

## CONSEJO DEL DÍA

### CONSEJO 22: CONSEJOS SOBRE HORTICULTURA. BALCONES Y TERRAZAS



Son muchas las personas que aprovechan hasta el rincón más pequeño para cultivar hortalizas en sus balcones y terrazas. De hecho, esta práctica tiene muchos beneficios:

- Imposible encontrar verduras más frescas.
- ¡Del balcón al plato!: las verduras las tenemos a nuestro lado y podemos recogerlas en el mismo momento de preparar nuestros platos.
- Como las plantas de flor, las verduras también pueden cumplir una función ornamental.
- Merece la pena implicar en esta actividad a los niños/as: cultivar en macetas y jardineras es una práctica muy adecuada y enormemente didáctica para los más pequeños de la casa.

En verano, es muy habitual ver cultivos de tomate, pimiento y otras hortalizas en balcones y terrazas. En invierno, por el contrario, suelen estar más vacíos y tristes.

Pero existen hortalizas que se pueden sembrar y plantar fácilmente en balcones y terrazas en otoño, para consumirlas en invierno: **son las verduras de hoja**. Muy apropiadas para consumirlas crudas, y que proporcionan a nuestras ensaladas, sabores, formas y colores diversos.

Estos cultivos necesitan como mínimo medio día de sol, pero no nos quitan demasiado espacio: es suficiente con plantarlos en macetas de 20-25 cm de diámetro o en jardineras típicas para plantas de flor. Además, necesitan una tierra suelta y bien abonada, y ¡ya está!.

Los balcones que están siempre en sombra no permiten cultivar hortalizas; solo resistirán la sombra algunos arbustillos de fruto pequeño como la frambuesa, la grosella o el arándano.

#### En general:

Las hortalizas de hoja o tallo resisten un poco de sombra: lechuga, escarola, rúcula, canónigo, acelga, espinaca, borraja, col, etc.

Las hortalizas de raíz necesitan un poco más de sol: rabanito, nabo, remolacha, zanahoria, etc.

Las hortalizas de fruto necesitan un lugar bien soleado: tomate, pimiento, berenjena, calabacín, etc.

Aunque la mayoría de las plantas aromáticas prefieren lugares bien soleados, algunas resisten en lugares de semi-sombra: perejil, cilantro, menta, melisa.

Es mejor evitar el cultivo de hortalizas altas o trepadoras (guisante, vainas, etc.) en balcones ventosos.

### ¿Qué tierra debemos utilizar para cultivar hortalizas en el balcón?

Necesitamos una tierra suelta, bien abonada y con capacidad de retener el agua de riego.

Podemos prepararla nosotros/as mismos/as mezclando fibra de coco, perlita, vermicompost o humus de lombriz y vermiculita.

Podemos utilizar un sustrato comercial o tierra vegetal, pero en ambos casos, es muy recomendable mezclar humus de lombriz.

### ¿Qué maceta utilizar?

Según el sitio disponible:

Si no tenemos demasiado sitio podemos utilizar las macetas y jardineras colgantes que se utilizan habitualmente para plantas de flor.

Si tenemos algo más de sitio, se pueden usar macetas o jardineras colocadas sobre el mismo suelo del balcón. Cuanto mayor volumen tengan, más especies diferentes de hortalizas podremos cultivar.

Estas son las macetas mínimas que necesitan algunas hortalizas:

Rabanito, fresa, remolacha, cebolla, ajo, plantas aromáticas, espinaca, zanahoria, lechuga: pueden cultivarse en macetas pequeñas de 1-5 litros de volumen.

Vaina, maíz, brócoli, coliflor: macetas medianas de 5-15 litros de volumen.  
Pepino, calabacín, acelga, pimiento, berenjena, tomate: maceta grande de más de 15 litros de volumen.