opaco permiten que el aire y el agua penetren mientras calientan el suelo y las plantas ubicadas debajo. Las cubiertas de hileras sobre plantas de un solo tallo (como los tomates) pueden necesitar ser apoyadas con aros de alambre para evitar que vuelen con el viento y dañen las plantas. Los bordes exteriores deben mantenerse en su lugar con tierra.

Las plántulas⁷ pueden cultivarse en marcos fríos, camas calientes o invernaderos y luego transferirse al huerto para que los cultivos comiencen temprano. Ya que el manejo de estas “cámaras de crecimiento” es bastante intensa, la mayoría de los huerteros prefieren comprar las plántulas en un vivero local. Para más información, véase la Guía de Extensión Cooperativa de la NMSU H-220, *Empezando pronto con las plantas al aire libre* (http://aces.nmsu.edu/pubs/_h/h-220.pdf).

PLANEA ANTES DE PLANTAR

Cuando seleccione el sitio para su huerto, asegúrese de que el suelo es profundo y bien drenado. El Alío (las capas compactas de tierra) y el caliche (capas de carbonato de calcio) están cerca de la superficie del suelo y pueden con-

⁴Condado de New México

⁵Condado de Chaves

⁶También conocidos como “tapas calientes”

⁷Transferir un material de siembra del vivero al campo principal

vertirse en problemas importantes. Es posible que sea necesario utilizar lechos elevados en caso de no poder resolver los problemas de drenaje.

La mayoría de las hortalizas ya sea que se cultive en áreas de temporada de cultivo corta o larga, prefieren pleno el sol. Los huertos deben estar alejados de los árboles que puedan dar sombra al mismo. Las raíces de los árboles también pueden competir por el agua y los nutrientes. Las cortinas rompe viento (como árboles, cercas y muros) deben mantener una distancia segura al suroeste del huerto se fomentan para proteger a las plántulas jóvenes de los vientos predominantes en la primavera. Las cercas pueden ser necesarias para proteger los cultivos de roedores, mascotas callejeras o la vida silvestre.

El jardín debe tener fácil acceso al agua y a las herramientas necesarias para trabajar la tierra. La estética puede establecer que el jardín esté oculto a la vista del público, especialmente las antiestéticas pilas de compostaje. El tamaño del huerto depende del tiempo disponible, las necesidades de la familia, la disponibilidad de tierra y los requerimientos de agua.

El tamaño del huerto también determina qué tipos de cultivos se pueden cultivar. Cultivos como la lechuga de hoja, espinacas, rábanos y otras hortalizas que ocupan relativamente poco espacio son los cultivos para elegir en huertos más pequeños. Los extensos cultivos de enredadera como las calabazas o las sandías necesitan un espacio considerable. Sin embargo, las variedades de cultivos de enredadera determinadas o “arbustos” requieren menos espacio y pueden considerarse para huertos más pequeños.

Haz una lista de las hortalizas que te gustaría cultivar. Considere el espacio disponible, la cantidad de personas en su familia y sus preferencias de sabor, así como las instalaciones para enlatar, congelar o secar los productos excedentes. Asegúrate de que haya suficiente espacio en el huerto para cultivar todas las hortalizas que quieras.

Antes de pedir semillas en el invierno, haga un mapa de su jardín a escala para determinar la ubicación de los cultivos durante la temporada de crecimiento. Los cultivos más altos como el maíz deben ser colocados en el lado Norte del jardín donde no sombreen los cultivos más cortos. Las hortalizas de hoja tolerantes a la sombra se pueden cultivar en áreas de sombra parcial. La cartografía de su jardín también ayuda en la rotación de cultivos. Los cultivos estrechamente relacionados a menudo tienen los mismos problemas de insectos o enfermedades y no deben seguirse el uno al otro en una rotación de cultivos.

Se pueden utilizar una serie de técnicas para cultivar más cultivos en la misma zona. Por ejemplo, los rábanos plantados a principios de la primavera pueden ser sustituidos por judías verdes en verano. Las judías verdes, a su

vez, pueden ser reemplazadas por el ajo plantado en otoño. Este proceso de plantar tres cultivos uno tras otro en la misma temporada de crecimiento se denomina plantación de “sucesión”. Cultivos como las calabazas tolerarán una sombra parcial y pueden ser plantados entre el maíz dulce. Esto se llama “cultivos intercalados”. La pesada cubierta de las hojas de las calabazas sombreará la mayoría de las malezas debajo del maíz y hará un control natural de las malezas. Cultivos de gran colorido como la lechuga de hoja “Ruby” o hierbas con flores bonitas como el cebollino, la salvia o el eneldo pueden plantarse en parterres⁸ por su valor estético, creando un paisaje comestible. Los melones y pepinos pueden ser guiados hasta las vallas para ahorrar espacio y ayudar a prevenir la putrefacción de la fruta.

Ordene las semillas con anticipación a compañías de renombre para asegurar la alta calidad de estas. No guarde las semillas de los híbridos plantados el año anterior, ya que la semilla no producirá una progenie “fidel a la forma”. Si es posible, pida variedades resistentes a las enfermedades que devastan su jardín. Consulte a sus vecinos, amigos o con la oficina local del Servicio de Extensión Cooperativo para obtener recomendaciones sobre las variedades que han funcionado bien en su área, o consulte la Circular 572 del Servicio de Extensión Cooperativo de NMSU. Las variedades “Toda-América” se desempeñan bien en la mayoría de los lugares. Pruebe varias variedades, tomando notas sobre el desempeño a lo largo de la temporada. Sus notas pueden ser utilizadas el año siguiente para tomar decisiones sobre qué variedades pedir.

PREPARAR EL SUELO

El suelo ideal debe ser profundo, bien drenado y fértil, también debe contener mucha materia orgánica y retener bien la humedad. Además, debe ser friable (fácil de trabajar) y razonablemente libre de piedras. Los suelos varían en textura (tamaño de las partículas del suelo) desde arenosos (partículas gruesas) hasta arcillosos (partículas finas). Los limos caen entre texturas arenosas y arcillosas, mientras que los suelos francos son mezclas de los tres tamaños de partículas. Los suelos arenosos tienden a ser de baja fertilidad y no retienen bien el agua.

Los suelos arcillosos suelen tener un drenaje deficiente, se agrietan gravemente cuando están secos y se vuelven muy pegajosos cuando están húmedos. Los suelos franco-arenosos son ideales para producir la mayoría de las hortalizas.

La mayoría de los suelos en Nuevo México son bajos en materia orgánica, y añadir materia orgánica al suelo de tu jardín ayudará a mejorar su estructura. La adición de materia orgánica a un suelo arenoso mejora tanto su capacidad de retención de agua como su capacidad de intercambio catiónico, o la capacidad del suelo para retener los nutrientes para la absorción de las plantas. La adición de materia orgánica a los suelos arcillosos aerea estos suelos y mejora su drenaje.

⁸Es el diseño de un jardín a la altura de la superficie en el cual se plantan flores y hierbas.

Una de las formas más fáciles de añadir materia orgánica a la tierra de tu jardín es aplicar estiércol de ganado a una tasa de 50-100 libras/100 pies². Use tasas más ligeras al aplicar el estiércol de pollo, ya que tiende a ser un estiércol “más caliente” (más alto en nitrógeno) que el estiércol de ganado más grande como el ganado y los caballos.

El estiércol fresco solo debe aplicarse en otoño para que tenga tiempo de descomponerse en el suelo. Se prefieren los estiércoles tratados con calor o compostados porque el estiércol fresco puede introducir semillas de malas hierbas en el jardín. El estiércol fresco aplicado en primavera a menudo quema las plántulas jóvenes debido al alto contenido de sal en el estiércol.

Se pueden añadir grandes cantidades de materia orgánica al suelo utilizando cultivos de “abono verde”, que se cultivan específicamente para volver a incorporarse al suelo. Los cultivos de abono verde más populares son el trigo de invierno, la cebada, la avena y el centeno. Las semillas pueden obtenerse en la mayoría de las tiendas de piensos agrícolas locales y deben esparcirse libremente por el jardín a finales de verano o principios de otoño. Rastrilla la semilla en el suelo alrededor de las hortalizas existentes, luego riégala. Después de la primera helada, arranque las hortalizas de verano dañadas por la escarcha, dejando una “alfombra” de hierba (abono verde) para que se desarrolle a finales de otoño. Un poco de fertilizante de nitrógeno aplicado en la primavera siguiente acelerará el crecimiento. Aproximadamente un mes antes de plantar el jardín, el cultivo de abono verde debe ser completamente removido del suelo. Un poco más de fertilizante de nitrógeno ayudará a los microorganismos del suelo a descomponer rápidamente la materia orgánica.

La mayoría de los huerteros encuentran que la forma más fácil de añadir materia orgánica al suelo es aplicar compostaje. El compostaje se hace a menudo con hojas, recortes de hierba, restos de comida y residuos de vegetales de la temporada de cultivo anterior. Una capa de 1 a 2 pulgadas de compostaje bien descompuesto puede ser incorporado en el suelo antes de la plantación. La mayoría de los suelos de Nuevo México tienden a ser alcalinos, lo que hace que algunos nutrientes del suelo, como el fósforo, el hierro y el zinc, no estén disponibles para la absorción por parte de las plantas. El abono bien descompuesto (a menudo llamado humus) contiene ácido húmico, y cuando se agrega a los suelos alcalinos ayuda a que estos nutrientes estén más disponibles para la absorción por parte de las plantas.

El compost y los estiércoles también contienen una amplia variedad de nutrientes. Debido a que los nutrientes están en una forma orgánica, tienden a ser más estables en el suelo y más disponibles para la absorción por parte de las plantas durante un tiempo relativamente largo. Sin embargo, no se producen en grandes cantidades, por lo que la mayoría de los jardineros dependen de los fertilizantes comerciales para el crecimiento óptimo de las plantas.

FERTILIZAR PARA UNA PRODUCCIÓN ÓPTIMA DE CULTIVOS

Una buena fertilidad del suelo produce buenos rendimientos en los cultivos. La buena fertilidad del suelo se logra más fácilmente equilibrando la materia orgánica con los fertilizantes comerciales. El análisis del suelo puede ayudarle a saber qué nutrientes necesitará su huerto.

Contacte al agente de extensión de su condado local para obtener información sobre el análisis de suelo; también puede consultar en el Servicio de Extensión Cooperativa NMSU, Guía de A-146, *Análisis apropiados para los suelos de Nuevo México* (https://aces.nmsu.edu/pubs/_a/A146.pdf).

La mayoría de los fertilizantes comerciales contienen uno o más de los tres principales nutrientes vegetales: nitrógeno (N), fósforo (P) y potasio (K). Cuando un fertilizante contiene los tres elementos, es un fertilizante “completo”. La etiqueta de una bolsa de fertilizante indica los porcentajes de nitrógeno, fósforo (P₂O₅) y potasio (K₂O) en el fertilizante. Una bolsa de fertilizante de 50 libras con un análisis de 5-10-10 contiene 5% de nitrógeno (2,5 libras), 10% de fósforo (5 libras de P₂O₅), y 10% de potasio (5 libras de K₂O).

Un fertilizante “incompleto” puede contener solo uno de los nutrientes, como en el caso del 0-46-0. Este fertilizante incompleto también se llama fertilizante de “alto análisis” porque la cantidad de fósforo que contiene (46% de P₂O₅) es relativamente alta en comparación con la cantidad en un fertilizante 5-10-10.

La mayoría de los suelos de Nuevo México contienen suficiente potasio para el buen crecimiento de los vegetales, aunque es prudente hacer un análisis del suelo para asegurarse. El nitrógeno es importante para el crecimiento vegetativo, especialmente en los cultivos de hojas para ensalada y el maíz. Una deficiencia de nitrógeno aparecerá como amarillamiento general, o clorosis, de las hojas más viejas porque cualquier nitrógeno se mueve primero a las hojas más jóvenes.

El fósforo es importante para el crecimiento de los frutos y las raíces. La deficiencia de fósforo generalmente aparece como una coloración púrpura de las hojas. No debe confundirse con la coloración púrpura natural de algunas plantas (como la lechuga de hoja ‘Ruby’) o con ciertos síntomas de enfermedades (como las venas púrpuras de la hoja del tomate asociadas al virus de la remolacha punta rizada).

Si no se dispone de recomendaciones para el análisis del suelo, aplicar un fertilizante completo que sea relativamente alto en fósforo (5-10-5) antes de la plantación. Dado que el fósforo no se mueve ni se lixivia fácilmente con el agua del suelo, debe esparcirse por el jardín a una tasa de 2,3 libras/100 pies² de 5-10-5 e incorporarse al suelo a una profundidad de 4-6 pulgadas. Esto debería proporcionar suficientes nutrientes para la mayoría de los cultivos de raíces.

La dosis de aplicación debe reducirse proporcionalmente si se utiliza un fertilizante de alto análisis.

Las vegetales de hoja probablemente requerirán un suplemento de nitrógeno después en la temporada. Debido a que los fertilizantes de nitrógeno se disuelven fácilmente en agua, deben aplicarse varias veces durante la temporada en aplicaciones divididas, por lo general después del aclareo, justo antes de la floración o según sea necesario. El sulfato de amonio (21-0-0) puede aplicarse en incrementos a razón de 1/4-1/3 libras/100 pies², ya sea al voleo (azadonado) o “en bandas” de 1-2 pulgadas de profundidad a los lados de las plantas (4-5 pulgadas de las plantas) a lo largo de los bordes de las camas. El fertilizante debe cubrirse con tierra y regarse inmediatamente para evitar que el nitrógeno (amoníaco) se volatilice y escape a la atmósfera.

La mayoría de los demás nutrientes necesarios para el buen crecimiento de las plantas pueden suministrarse a través de la fertilidad natural del suelo, el compostaje o el estiércol. Sin embargo, los elementos menores como el hierro pueden no estar fácilmente disponibles para la absorción por las plantas en suelos alcalinos. Una deficiencia de hierro aparecerá como un amarillamiento, o clorosis, entre las venas de las hojas más jóvenes. El hierro no es móvil y no se mueve de las hojas más viejas a las más jóvenes. La aplicación de un quelato⁹ de hierro al suelo hace que el hierro esté más disponible para la absorción por parte de la planta. También se puede aplicar un quelato de hierro o un sulfato de hierro al follaje, pero los resultados suelen ser sólo temporales (no aplicar sulfato de hierro al suelo). Para obtener los mejores resultados, siga las instrucciones de la etiqueta de todos los fertilizantes.

PLANTA TU HUERTO

Las plantas pueden establecerse en el jardín ya sea por siembra directa o por trasplante. Plantar semillas directamente en el suelo donde crecerán es el método más fácil y básico para iniciar las hortalizas en un huerto. También es menos costoso en términos de tiempo y dinero. Las plántulas se utilizan a menudo en zonas más frías donde las temporadas de crecimiento son cortas, por lo que las hortalizas tienen más tiempo para madurar antes de la primera helada.

Antes de la siembra directa, asegúrese de que el suelo esté adecuadamente preparado y bien acondicionado. Use un rastrillo de jardín para nivelar el jardín y remover las piedras y otros desechos. Se pueden formar camas elevadas usando una pala y un rastrillo para nivelar la parte superior de la cama.

Crea una guía para plantar filas de semillas estirando una cuerda cerca del suelo entre dos estacas. La profundidad a la que se planten las semillas dependerá del tipo de semilla

⁹Compuesto donde un nutriente metálico es ligado a un agente quelante orgánico lo hace disponible para la planta bajo condiciones adversas

Tabla 1. Cuando plantar vegetales de temporada fría y de temporada cálida

Hortalizas de temporada fría		
Resistentes a heladas: Plantarlas tan pronto como se pueda trabajar la tierra en la primavera, o plantarlas en verano para el jardín de otoño.		
Brócoli	Coles	Guisantes
Coles de Bruselas	Col rizada	Rábanos
Repollo	Colinabo	Mostaza
Repollo chino	Espinacas	
Nabos	Cebollas	
Hortalizas de temporada fría		
Medio resistente a heladas: Plantar estos cerca de la fecha promedio de la última helada mortal, o plantarlas en verano para el jardín de otoño.		
Remolachas	Endibia	Patatas
Zanahorias	Coliflor	Apio
Chirivías	Acelga	Lechuga
Hortalizas de temporada cálida		
Sensible a heladas: Plantar estos después de todo peligro de heladas		
Ejote	Maíz dulce	Alubias Carilla
	Tomates	
Hortalizas de temporada cálida		
Muy sensible a heladas: Plantarlas después de todo el peligro de heladas y cuando las temperaturas son consistentemente cálidas.		
Pepino	Quimbombó	Calabaza de invierno
Berenjena	Pimiento	Calabaza de verano
Frijol Lima	Pimiento morrón	Camote
Melón	Calabaza	Sandía

(ver Circular 457-B). Una regla general es plantar la mayoría de las semillas a una profundidad equivalente a cuatro veces el diámetro de la semilla usando el doble de semillas que sean necesarias para asegurar una buena posición. Cubrir cuidadosamente las semillas con tierra y rellenar suavemente la tierra con la parte posterior de un azadón, asegurándose de que las semillas no se cubran a una profundidad mayor que la recomendada. Si la tierra es pesada y se compacta cuando está húmeda o tiende a formar una costra, una buena práctica es sembrar las semillas en un

pequeño surco y luego cubrir las con vermiculita. Las semillas pueden germinar fácilmente a través de la vermiculita.

Mantén el semillero húmedo hasta que las semillas germinen. Una vez que las plantas hayan desarrollado una o más hojas verdaderas, ralea las plantas al espacio recomendado. Los cultivos como la remolacha, la lechuga, la espinaca, la acelga y las cebollas pueden ralearse tarde, y las verduras raleadas pueden utilizarse en ensaladas.

Otra técnica de siembra directa es el método de la colina, que funciona bien para los vegetales que deben ser plantados a mayor profundidad en el suelo. Calabazas, melones, pepinos, maíz e incluso los chiles se plantan a menudo en las colinas. Compruebe el espacio recomendado entre las plantas para cada hortaliza específica. Use un azadón para hacer un agujero en el suelo, luego deje caer cuatro o cinco semillas en el fondo del agujero. Cúbralo con tierra y asegúrenlo con la parte trasera del azadón. Reduzca a una, a tres de las plántulas más vigorosas después de emerger, cuando las plantas tengan sus primeras hojas verdaderas.

Piensa en tu jardín como tres jardines en uno: un jardín de primavera, un jardín de verano y un jardín de otoño. Las fechas de plantación de cada uno de ellos dependerán de la resistencia de las hortalizas y del momento en que quieras que tu cosecha madure. Los cultivos resistentes de estación fría pueden plantarse a principios de la primavera (Tabla 1) o en verano para una cosecha de otoño, mientras que los cultivos de temporada cálida deben plantarse solo después de que haya pasado todo el peligro de las heladas, en la primavera.

Los cultivos de las estaciones frías y cálidas pueden madurar antes si se utilizan plántulas. Las plántulas pueden ser comprados en viveros y centros de jardinería. Aunque los trasplantes son más caros, son más convenientes porque no tienes que empezar tus propias plantas.

Los huerteros caseros también pueden iniciar sus propios trasplantes ya sea en el interior en los pisos u otros contenedores, o en el exterior en marcos fríos o camas calientes. Comienza los trasplantes de seis a ocho semanas antes de colocarlos en el jardín.

El éxito en el cultivo de tus propios trasplantes dependerá de una serie de factores, empezando por un medio de cultivo libre de enfermedades. El uso de una mezcla de suelo, bien equilibrada, de un vivero local limitará los problemas de las enfermedades transmitidas por el suelo y las semillas de malas hierbas. La tierra puede colocarse en bandejas de siembra, en pisos o en macetas individuales (de plástico o turba). Las plantas también pueden ser iniciadas en pellets de suelo individuales.

La mayoría de los vegetales germinan bien a una temperatura diurna de 70°F (nocturna 60°F). Dependiendo del tipo de vegetal, se necesitan de seis a ocho horas de luz solar directa por día. Menos luz tiende a hacer que

las plantas se vuelvan “patas larga”. La luz solar directa puede complementarse con la luz de las luces de cultivo (6-8 pulgadas por encima de las plántulas). Las plantas cultivadas en pisos o bandejas pueden ser transferidas a macetas individuales tan pronto como puedan ser manipuladas. Deje al menos 2 pulgadas entre las macetas para una buena circulación de aire.

Ya sea que uses plántulas compradas o hechas en casa, “endurecer” las plántulas antes de ponerlos en el jardín. El endurecimiento es el proceso de ajustar las plántulas a su futuro entorno exterior. Coloca las plántulas al aire libre en un área semi protegida (preferiblemente a la sombra) durante unas horas cada día, aumentando gradualmente su exposición al aire libre unas horas cada día. Retenga el agua gradualmente. Las plántulas deben estar listas para trasplantarlas a sus lugares permanentes en una semana.

Regar las plantas justo antes de trasplantarlas. Esto ayudará a evitar que las raíces se sequen y ayudará a retirar las plantas de las macetas de plástico (golpeando el fondo de la maceta).

Trasplanta por la tarde cuando esté fresco. Esto les dará a las plantas tiempo para adaptarse a su nuevo entorno antes de enfrentarse al sol al día siguiente. La tierra del jardín debe estar relativamente húmeda al trasplantar. Asegúrate de poner la tierra firme sobre el cepellón¹⁰ y regar inmediatamente. Si los trasplantes se realizan en recipientes de turba, plante lo suficientemente profundo como para cubrir la parte superior del pellet, el cubo o la maceta, o arranque la parte superior de la maceta para que quede completamente plantada por debajo de la línea de tierra. Si la parte superior del recipiente está por encima de la tierra, actuará como una mecha y secará las plantas. También se recomienda arrancar la parte inferior del recipiente de turba para que las raíces de las plantas no se enraícen si no se degradan en la tierra. Riegue inmediatamente después de plantar en el jardín.

RIEGUE CORRECTAMENTE PARA MEJORAR LOS RENDIMIENTOS

Debido a nuestro clima seco, la irrigación es esencial en los jardines de Nuevo México. La falta de agua puede inducir el estrés en las plantas, reduciendo tanto la calidad como el rendimiento. Sin embargo, el exceso de riego puede causar la putrefacción de las raíces o puede hacer que las plantas permanezcan excesivamente vegetativas en lugar de producir frutos. Un equilibrio cuidadoso de proporcionar el riego óptimo a las plantas a medida que crecen evitará que las plantas sufran estrés por falta o exceso de riego y contribuirá a que los cultivos sean saludables y de alto rendimiento.

Después de plantar el huerto, mantenga la tierra húmeda hasta que las semillas germinen y las plantas se establezcan. Después del establecimiento de las plantas, riegue con menos frecuencia, pero más profundamente (suelo húmedo de al menos 12 pulgadas de profundidad). Deje que el suelo de la superficie (la parte superior de 1/2-1 pulgada) se

¹⁰Es la masa principal de raíces en la base de una planta

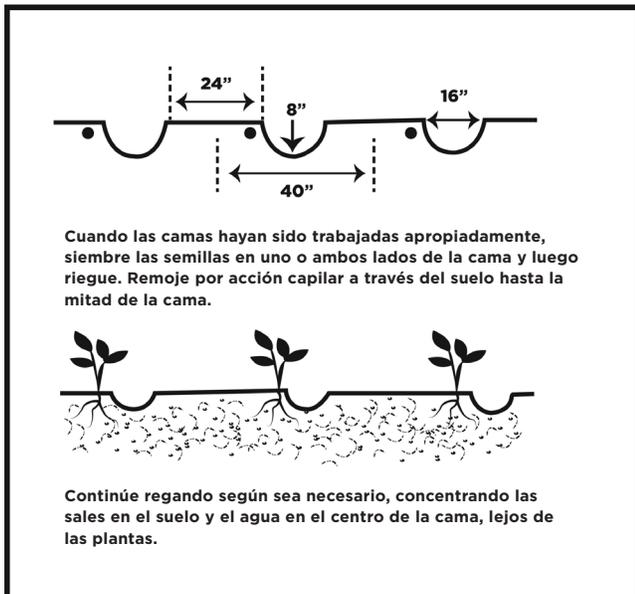


Figura 1. Camas de vegetales diseño estándar.

seque entre riegos, lo que promoverá un crecimiento más profundo de las raíces, lo que finalmente hará que las plantas sean más tolerantes a la sequía. Si el suelo es arenoso, puede ser necesario regar cada 3-7 días. Regar cada 8-12 días puede ser más apropiado para suelos más pesados. La frecuencia de riego también depende del clima, más frecuente cuando hace calor y menos cuando hace frío.

El riego por surcos se utiliza a menudo en Nuevo México. Las hortalizas pueden plantarse en los bordes de camas de hortalizas planas y elevadas (Figura 1). Cuando se riega, no se debe permitir que el agua corra sobre la parte superior del lecho porque esto causa una costra de tierra. Se debe permitir que el agua se empape a través de la cama por acción capilar hasta que el agua llegue al centro de la cama. Esta técnica concentra las sales del agua y la tierra en el medio del lecho y lejos de las plantas.

La mayoría de los huertos caseros prefieren usar aspersores para regar sus jardines porque son fáciles de usar. Los aspersores, sin embargo, tienden a ser muy ineficientes porque gran parte del agua puede perderse en la atmósfera, especialmente en días ventosos. La formación de costras en el suelo puede ser un gran problema. Si utiliza el riego por aspersión, irrigue por la mañana para dar a las plantas la oportunidad de secarse. La aspersión al final de la tarde o por la noche puede aumentar la incidencia de enfermedades del follaje como el mildiú¹¹.

El riego por goteo es la forma más eficiente de regar. Las líneas de goteo deben colocarse cerca de la planta para que el agua se mueva uniformemente hacia afuera de la base de la planta. Al igual que con la irrigación por surcos, esto concentrará las sales lejos de la planta. El jardín puede tener que ser

ocasionalmente regado por inundación para mover las sales acumuladas hacia abajo a través del perfil del suelo.

CONTROLAR LAS PLAGAS

Las plagas (insectos, pájaros, roedores, etc.), las enfermedades y las malas hierbas interfieren con las condiciones de crecimiento óptimas para un cultivo específico. Las malas hierbas compiten con los vegetales por el agua, los nutrientes y la luz. El cultivo y los mantillos (mulch) son las formas más eficientes de controlar las malas hierbas en el jardín del hogar. El cultivo en pequeños jardines se hace generalmente con un azadón. Hay que tener cuidado de no cultivar demasiado profundo, lo que podría dañar las raíces de los cultivos. El mulch ayudan a dar sombra al suelo, evitando la germinación de la mayoría de las semillas de malezas anuales. Se desaconseja el control de las malas hierbas con herbicidas a menos que se tenga un jardín muy grande.

La clave para controlar los insectos y las enfermedades en el jardín es la identificación adecuada. Las publicaciones sobre la identificación y el control de estas plagas se pueden obtener de su agente de Extensión del condado local o en línea (<https://aces.nmsu.edu/pubs/>). Asegúrese de seguir las instrucciones de la etiqueta cuando utilice cualquier pesticida. Siempre que sea posible, utilice variedades de plantas resistentes y practique buenas técnicas de cultivo para controlar estas plagas.

COSECHA EN EL MOMENTO CORRECTO

Saber cuándo cosechar las verduras le ayudará a obtener las verduras de mejor calidad. Muchos jardineros permiten que los productos pasen su mejor momento, cuando las verduras son menos tiernas y más fibrosas. Consulte la Tabla 2 para determinar el mejor momento para cosechar las verduras.

RECOMENDACIONES PARA HORTALIZAS ESPECÍFICAS

Las hortalizas perennes

Los espárragos y el ruibarbo son hortalizas perennes comunes en muchos de los jardines de Nuevo México. Dado que los espárragos y el ruibarbo requieren más de un año para madurar, plántelos en un área que no interfiera con la labranza y otras actividades del jardín.

Espárragos

El espárrago, un miembro de la familia de los lirios, es resistente al invierno y bastante tolerante al calor, la sequía y la salinidad. Crece de forma silvestre a lo largo de las orillas de las zanjas en Nuevo México, pero produce sus mejores brotes (tallos) en un suelo rico y bien fertilizado. Una vez establecido, en un lecho bien mantenido producirá de 10 a 15 años.

El espárrago se establece generalmente a partir de coronas de 1 año espaciadas de 12 a 18 pulgadas, aparte en una

¹¹mildíu polvoriento

Tabla 2. Cuadro “Indicaciones para Recoger Productos de primera calidad”

Hortaliza	Parte Comestible	Demasiado pronto	Óptima	Demasiado tarde
Espárragos	Vástagos	Longitud insuficiente	6-8 pulgadas de largo, sin fibra	Demasiada fibra leñosa en el tallo
Frijoles de Lima	Semillas	Las vainas son demasiado pequeñas	Vainas de color verde brillante, semillas de buen tamaño	Las vainas se volvieron amarillas
Ejote	Vainas y semillas	Demasiado pequeño	La cavidad del frijol está llena, las semillas crecen una cuarta parte	Semillas grandes, vainas fibrosas
Los frijoles de arbusto	Vainas y semillas	Demasiado pequeño	Vainas hinchadas, semillas apenas visibles	Vainas fibrosas, semillas grandes
Remolachas	Raíces y hojas	Demasiado pequeñas	Raíces de 2 a 3 pulgadas de diámetro	Raíces concisas, sabor fuerte
Brócoli	Florecimientos inmaduros	Demasiado pequeño	Color verde brillante, la cabeza todavía está bien cerrada	Cabeza suelta, algunas flores empiezan a aparecer
Coles de Bruselas	Cabezas	Demasiado pequeña, difícil de cosechar	Verde brillante, cabezas apretadas	Cabezas sueltas, el color cambia a verde amarillo
Repollo	Cabezas	Insuficiente cubierta de hojas	Cabeza firme, hojas apretadas	Hojas sueltas, cabeza abierta
Melones	Frutos	El tallo no quiere separarse fácilmente de la fruta	El tallo se desprende fácilmente de la fruta cuando se tira de él.	El color de fondo del melón es amarillo; la corteza es suave
Zanahorias	Raíces	Demasiado pequeñas	1/2-3/4 pulgada al hombro	Sabor fuerte más dulce
Coliflor	Florecimientos inmaduros	La cabeza no está desarrollada	Cabeza compacta, bastante lisa	Los cuajos se abren, se separan
Apio	Vástagos	Los tallos son demasiado pequeños	Planta de 12-15 pulgadas de altura, tallos de grosor medio	Se forman las semillas, sabor amargo
Cole forrajero	Hojas	Las hojas son demasiado pequeñas	Color verde brillante, nervadura pequeña	Nervadura larga y fibrosos
Maíz, dulce	Granos	Granos acuosos, pequeños	Granos gordos, llenos de líquido lechoso	Los granos empiezan a abollarse, el líquido se encuentra en la etapa de masa
Pepino	Frutos	Demasiado pequeño	Piel verde oscuro, semillas suaves	La piel empieza a amarillear, las semillas son duras
Berenjena	Frutos	Demasiado pequeños	Piel muy brillante, recupera su forma cuando se presiona	Las semillas son marrones, no recupera su forma si es presionado
Lechuga de cabeza	Hojas	La cabeza no está completamente formada	Bastante firme, buen tamaño	Cabeza muy dura
Quimbombó	vainas	Demasiado pequeñas	2-3 pulgadas de largo, todavía tierno	Fibra desarrollada, vainas duras
Cebollas, secas	Bulbos	Parte superior de color verde.	Parte superior amarillos y 3/4 caídos	Parte superior hacia abajo, la putrefacción del bulbo empezó.
Arverjas	Semillas	Los guisantes son inmaduros y demasiado pequeños para pelarlos	Guisantes pequeños a medianos, dulces, verdes brillantes	Vainas amarillas, guisantes grandes
Alubias carillas	Semillas y vainas	Los guisantes son inmaduros y demasiado pequeños para pelarlos	Semillas completamente desarrolladas, pero aún suaves, vainas suaves	Semillas duras, vainas secas
Patata	Tubérculos	Demasiado pequeño	Las parte superior de las plantas empiezan a morir.	Dañado por el clima helado o brotes.
Ruibarbo	Vástagos	Tallos pequeños, inmaduros	Los tallos de 8- 15 pulgadas de largo son los mejores	El tallo carnoso se vuelve fibroso
Soja	Semillas	Las semillas no desarrolladas	Vainas gruesas, verde brillante	Las vainas se secan, las semillas se rompen
Calabaza, verano	Frutos	Demasiado pequeño	La corteza puede ser penetrada por la uña del pulgar	La corteza es difícil de penetrar por la uña del pulgar
Calabaza, invierno	Frutos	La corteza es suave	La corteza es difícil de penetrar por la uña del pulgar	Daños por heladas
Camote	Raíces	Demasiado pequeñas	La mayoría de las raíces miden de 2 a 3 pulgadas de diámetro	Las plantaciones tempranas se hacen demasiado grandes y se agrietan; dañadas por la temperatura del suelo por debajo de 50°F
Sandía	Frutos	Pulpa verde, tallo verde y difícil de separar	La superficie del melón junto al suelo pasa de un color pajizo claro a un amarillo más intenso.	La superficie superior tiene un aspecto opaco

Los tomates pueden ser cosechados en tres etapas.

- **Verde maduro:** El tomate es firme y de tamaño completo. El color de la fruta es de verde a verde claro, sin que se vea un color rosado en el ápice
- **Rosa:** Color rosa (del tamaño de una moneda de diez centavos) en el extremo del fruto. A temperatura ambiente, estos tomates madurarán en unos 3 días.
- **Maduro:** El tomate es completamente rojo (o de color maduro) pero todavía firme. Los tomates maduros deben usarse inmediatamente.

Los pimientos morrones y chile pueden ser cosechados en tres etapas.

- **Verde maduro:** El pimiento es firme y de tamaño completo. El color de la fruta es completamente verde a verde claro, sin que se vea el color rojo. Estos pimientos se almacenarán aproximadamente una semana en el refrigerador.
- **Pinto:** La fruta es parcialmente de color rojo. A temperatura ambiente, estos pimientos madurarán en unos 3 días.
- **Rojo:** La pimienta es completamente roja (o de color maduro) y puede estar parcialmente seca. El chile rojo y el pimiento morrón que aún están succulentos y firmes deben usarse inmediatamente. El chile rojo parcialmente seco debe secarse.

zanja de 8 pulgadas de profundidad. El fondo de la zanja debe ser una mezcla de tierra y abono. Cubre las coronas con una capa de 2 pulgadas de suelo y abono. Deje que las lanzas formen helechos en la primera temporada de crecimiento. A medida que los helechos se desarrollan, rellene con tierra y abono hasta que se forme un lecho elevado de helechos y tierra enriquecida.

En la primavera siguiente, los tallos pueden ser cosechados (período de 4 a 8 semanas) con un cuchillo o con un chasquido en la superficie del suelo. Deje de cosechar cuando el diámetro promedio de los tallos sea inferior a 1/4 pulgadas. Permita que los helechos se desarrollen para reemplazar los carbohidratos en el sistema de raíces para la cosecha de la próxima primavera. Fertilizar los helechos con fertilizante de nitrógeno después de la cosecha para promover un buen crecimiento. Eliminar los helechos durante el invierno y cubrirlos con estiércol sin maleza.

Las variedades más antiguas de espárragos (como 'Mary Washington') producen plantas tanto masculinas como femeninas. Los nuevos híbridos totalmente masculinos (como 'Jersey Giant') producen mayores rendimientos porque las plantas masculinas no forman bayas que contengan semillas, por lo que se desvía más energía a la producción de espárragos. Los híbridos totalmente masculinos también tienden a tener más tolerancia a enfermedades como la marchitez por *Fusarium*.

Ruibarbo

Al ruibarbo le va bien en las zonas más frías de Nuevo México, pero no ha tenido éxito en las zonas cálidas del sur del Estado (pruebe la sombra de la tarde para enfriar las plantas). Nativo del Sur de Siberia, el ruibarbo crecerá hasta una altura de 4 pies, con grandes hojas basales y tallos comestibles (pecíolos) de 15 a 30 pulgadas de largo. Las hojas contienen ácido oxálico y son venenosas.

Propague el ruibarbo en la primavera usando divisiones de la corona compradas en un vivero o catálogo local. Cortar las coronas en pequeñas secciones con un buen ojo por sección. Plantar secciones separadas por 3 pies en una zanja de 2-3 pulgadas de profundidad, reforzada con abono debajo de la zanja, y cubrir con tierra. No permita que los "trozos de semillas" se sequen.

No cosechar el primer año después del establecimiento. Esto permite que los carbohidratos se acumulen en las raíces. Cosechar sólo los mejores y más grandes tallos de hojas a finales de la primavera durante las siguientes temporadas de crecimiento. Los tallos se separan fácilmente de la corona cuando se agarran cerca de la base del tallo y se tiran ligeramente. Retire los tallos de las semillas que se formen para mantener el vigor de la planta. Los pecíolos o tallos pueden ser rojos (en variedades como 'Valentine') o verdes ('Victoria').

¹²Es la sensación de ardor agudo producido por productos hortícolas como los pimientos picantes y la cebolla

Familia de las cebollas

La cebolla y sus parientes pertenecen a la familia de las Amarilidáceas, subfamilia de las Allioidae. En la mayoría de los casos, las hojas basales carnosas constituyen la parte comestible del vegetal. La mayoría se valoran principalmente por sus características de pungencia¹² y sabor.

Cebollas

Las cebollas varían en tamaño, forma y color. La mayoría de los jardineros plantan cebollas de "conjuntos" (pequeños bulbos), trasplantes o semillas (principalmente en el sur de Nuevo México). Las cebollas son sensibles al clima, prefiriendo el clima fresco para crecer las puntas y el clima cálido para producir los bulbos. La longitud del día también es importante, y hay variedades de cebollas de día largo, intermedio y corto. La mayoría de las variedades de día largo requieren de 14 a 16 horas de luz del día para producir bulbos, mientras que las variedades de día corto requieren solo 12 horas cuando el clima se calienta en la primavera.

En el Sur de Nuevo México se pueden cultivar dos cultivos de cebolla (semilla - directa). Las cebollas de día corto plantadas a finales de septiembre o principios de octubre harán bulbos maduros en junio, mientras que las cebollas de día intermedio plantadas en enero y febrero pueden cosecharse a mediados o finales del verano. Las cebollas de día largo no pueden formar bulbos cuando se plantan en Nuevo México.

En el Centro y Norte de Nuevo México, solo plantan cebollas en primavera. Las cebollas de días intermedios plantadas (de siembra directa) en la primavera deben madurar a finales de verano o en otoño. Las cebollas de siembra directa o trasplantadas deben ser utilizadas para las plantaciones más próximas.

Las cebollas están listas para cosechar cuando las puntas comienzan a ponerse amarillas y caen (alojarse). Cuando la mitad o tres cuartas partes de las puntas se han caído, dobla las puntas restantes hacia abajo para ralentizar el proceso de crecimiento. Después de que las puntas se vuelvan marrones, curar las cebollas tirando o desenterrando con una horquilla de jardín y colocándolas en una zona bien ventilada y sombreada. Después de curar, las puntas pueden ser cortadas 1 pulgada por encima del hombro del bulbo. Almacene las cebollas en un área fresca, seca y bien ventilada.

Cebollinos (Scallions) Cebolla de primavera, cebolla de verdeo, cebollín o cebolleta

Los cebollinos pueden ser cosechados de las cebollas de bulbo (*Allium cepa*) antes de que las cebollas empiecen a ser manojo de cebolla (*Allium fistulosum*). Algunas variedades se cultivan específicamente para este propósito, aunque la mayoría de los jardineros simplemente cosechan cebollas verdes mientras aclaran su cultivo de bulbos.

Ajo

El ajo es una planta resistente y bulbosa con hojas planas y sólidas. El bulbo está compuesto de 5 a 16 dientes encerrados

por una fina piel blanca o rosa. Separe los dientes de ajo antes de plantar. En general, los dientes de ajo deben ser plantados en otoño. Cuando las hojas se vuelven amarillas a mediados del verano del año siguiente, levante los bulbos y déjelos curar a la sombra durante varios días. Corte las puntas (similar a la cebolla) o tréncelas juntas dejando los bulbos fuera de la trenza. Guarde el ajo en un lugar seco y bien ventilado.

Generalmente hay dos tipos de ajo: de cuello duro (que forma un tallo de semilla) y de cuello blando (que no forma un tallo de semilla). La mayoría de las variedades de cuello duro no producen verdaderas semillas, sino que forman bulbillos o bulbos en un racimo en el extremo de los tallos de las semillas. Los bulbillos pueden plantarse en la primavera y formarán un bulbo “redondo” no segmentado para el otoño. Si se dejan sin perturbar, los “redondos” formarán un bulbo segmentado al verano siguiente.

Puerros

Los puerros tardan 80 días en crecer a partir de los trasplantes y 130 días a partir de la semilla. Cuando crecen a partir de la semilla, se siembran a principios de la primavera y se aclaran a unas 3 pulgadas de distancia. Los puerros no forman un bulbo (excepto el ajo de elefante, que es un tipo de puerro), pero se cosechan cuando el cuello de la planta, en la superficie del suelo, tiene al menos 1 pulgada de diámetro. Los puerros a menudo se blanquean al acumularse la tierra alrededor de la base de la planta a medida que crecen. Las hojas son planas, similares a las del ajo.

Chalotas

Las chalotas son cebollas “tipo multiplicador”, lo que significa que raramente producen semillas, y en su lugar se dividen en varios clavos. Se cosechan cuando las puntas caen en verano o en estado inmaduro. Las chalotas son resistentes y pasan el invierno como perennes.

Cebollino (Chives) cebollino, cebolla de hoja, cebolla china, ciboulette, xonacatl, cebolleta, o cebollín o cebolla aromática

Los cebollinos crecen en gruesos penachos, produciendo pequeños bulbos ovalados en una masa compacta. Las flores de lavanda (los cebollinos de ajo tienen flores blancas) la convierten en una buena planta para una flor o un huerto. Se cosecha cortando las hojas con tijeras.

Cultivos de Crucíferas

Los miembros de la familia de las Brassicáceas, o coles, son frecuentemente referidos como coles o cultivos de las crucíferas. Este grupo familiar se caracteriza por su rusticidad, facilidad de cultivo, rendimientos satisfactorios y la variedad que añaden a las comidas. La mayoría son vegetales de estación fría, que funcionan mejor si maduran cuando las temperaturas son relativamente frías.

Repollo

El repollo es una de las verduras más antiguas de las que se tiene registro. Entre las formas cultivadas modernas, algunas tienen cabezas alargadas, otras redondeadas y otras más bien planas. Las hojas pueden ser de color verde claro u oscuro, rojas o moradas. Algunas hojas son lisas, mientras que otras son arrugadas (rizado y arrugado).

El repollo se cultiva para una cosecha de primavera (variedades de maduración temprana) es probablemente que se desarrolle mejor a partir de trasplantes, por lo que madura en un clima relativamente fresco. El repollo madura en clima cálido a menudo tiene un sabor fuerte y tiende a partirse. La mejor calidad se obtiene cuando el repollo se siembra directamente a mediados del verano para madurar en el otoño cuando las temperaturas son frescas. El clima frío reduce la respiración, causando que los azúcares se acumulen en la cabeza, lo que resulta en un sabor superior.

Coliflor

La coliflor requiere las mismas técnicas culturales que el repollo, pero es más delicada. Trasplante las variedades de maduración temprana en la primavera para que maduren en el clima fresco. La coliflor crece mejor en Nuevo México cuando se siembra directamente o se trasplanta a mediados del verano para una cosecha de otoño.

Cuando las plantas de coliflor empiezan a formar una pequeña cabeza (botón), debe estirar las hojas que crece sobre la cabeza y atarlas cubriéndola, esto para proteger la cabeza del sol. Las variedades más nuevas a menudo se autoblanquean, con hojas que se curvan naturalmente sobre la cabeza. Cosechar la cabeza o cuajo (grupos engrosados de flores inmaduras) antes de que empiece a extenderse y se convierta en “arrozado” (desarrolla pistilos y anteras). Si se han protegido bien del sol, las cabezas deben ser de color blanco nacarado; las excepciones son las variedades de cabeza púrpura o anaranjada, que pierden su color cuando se cocinan en agua hirviendo.

Brócoli

El brócoli, al igual que la coliflor, se cultiva por su cabeza floral inmadura la cual es comestible. Es preferible que el brócoli se realice en siembra directa a mediados del verano para que madure en el otoño cuando las temperaturas son frescas. Cuando se quita la cabeza central, se forman numerosos brotes laterales pequeños (cabezas) que también se pueden cosechar durante varias semanas. Las cabezas que maduran a finales de la primavera cuando las temperaturas son cálidas tienden a volverse marrones, son fibrosas, tienen un sabor fuerte y a menudo tienen hojas que crecen a través de la cabeza.

Coles de Bruselas

Las coles de Bruselas deben ser sembradas directamente en el jardín a finales de la primavera para una cosecha de otoño. Se forman pequeñas cabezas o brotes en el tallo principal

(2 pies de altura o más), que maduran de abajo hacia arriba. Los brotes que maduran en clima cálido a finales del verano tienden a partirse. Los brotes posteriores que maduran en un clima más fresco serán firmes y suaves. Una semana antes de que se espere una helada fuerte, “corone”¹³ la planta con un cuchillo. Esto forzará a toda la energía restante en la planta a madurar los brotes que quedan en la planta.

Colinabo

El colinabo es una planta relativamente nueva. Se cultiva por su tallo basal agrandado o hinchado y su suave sabor a nabo. Parece un nabo que crece en la parte superior de la tierra con hojas que brotan de la ampliación. Al igual que otros cultivos de crucíferas, para obtener una calidad óptima debe crecer para madurar en el otoño.

Cultivos para ensaladas y verduras

La mayoría de los cultivos de verduras y para ensaladas, como la lechuga, la espinaca, la acelga, la col y la col rizada, son cultivos de temporada fría que deben sembrarse pronto antes de que las temperaturas sean demasiado elevadas. Estas hortalizas también son excelentes cultivos de otoño. Las verduras se encuentran entre las más nutritivas de todas las hortalizas.

Lechuga

La lechuga es nativa tanto de Europa como de Asia. Esta verdura de temporada fría germina mejor a 65-70°F. Las temperaturas por encima de los 79°F grados tienden a inhibir la germinación. Las semillas son bastante pequeñas, y deben ser sembradas superficialmente y mantenerse húmedas hasta su aparición. Después de la emergencia, comience a adelgazar; las plantas adelgazadas pueden ser usadas en ensaladas.

Básicamente existen cuatro tipos de lechuga que se cultivan en los jardines de Nuevo México. La lechuga cabeza crujiente o iceberg forma una cabeza de hojas grandes, pesadas y bien dobladas. Es ligeramente más difícil de cultivar que otros tipos. Si se encuentra en el norte de Nuevo México, plántela a principios de la primavera para una cosecha de otoño. En el sur de Nuevo México, la semilla se puede sembrar a finales de otoño y principios de invierno para una cosecha de primavera.

La lechuga de hoja es la más popular de las cultivadas en casa. Es la más fácil de cultivar y madurará en tan sólo 45 días. Se pueden cultivar diferentes variedades para una amplia variedad de sabores, texturas y colores en las ensaladas.

La lechuga mantecosa forma una cabeza suelta de hojas arrugadas con una textura suave y mantecosa. Es una de las lechugas más sabrosas.

La lechuga romana, también llamada lechuga cos, desarrolla cabezas alargadas de hojas largas con nervaduras pesadas. Las hojas externas tienden a ser algo gruesas y de color verde oscuro. Las hojas interiores son de un verde más claro y de una textura más fina. Tiene un sabor crujiente y dulce y añade crujiente a una ensalada.

Espinacas

Las espinacas se utilizan tanto como verdura cocida (hierba casera) como en ensaladas. Se caracteriza por una roseta compacta de hojas que pueden ser arrugadas (rizada) o lisas. Crecen principalmente en la primavera, y su floración (prematura) se produce en respuesta a un aumento de la duración del día y de la temperatura. Se aclara varias veces; las plantas extraídas pueden utilizarse en ensaladas. En la madurez, se cosecha toda la planta o se recogen las hojas más viejas a medida que maduran. Esta última técnica da lugar a una cosecha más larga y a mayores rendimientos. Las espinacas también pueden sembrarse a finales del verano para una cosecha de otoño.

La espinaca de Nueva Zelanda, a diferencia de la mayoría de las otras verduras, es un cultivo de estación cálida con un sabor similar al de la espinaca, pero sin su astringencia. La siembra debe retrasarse hasta después de la helada y la temperatura del suelo es de al menos 50 °F. Los tallos fuertemente ramificados tienen hojas gruesas, verde oscuro, succulentas y triangulares.

Acelga

La acelga es un cultivo vegetal delicioso, productivo y casi infalible¹⁴ La acelga no solo es casi indestructible, sino que, a diferencia de otras verduras de temporada fría, seguirá produciendo en clima cálido. Esta verdura puede ser utilizada fresca en ensaladas o cocinada como espinaca. Las nervaduras de las hojas se pueden cocer al vapor como los espárragos.

Col forrajera y col rizada

La col y la col rizada son muy nutritivas y ambas se cultivan para ser utilizadas como verdura. La col forrajera tiene hojas anchas, planas o ligeramente arrugadas, mientras que las hojas de la col rizada tienden a ser más arrugadas. Se pueden cosechar las plantas enteras cuando son pequeñas, o se pueden cosechar hojas más viejas, desde el suelo hacia arriba, a medida que las plantas maduran. El mejor sabor se produce en el otoño durante el clima frío.

Cultivos de raíces

Los cultivos de raíces son populares en los jardines de las casas. La mayoría son hortalizas de estación fría, que pueden plantarse a principios de la primavera o a finales del verano para una cosecha de otoño. Muchos pueden almacenarse durante el invierno en el suelo donde se cultivaron cubriéndolas con paja para evitar que el suelo se congele.

¹³Cortar el punto de crecimiento, conocido técnicamente como “Poda apical”

¹⁴Que no puede fallar



Figura 2. Clásica zanahoria en color naranja.

Para asegurar el éxito de los cultivos de raíces, los huerteros deben aclarar los cultivos al espacio recomendado. Esto es esencial para reducir la competencia entre las plantas, que puede resultar en una mala calidad y en raíces deformes.

Remolachas

Las remolachas son valiosas tanto por sus raíces como por sus hojas. La mayoría de las plántulas de remolacha producen de tres a cinco plántulas en un grupo apretado, por lo que el adelgazamiento es importante. Las plantas de adelgazamiento producen unas verduras muy sabrosas. Las raíces consisten en bandas circulares alternas de tejido que dan a la remolacha un aspecto de banda.

Rábanos

Los rábanos son uno de los cultivos más fáciles de cultivar en el jardín de casa. Plántelos a principios de la primavera porque no toleran el calor. Los rábanos maduran de 3 a 6 semanas después de la siembra y pueden ser plantados como un cultivo de primavera u otoño. Escalonar las siembras en intervalos de una o dos semanas para una cosecha continua.

Para una mejor calidad, asegúrese de que los rábanos tengan un suministro uniforme de agua y nutrientes. El estrés de las plantas por el agua o dejarlas madurar en tiempo caluroso puede ocasionar que sean picantes y amargos.

Las raíces de los rábanos varían en tamaño, color, forma y textura. Las más populares son las redondas “Cherry Belle”, que son relativamente suaves y maduran rápidamente. Los tipos ‘White-icicle’ tienden a ser ligeramente más picantes y tardan un poco más en madurar. Los rábanos de invierno son muy picantes, requieren una temporada de crecimiento relativamente larga y generalmente se cosechan en otoño.

Zanahorias

Las zanahorias tienen semillas muy pequeñas y requieren una plantación poco profunda e incluso humedad hasta que emergen. Las plantas se pueden adelgazar varias veces, y las zanahorias bebés se pueden usar en ensaladas. El crecimiento óptimo de las raíces se produce a 60-70 °F. El suelo debe ser poroso y de textura friable para asegurar el crecimiento sin obstáculos de la raíz (para raíces simétricas y rectas). Las variedades de zanahoria se diferencian principalmente en el tamaño y la forma (Figura 2). Los tipos más cortos pueden utilizarse en suelos más pesados. Los tipos miniatura o de Ámsterdam a menudo se cultivan específicamente para las zanahorias bebé.

Nabos

Los nabos crecen bien tanto en primavera como en otoño, pero como la mayoría de las hortalizas de temporada fría, se prefiere una cosecha de otoño. Al igual que la remolacha, los nabos también pueden ser utilizados para las vegetales. Los nabos se diferencian de los colinabos en que las hojas del nabo son peludas y la carne de la raíz es blanca, mientras que los colinabos tienen hojas grandes y lisas y raíces de carne amarilla. El nabo también es un cultivo de temporada relativamente corta, mientras que los colinabos tardan toda la temporada de crecimiento en madurar.

Chirivías

Las chirivías requieren un período de crecimiento relativamente largo y su crecimiento es similar al de las zanahorias. Las raíces pasan bien el invierno en el suelo, sobre todo cuando se cubren con un mantillo de paja. El sabor y la calidad de la pulpa se mejora después de varias heladas suaves.

Cultivos de solanáceas

La familia de las Solanáceas contiene una serie de hortalizas de importancia económica, incluyendo papas, tomates, pimientos y berenjenas. También contiene otros cultivos como el tabaco. El follaje de muchos de estos cultivos contiene alcaloides altamente tóxicos, como la tomatina en los tomates y la solanina en las patatas. Los tubérculos de la patata pueden volverse verdes y tóxicos si se exponen a suficiente luz.

Patatas

Las patatas se clasifican ocasionalmente como cultivos de raíz, pero los tubérculos son en realidad tallos subterráneos cortos y gruesos. Plante las patatas de siembra certificadas de un vivero o de un catálogo de semillas. Las patatas de un supermercado suelen tratarse con un inhibidor de brotes y son más propensas a las enfermedades.

Plante las papas cortando los tubérculos en secciones de un promedio de 1 1/2-2 pulgadas, cada una de ellas con

al menos un ojo o brote bueno. Tratar los trozos de patata con un fungicida para reducir las posibilidades de putrefacción. Cuando corte los tubérculos para plantar, deje que las secciones se sequen a la sombra durante uno o dos días para que las superficies cortadas de las secciones o “trozos de semillas” desarrollen corcho o tejido cicatrizante. Esto reduce las posibilidades de que el tubérculo se pudra después de la plantación.

Plante las patatas en una zanja de 6 a 8 pulgadas de profundidad, espaciando los trozos de semillas a 12 pulgadas de distancia. El suelo debajo de la zanja debe estar bien acondicionado con abono. Cubrir los trozos de semilla con 1 a 2 pulgadas de tierra y compost, luego regar. A medida que el follaje se desarrolla y las plantas alcanzan una altura de 5-6 pulgadas, rellene la zanja con una mezcla de tierra y abono durante la primera parte del verano, relleno la tierra alrededor del follaje en desarrollo. Mantenga al menos tres cuartos del follaje por encima de la línea de la tierra. Los tubérculos se forman en muchos tallos que se elevan por encima del trozo de semilla y deben mantenerse frescos; cubrir el lecho con paja mantiene los tubérculos frescos. Los trozos de semillas colocados demasiado cerca de la superficie del suelo durante el clima cálido forman demasiado follaje y no hay tubérculos. La sobreestimulación con fertilizante de nitrógeno puede causar el mismo problema.

Las papas pueden ser cosechadas como papas nuevas cuando los tubérculos alcanzan el tamaño deseado. La piel de las papas nuevas se desliza fácilmente de los tubérculos. Use las papas nuevas inmediatamente porque tienen vida de almacenamiento corta.

A medida que las plantas de patata maduran, el crecimiento se ralentiza y las copas se vuelven amarillas y empiezan a caer. La piel de los tubérculos se vuelve más gruesa, más dura y más firmemente adherida. Excave las patatas con cuidado con un tenedor o una pala.

Almacene las patatas maduras a 60 °F durante dos semanas, y luego baje la temperatura de almacenamiento a 38-40 °F. No dejen que las temperaturas bajen de este punto o se acumularán azúcares en los tubérculos, reduciendo su calidad de cocción y dándoles un sabor dulce.

Tomates

Los tomates son el cultivo más popular plantado en los huertos caseros de Nuevo México, así como en todo Estados Unidos (Figura 3). Los tomates son fáciles de cultivar, pero los Nuevomexiquenses deben hacer una cuidadosa selección de variedades para su área. Las variedades de tomates vienen en varios tamaños, formas, colores y hábi-



© Elena Butinova | Dreamstime.com

Figura 3. Tomates en varios estados de maduración.

tos de crecimiento. Intente cultivar varias variedades diferentes en el huerto.

Los tomates son un cultivo de temporada cálida y son sensibles a las heladas. Para una producción temprana, intente cultivar plantas para trasplantarlas en el huerto, o compre trasplantes en los viveros locales. Se recomienda el trasplante en las zonas altas de Nuevo México donde la temporada de cultivo es corta. Para cultivar sus propios trasplantes, empiece por lo menos de 8 a 10 semanas antes de plantarlos en el jardín.

Los trasplantes pueden cultivarse en interiores o exteriores; consulte la Guía de Extensión Cooperativa de NMSU H-220, *Empezando pronto con las plantas al aire libre* (http://aces.nmsu.edu/pubs/_h/h-220.pdf), para obtener más información sobre el cultivo de trasplantes en exteriores.

En el centro y el sur de Nuevo México, los tomates pueden ser de siembra directa. Las plantas pueden producir tarde, pero generalmente son más resistentes y ahorrativas que los trasplantes. Plante las semillas a 1/2 pulgada de profundidad en colinas separadas por 3 pies, o plántelas en hileras rectas al lado del lecho de riego. Aclare los tomates a una planta cada 18-30 pulgadas. Deje las plantas más vigorosas cuando se aclare.

En los jardines caseros donde el espacio es un problema, muchos huerteros clavan estacas, jaulas o enrejados en sus tomates. Guiar los tomates en estacas o jaulas mantiene la fruta fuera del suelo, reduciendo la cantidad de putrefacción de la fruta que ocurre en las vides de tomate no guiadas. Los tomates que se estacan y se podan suelen producir frutos antes; sin embargo, la podredumbre del extremo de la flor y la insolación son más frecuentes. Otra desventaja es que los sistemas de estacas y jaulas requieren trabajo y materiales adicionales.

Método de estaca de un tallo. Conducir una estaca de 8 pies, de 2 pulgadas por 2 pulgadas en la base de la planta.

A medida que la planta de tomate crece, pellizque cualquier rama lateral que se forme en las axilas de la hoja, permitiendo que sólo crezcan las ramas terminales. Ate la planta al poste de 2 por 2 con tiras de tela suave, cuerda, cinta plástica o ataduras de alambre recubiertas de plástico. Ate la planta de forma suelta para evitar que se ciña el tallo.

El método de estaca de dos tallos (o más). Mientras la planta crece, permite que se desarrolle más de un tallo, luego elimina cualquier chupón no deseado, dejando que sólo crezcan las ramas terminales. Utilice estacas de madera o un enrejado, o utilice un cable aéreo del que se ate un cordel o hilo suelto alrededor de la base de la planta. Ate dos o tres cuerdas por planta, dependiendo de cuántas ramas quiera. A medida que las terminales principales crecen, desate la cuerda del alambre suspendido, envuélvala alrededor del tallo como soporte y vuelva a atarla al alambre suspendido.

Jaulas de alambre. La principal ventaja de las jaulas es que la vid sin podar proporciona una cobertura de follaje para proteger a los tomates de las quemaduras de sol. Usando las jaulas, se evitan las tediosas tareas de atar y podar. Los jardineros pueden comprar varios tipos de jaulas o hacer jaulas con alambre de refuerzo de hormigón o alambre de cerco. El tamaño de la jaula puede variar, pero lo más común es un cilindro de 24 pulgadas de diámetro y 60 pulgadas de alto. Asegúrate de que la malla de alambre sea lo suficientemente grande para que puedas alcanzar y cosechar la fruta.

No todas las variedades de tomate se adaptan a las estacas y a las jaulas. Los hábitos de crecimiento del tomate son “determinados” o “indeterminados”. Un tomate con un hábito de crecimiento determinado deja de crecer a cierta altura porque el tallo principal desarrolla un capullo floral y un fruto en la parte superior. La mayoría de las variedades determinadas son arbustivas, cortas, de porte temprano, y la mayoría de los frutos maduran al mismo tiempo. Los tomates determinados es mejor dejarlos sin estacas.

Los tomates indeterminados crecen y se producen continuamente a lo largo de la temporada de crecimiento y no terminan en un capullo floral o un fruto. Las plantas indeterminadas están bien adaptadas a la estaca. Los tomates funcionan mejor con un suministro de agua uniforme durante toda la temporada. Riega los tomates profundamente para fomentar el crecimiento de las raíces, empapando el suelo al menos 8 pulgadas de profundidad cada vez que se riega.

Si los tomates se secan o se riegan de forma desigual, pueden aparecer muchas enfermedades. La podredumbre del extremo de la flor es una enfermedad fisiológica que aparece como una cicatriz hundida y correosa en el extremo de la flor del fruto. El acolchado a menudo ayuda a reducir la enfermedad manteniendo un suministro de agua más uniforme para las plantas.

Los tomates no cuajan bien cuando las temperaturas nocturnas están por debajo de 55 °F o cuando las temperaturas diurnas superan los 95 °F. Cuando las temperaturas nocturnas son frescas, el polen tarda mucho tiempo en ger-

minar. El pistilo, o la parte femenina de la flor, puede haber pasado su etapa receptiva para la fertilización, y las flores pueden caer. Las variedades de maduración más temprana generalmente tienen un mejor cuajé de los frutos a temperaturas más bajas, por lo que se debe experimentar con diferentes variedades. Además, las hormonas que se venden en los viveros y centros de jardinería pueden rociarse en las flores para ayudar a mantener la parte femenina de la flor receptiva durante más tiempo. Las variedades “tolerantes al calor” pueden ser usadas en áreas más cálidas del Estado.

Para asegurar un buen cuajé, muchos jardineros hacen vibrar o agitan las plantas al mediodía, cuando las temperaturas son cálidas, para dispersar el polen y lograr una buena polinización. Utilice un cepillo de dientes a pilas para agitar suavemente cada racimo de flores, o si los tomates están estacados o enjaulados, golpee la estructura con una tabla o un palo para esparcir el polen en las partes femeninas receptivas de las flores.

Compra o planta tomates que sean resistentes a las enfermedades. Consulte con el personal del vivero donde compra sus plantas, o compruebe si existe en la etiqueta de la semilla las letras V, F, N, T, o A que siguen al nombre de la variedad.

La “V” denota la resistencia a la marchitez por *Verticillium*, una enfermedad micótica transmitida por el suelo para la que no hay cura. Los síntomas de la marchitez del *Verticillium* aparecen primero en las hojas más viejas de la planta, que se vuelven amarillas y se secan (a menudo sin marchitarse) y caen prematuramente. La planta rara vez muere, pero la pérdida de hojas hará que los tomates se quemen con el sol en la planta.

“F” significa que la planta tiene resistencia a la marchitez por Fusarium, otra enfermedad micótica transmitida por el suelo, de la cual hay dos cepas: las razas 1 y 2. Dos F en la etiqueta indican la resistencia a ambas razas. La marchitez de Fusarium se caracteriza por el amarillamiento de las hojas que progresa hacia arriba desde la base de la planta. Las hojas se marchitan notablemente antes de que la planta muera.

La “N” denota la resistencia a los nematodos, que son gusanos microscópicos. El más importante, el nematodo del nudo de la raíz hace que las plantas formen hinchazones o nudos en las raíces. Las plantas afectadas suelen estar atrofiadas y pueden marchitarse en tiempo caluroso. Los nematodos pueden introducirse mediante trasplantes colocados en el jardín, y luego se vuelven persistentes en el suelo. Los nematodos también se producen naturalmente en algunos suelos.

La “T” se refiere a la resistencia al virus del mosaico del tabaco, que afecta a los tomates, las berenjenas, el chile y otras plantas relacionadas. Los síntomas en los tomates incluyen un follaje moteado de color verde claro y oscuro, con rizos y una ligera malformación. La enfermedad se propaga fácilmente, especialmente por las personas que fuman y manipulan las plantas sin lavarse primero las ma-



Figura 4. Varios chiles.

nos con agua y jabón. El mero hecho de cepillar las plantas infectadas con la ropa puede propagar la enfermedad.

“A” se refiere a la resistencia a la *Alternaria*. La *Alternaria* es una enfermedad fúngica del tomate que a menudo se llama tizón temprano, chancro del tallo de la *Alternaria* o moho negro.

Muchas variedades de tomate son resistentes a tres de las principales enfermedades: Marchitamiento por *Verticillium* (V), marchitamiento por *Fusarium* (F), y Nematodos (N). Los investigadores continúan desarrollando mejores variedades resistentes a las enfermedades.

El virus cabeza rizada de la remolacha es una de las principales enfermedades virales del tomate en Nuevo México y se propaga por el saltamontes de la remolacha. Las plantas infectadas se atrofian, con hojas rígidas y rizadas. Cubriendo las plantas al principio de la temporada con una cubierta de hilera ayuda a evitar que los saltamontes de la remolacha infecten las plantas y ayudará a reducir la incidencia de esta enfermedad.

Pimientos

Los pimientos (*Capsicum spp.*) exhiben una gran variedad de formas, tamaños, colores y sabores. El término “pimiento” no debe confundirse con la “pimienta negra” (*Piper nigrum*), que se produce a partir del fruto seco e inmaduro de una vid originaria de la India y cultivada en zonas tropicales. Los pimientos pueden clasificarse en general en dos grupos: los de sabor suave o dulce (Morrón, pimiento, cera dulce) y los de pulpa picante (tipos de verde largo y jalapeño de Nuevo México). En Nuevo México, a estos últimos se les suele denominar “chile” (Figura 4).

Sembrar directamente las semillas en la fecha promedio de la última helada mortal, o trasplantarlos al jardín

después del peligro de helada.

Hay varios métodos de sembrar pimientos directamente. Muchos neomexicanos utilizan el método de las colinas, colocando varias semillas en colinas espaciadas unas 12 pulgadas en una fila. Cuando aparecen las plántulas, aclarar todas las plantas más fuertes, excepto dos o tres. En lugar de adelgazar completamente, permita que algunas plantas continúen desarrollándose para trasplantarlas más tarde a lugares desnudos donde no hayan brotado plántulas.

Como alternativa al método de la colina, los jardineros pueden optar por sembrar las semillas en filas. Sembrar semillas a una pulgada de distancia en una fila recta cerca del borde del surco. Cuando las plantas desarrollen cuatro o más hojas

verdaderas, aclarar a una planta cada 12 pulgadas. Para obtener una ventaja en la producción de pimientos, muchos jardineros cultivan o compran trasplantes para colocarlos en el jardín, esto después del peligro de heladas.

Proporcione a los pimientos un suministro de humedad uniforme, pero evite el regar en exceso. La marchitez del chile (*Phytophthora root rot*) puede ser peor en presencia de humedad. Por otra parte, la falta de agua puede conducir a la putrefacción del de la flor.

Berenjena

La berenjena tiene características de crecimiento similares a los pimientos. Las flores de lavanda nacen solas o en racimos como un tomate. Dependiendo de la variedad, el fruto puede variar de forma ovalada a oblonga, con colores que van desde el negro púrpura al blanco. Esta planta es muy sensible al frío.

Legumbres

Las legumbres, en simbiosis con bacterias rizobios compatibles, tienen la capacidad de producir su propio nitrógeno a partir del nitrógeno elemental de la atmósfera. Por lo tanto, se necesita poco o ningún fertilizante nitrogenado adicional para la producción de estos cultivos. Los rizobios son bacterias que se encuentran en nódulos en las raíces de las legumbres que “fijan” el nitrógeno atmosférico en una forma utilizada por las plantas. Los cultivos plantados después de las legumbres también se beneficiarán del nitrógeno dejado en el suelo por estas plantas. En los suelos en que nunca se han cultivado legumbres, puede ser necesario tratar (inocular) inicialmente la semilla de la legumbre con la bacteria rizobio apropiada para iniciar el proceso. Estas bacterias

están generalmente disponibles a través de viveros locales o catálogos de semillas.

Las judías verdes

Las judías verdes o judías pintas se clasifican en tipos de arbusto o de poste. Las judías de tipo arbusto, como su nombre indica, crecen en plantas pequeñas y compactas. Las judías de palo tienen una característica trepadora o retorcida y requieren un enrejado, una valla u otra estructura en la que trepar. Los frijoles de palo se plantan en la primavera y producirán más frijoles en un período más largo que los frijoles de arbusto. Sin embargo, en las zonas de cultivo más cálidas, las judías de arbusto pueden plantarse en primavera para una cosecha de verano o en verano para una cosecha de otoño, lo que las convierte en una excelente cosecha para las rotaciones con cultivos de temporada fría como los rábanos o la lechuga de hoja.

Las judías de arbusto normalmente se plantan en filas, a menudo a ambos lados de un lecho vegetal elevado. Los frijoles de palo pueden plantarse en colinas y dejarse crecer en estacas formadas en forma de tipi¹⁵, o a lo largo de una cerca (con una separación de 4 a 8 pulgadas).

Lima/alubias de mantequilla

Las judías de Lima o las judías de mantequilla también están disponibles como tipos de arbusto o de poste. Las alubias, sin embargo, requieren un tiempo más largo para madurar. Las variedades pueden variar desde los tipos de semillas grandes “*Fordhook*” hasta las semillas pequeñas de lima. Las judías pueden comerse tanto en la fase verde madura como en la seca.

Frijoles secos

Pruebe su suerte en el cultivo de frijoles para el secado. Los frijoles secos están entre los alimentos más antiguos. Los pueblos prehistóricos descubrieron que las judías secas se almacenaban bien y eran fáciles de transportar y preparar. Las judías secas son populares porque son baratas y muy nutritivas.

Frijoles pintos

Los frijoles pintos son los favoritos de Nuevo México. Plantar frijoles pintos en la primavera, y volver a plantarlos a mediados de julio para una segunda cosecha. Cosechen los frijoles pintos antes de que las vainas secas se rompan. Recoja las vainas individuales o corte la planta entera justo antes de que las vainas inferiores se rompan.

¹⁵Es una tienda cónica era utilizado por los pueblos indígenas nómadas de Estados Unidos

¹⁶El frijol caupí (*Vigna unguiculata* L. (Walp)) es una leguminosa anual; originaria de África e India y ampliamente cultivada en áreas tropicales y subtropicales

Seca y golpea las plantas cortadas y guarda los frijoles para su uso posterior.

Los frijoles aztecas

El frijol azteca se ha hecho populares en los huertos caseros del Norte de Nuevo México. Esta gran variedad de frijol blanco se ha encontrado en antiguas ruinas de los nativos americanos. El frijol azteca es un trepador vigoroso y puede trepar fácilmente a postes de 8 pies. Cada planta puede producir más de media libra de frijoles secos en condiciones de crecimiento ideales. Remoje los frijoles durante la noche antes de cocinarlos; aumentarán hasta cuatro veces su tamaño original. Cada frijol cocido es del tamaño de un bocado.

Otros frijoles

Considere otros frijoles para el huerto casero.

Soja, habas y Alubia carilla

La soja madura y seca es excelente para el uso en invierno y para la brotación. Las habas (habas) no son verdaderas habas, sino que están relacionadas con la arveja. Las habas verdes se usan como habas de cáscara verde, como las habas de limas. Algunas personas de ascendencia mediterránea tienen un rasgo genético que causa una grave reacción alérgica a las habas. Las habas prefieren las temperaturas frescas. Plántelas al mismo tiempo que los guisantes de jardín. Los guisantes de ojo negro se usan en Nuevo México como guisantes secos o secos. Aunque tiene muchos nombres, esta verdura no es ni un frijol ni un guisante, sino un caupí¹⁶. Como las judías, *Alubia carilla* requieren días y noches cálidos para desarrollarse adecuadamente.

Guisantes

Los guisantes de jardín son cultivos de clima fresco. En Nuevo México, los guisantes no se desarrollan bien una vez que llega el clima cálido, así que plántelos en la primavera tan pronto como la tierra pueda ser trabajada. Las arvejas se clasifican a menudo en dos tipos: la arveja inglesa tradicional, que debe ser desgranada, y las arvejas de vaina comestible, en las que se comen tanto las arvejas como las vainas.

Las vainas del guisante inglés deben recogerse cuando están gordas, generalmente comenzando en la parte inferior de la planta. Recoge las vainas a menudo para que las plantas sigan siendo productivas. No permita que los guisantes maduren demasiado o perderán su dulzura. Cosechen temprano en la mañana cuando esté fresco, y usen los guisantes lo más pronto posible para conservar su dulzura.

Los guisantes de cáscara comestible se suelen clasificar en dos grupos. Los tipos de “salteados” se suelen llamar guisantes de azúcar, guisantes de nieve o guisantes de China. Se cosechan cuando estas vainas son jóvenes antes de que los guisantes empiecen a formarse en la vaina (plana). El otro grupo se denomina “tirabeques”. Se permite que las vainas se vuelvan relativamente gruesas y carnosas.

Cosechar antes de que pierdan su dulzura y se vuelvan demasiado fibrosas. Los tirabeques pueden comerse crudos en ensaladas, servidos crudos con salsas o bandejas de condimentos, o cocinados como judías verdes.

CUCURBITÁCEAS

Las cucurbitáceas son cultivos de estación cálida que se caracterizan por la propagación de vides y frutos carnosos con cáscaras relativamente duras. Estos cultivos de vid pueden utilizarse de muchas maneras, desde ensaladas hasta postres, pasando por verduras cocidas y aperitivos.

Pepinos

Los pepinos a menudo se plantan en camas de 36-72 pulgadas de separación para acomodar sus parras que se extienden. Las vides también pueden ser entrenadas hasta una cerca o enrejado para el apoyo. Los frutos estarán más limpios y tendrán menos problemas de putrefacción si están en espaldera. Algunos pepinos largos y delgados tienden a crecer torcidos, pero los pepinos que cuelgan de un soporte suelen ser más rectos. Cuando el espacio es limitado, los jardineros domésticos pueden probar variedades de arbustos, que también son buenas para el cultivo en macetas y mini-huertos.

Hay varios tipos de pepinos. Los pepinos en rodajas se suelen utilizar frescos, ya sea solos o en ensaladas. Estos frutos largos y cilíndricos son mejores cuando tienen de 6 a 8 pulgadas de largo. Si se recogen más pequeños de 6 pulgadas, los pepinos en rodajas también pueden ser encurtidos. Sin embargo, Hay algunas variedades cultivadas específicamente para procesar en encurtidos.

El pepino limón es popular en los jardines de Nuevo México. Esta variedad tiene el tamaño y la forma de un limón y se vuelve de color limón cuando madura. Este pepino fácil de cultivar y sin eructos¹⁷ tiene un sabor diferente a la mayoría de los otros pepinos.

El pepino armenio ha ganado popularidad en los últimos años. El fruto crece de 12 a 18 pulgadas de largo y de 2 a 3 pulgadas de ancho. La piel color amarillo verdoso es sin espinas con leves crestas. Cuando se les permite crecer demasiado antes de cosechar, los pepinos armenios tienden a ser de mala calidad. El pepino armenio tiene un sabor suave que mucha gente disfruta.

Calabaza

La calabaza es una de las favoritas en los jardines de Nuevo México. Es fácil de cultivar, nutritiva y baja en calorías. La

calabaza se puede comer cruda, frita, hervida, al vapor, horneada, e incluso se puede hacer en deliciosos pasteles.

La calabaza ha existido por mucho tiempo. Los arqueólogos han descubierto tallos, semillas y cortezas en antiguas viviendas de los acantilados del Suroeste, lo que indica que las calabazas se cultivaban desde el año 1.500-2.000 A.C.

La calabaza se divide en cuatro especies principales del género *Cucurbita*: *C. pepo*, *C. moschata*, *C. maxima*, y *C. argyrosperma*. Dentro de estas especies se encuentran las hortalizas comúnmente llamadas calabazas; por lo tanto, la calabaza y el zapallo no tienen ninguna diferencia biológica.

Sin embargo, para el huertero casero, la calabaza se clasifica normalmente como calabaza de verano o de invierno. La calabaza de verano incluye variedades que se comen habitualmente en una etapa inmadura cuando las semillas no están completamente desarrolladas y la corteza aún está tierna. Tipos como el calabacín, festoneado y amarillo de cuello torcido o amarillo de cuello recto son buenas calabazas de verano.

Cosechar calabazas de invierno cuando estén completamente maduras después de que la corteza se haya endurecido. En condiciones adecuadas, estas calabazas pueden almacenarse durante varios meses para su uso en el invierno. Las calabazas deben ser completamente coloreadas (generalmente de color naranja).

La calabaza espaguetis suele aparecer en los catálogos de semillas como una calabaza(squash), aunque en realidad es una calabaza(groud)¹⁸. Sus hebras fibrosas, parecidas a los espaguetis, pueden sustituir a los espaguetis, y es una excelente adición a los huertos de Nuevo México. Almacene la calabaza espagueti igual que a la calabaza de invierno.

Es importante proporcionar a la calabaza mucha luz solar, espacio, suelo rico y humedad. Plante las calabazas después del peligro de heladas ya que las plantas no toleran las temperaturas de congelación.

En las zonas donde el período libre de heladas supera los 150 días, los jardineros pueden hacer dos plantaciones de calabaza de verano. La calabaza de verano puede producir frutos comestibles 7 u 8 semanas después de la siembra. La calabaza de invierno requiere más tiempo, tomando 11- 17 semanas para madurar.

En general, los tipos de arbustos de calabaza se pueden plantar en colinas de 24-45 pulgadas. aparte, en filas de 36-60 pulg. aparte. Plantar cuatro o cinco semillas por colina. Después de que aparezcan las plántulas, aclare a las dos o tres mejores plantas. Los tipos de calabaza enredadera requieren más espacio para crecer. Distancie las colinas de 36 a 96 pulgadas de separación y en filas de 72 a 96 pulgadas de separación.

Irigar profundamente las calabazas. Evite el riego por aspersión o irrigación por lo alto, que promueve las enfermedades foliares como el oidio. Es normal que las hojas del calabacín se caigan ligeramente en los días calurosos

¹⁷La cucurbitacina (causante de eructos) es más alta en la piel del pepino. Pepinos sin eructos conocidos también como pepino inglés produce pepinos con pieles más finas,

¹⁸La diferencia entre Squash and Ground es que los últimos son utilizados para decoración.

y secos, pero se recuperan por la mañana. Si no es así, riegue las plantas.

La calabaza es una planta monoica, lo que significa que lleva flores imperfectas y unisexuales. Ambos sexos de flores crecen en la misma planta. Las flores masculinas (estaminadas) se estrechan en el tallo, mientras que las flores femeninas tienen un ovario hinchado, o calabaza en miniatura, en su base. Un concepto erróneo común es que debido a que la calabaza es un miembro de la misma familia que los pepinos, melones y sandías, estos vegetales se cruzan fácilmente. Este no es el caso.

La calabaza de invierno debe madurar bien antes de ser almacenada. Curar la calabaza de invierno almacenándola a 80-85 °F durante 10 días. Este proceso de curación endurece la corteza y cura cualquier superficie cortada. Después de curar, almacene la calabaza en un lugar seco y baje las temperaturas a 55-60 °F.

La calabaza de bellota se trata de manera diferente a otras calabazas de invierno. Se cosecha cuando la parte inferior de la fruta (donde toca el suelo) se vuelve amarilla a naranja (tipos verdes). No cure la calabaza de bellota. Almacénelas a 45-50 °F. Las altas temperaturas hacen que la calabaza pierda humedad y se vuelva fibrosa.

Melones

El melón y el melón de almizcle son prácticamente sinónimos; el melón de almizcle es el término utilizado en el Noroeste, mientras que el melón se utiliza comúnmente en otras partes del país. Los melones crecen mejor y desarrollan el mejor sabor en climas cálidos y secos, haciendo de Nuevo México un lugar ideal para ellos.

Los melones se desempeñan mejor en suelos moderadamente arenosos. Se planta por siembra directa después del peligro de heladas. Sembrar 3-6 semillas en colinas separadas de 4-6 pies. Aclarar a las mejores dos o cuatro plántulas. La semilla también se puede plantar a 1/2-3/4 pulgada de profundidad, dejar a 12 pulgadas, de distancia en filas de 60-84 pulgadas de ancho.

Cuando están maduros, los melones suelen tener una red áspera en la corteza y una pulpa de color naranja con un aroma distintivo. A medida que el melón madura, el color bajo la red se vuelve amarillo y se desarrolla una grieta alrededor del tallo donde se une a la fruta. Cuando madura, el tallo se separa del melón con poca o ligera presión. Esta etapa se llama la “etapa de deslizamiento completo”, y los melones tienen su mejor sabor en este momento.

El melón de miel tiene una corteza lisa y marfil y una carne gruesa de color verde claro. El melón es dulce, pero carece del sabor característico del melón. Las frutas pueden pesar 6 libras o más.

El casabe es un melón con un sabor verdaderamente distintivo. Cuando madura, la corteza exterior se vuelve de un amarillo dorado brillante y arrugado. Su pulpa es gruesa y blanca, y el melón tiene un sabor almizclado. Si se almacena en un lugar fresco y seco, el casabe se conserva bien

durante un mes o más después de la cosecha. Es el favorito de muchos nativos de Nuevo México.

El melón Crenshaw suele tener una carne rosa salmón. Los melones son grandes y ovalados y puntiagudos en el extremo del tallo. Pueden pesar hasta 14 libras.

Las sandías también son miembros de la familia de las cucurbitáceas. Debido a que requieren una larga temporada de crecimiento, elija una variedad de maduración temprana en áreas con temporadas de crecimiento más cortas. Las sandías requieren más espacio para esparcirse que los melones, al menos de 8 a 10 pies.

Es difícil determinar cuándo una sandía ha alcanzado la madurez y está lista para ser cosechada. Algunos jardineros miran el zarcillo más cercano al melón. Cuando el zarcillo se vuelve marrón y se seca, es una indicación de madurez. Sin embargo, esta indicación no siempre es exacta porque el zarcillo a menudo se seca entre 7 y 10 días antes de que el melón esté completamente maduro, o el zarcillo puede haber tenido insectos o daños mecánicos que causaron que se secase.

Algunos jardineros usan el sonido como guía. Cuando se golpea, una sandía verde da un zumbido; cuando está madura, da un sonido sordo. Esta técnica requiere práctica.

Tal vez el signo más seguro de la madurez es la aparición de la superficie inferior donde el melón ha descansado en el campo. A medida que la sandía madura, la mancha del suelo se vuelve de un rico color amarillo banana.

Maíz

El maíz dulce es muy popular entre los jardineros del patio trasero debido al insuperable sabor fresco del maíz cultivado en casa. La etapa de espiga de tostado no dura mucho tiempo, por lo que se recomienda plantar sucesivamente o plantar diferentes variedades que maduren en diferentes momentos para una cosecha continua.

El maíz es polinizado por el viento. El polen de las borlas de una planta fertiliza la seda de otra. Para asegurar una buena polinización, plante el maíz de la misma variedad en bloques de varias hileras cortas, en lugar de plantar una o dos hileras largas. El maíz también puede plantarse en colinas con tres o cuatro plantas por colina para asegurar una buena polinización.

El polen de varios tipos y variedades de maíz puede contaminar el maíz dulce, haciendo que los granos se vuelvan almidonados y pierdan su dulzura. Esto es especialmente cierto en algunas nuevas variedades extradulces. Separe las variedades de maíz dulce para asegurar la máxima calidad y sabor.

Planta maíz dulce en el huerto después de que la tierra se caliente en la primavera. Plante el maíz a una profundidad de 1 a 2 pulgadas, con una separación de 3 a 4 pulgadas. Plantas delgadas con tallos individuales separados por 8-12 pulgadas. Las variedades extra o súper dulces de maíz dulce deben plantarse a 1/2-1 pulgada de profundidad y dos semanas más tarde que el maíz dulce regular para una buena germinación.

Cosechar maíz dulce cuando los granos están en etapa lechosa. En esta etapa, las sedas son marrones y secas. Los granos están completamente expandidos, pero son tiernos y llenos de un jugo opaco y lechoso.

El maíz dulce regular pasa rápidamente por su primo. Si la cosecha se retrasa, los granos se vuelven duros y almidonados y pierden su sabor dulce. El maíz dulce también pierde calidad rápidamente después de ser cosechado. Cuanto antes se prepare el maíz después de la cosecha, mejor será el sabor. Para mejorar la dulzura, plantar variedades extra o superdulces.

Las palomitas de maíz se manejan de la misma manera que el maíz dulce. Muchas variedades van bien en Nuevo México. Algunas variedades tienen granos amarillos, mientras que otras tienen granos blancos. Las palomitas de fresa tienen pequeñas espigas color rojo caoba que parecen fresas grandes. Elija una variedad sin cáscara que produzca más de una mazorca por tallo. Coseche las mazorcas de palo-

mitas de maíz cuando los tallos y las hojas estén completamente secos. Después de quitar las espigas, cúralas durante unas tres semanas en una zona seca y bien ventilada. Las orejas están listas para descascarar cuando los granos se desprenden completamente secos. Almacene los granos desgranados en contenedores bien cerrados.

Okra

El quimbombó o Okra es un cultivo tropical, pero se puede cultivar con éxito en la mayoría de las zonas de temporada cálida del estado donde la temperatura media es de 65-95 °F. Las variedades van desde altas a enanas, con vainas lisas o estriadas. En relación con el algodón, es susceptible a la mayoría de las enfermedades del algodón como el Verticillium y el Fusarium wilts. Sólo una flor al día se abre en un tallo dado, formando un fruto de color verde a blanco cremoso. Cosecha las vainas cuando son relativamente pequeñas (3-4 pulgadas de largo) y tiernas.

El autor original: Ricardo Gómez, Horticultor de Extensión. Posteriormente revisado por James R. Sais, Horticultor de Extensión; y George W. Dickerson, Especialista en Horticultura de Extensión.



Sara Moran es la actual agente hortícola para el condado de Bernalillo. Originaria de El Salvador, obtuvo su B.S. en la Universidad Agrícola Panamericana Zamorano, Honduras y su M.S. en horticultura en la Universidad del Estado de Nuevo México. Como extensionista, se enfoca en el área de jardinería y huertos urbanos.



Karla Méndez, MSc. Es consultora Independiente en el área de Socioeconomía y Desarrollo Ambiental. Obtuvo su M.S. en Socioeconomía Ambiental en el Centro Agronómico Tropical de Investigación y Enseñanza (CATIE), en Costa Rica y su B.S. en la Universidad Agrícola Panamericana Zamorano, Honduras. Su pasión es el compostaje y la agricultura urbana que practica y comparte en su iniciativa "compostar para cosechar".



Stephanie Walker es la especialista en Vegetales de la Universidad del Estado de Nuevo México (NMSU - en Inglés). Sus investigaciones se enfocan en genética y producción de chiles, cosecha mecánica de vegetales, mejora de la pigmentación en chiles, calidad de cosecha y riego eficiente. También cuenta con amplia experiencia en el área de procesamiento de alimentos. Stephanie colabora con productores de vegetales comerciales, les proporciona información y realiza investigaciones que contribuyen a la mejora de la sostenibilidad y rentabilidad de estos cultivos.

El contenido de las publicaciones puede reproducirse con propósitos educacionales. Todos los derechos reservados. Para permiso del uso de las publicaciones con otro fin o propósito, por favor contacte pubs@nmsu.edu o los autores de la publicación.

La Universidad Estatal de Nuevo México (por sus siglas en inglés NMSU) acata las pautas de acción afirmativa y de oportunidad equitativa en el empleo y en la educación. Este proyecto es una colaboración entre NMSU y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.