
Llévate un trocito de campo a casa (Cultivo Ecológico y Sostenibilidad)

29, agosto



En la Finca San Agustín cultivamos, en casi un millón de metros cuadrados que tiene la Finca, caquis, almendros y olivos en cultivo ecológico. También en nuestro jardín cuidamos olivos y moreras. El contacto con la naturaleza en un sentido respetuoso es uno de nuestros sellos destacados y casi una forma de vida, y producimos así alimentos de gran calidad. Por ello, **para los que disfrutan de actividades tranquilas y tienen nostalgia de la vida en el campo**, os traemos algunos consejos que os sirven para llevaros un trocito de naturaleza con vosotros, creando **un huerto en casa**. Y es que aunque no tengáis un jardín extenso o viváis en el campo, podéis cultivar también y tener vuestro propio rincón ecológico y plantar hierbas y alimentos para el consumo.

Además, plantar en casa puede convertirse en una actividad relajante que nos aleje del ajetreo y el estrés del ambiente diario. También convertiréis vuestra casa en un hogar más sostenible y acabaréis por estar orgullosos de obtener alimentos que habréis cuidado y mimado. Conectareis de nuevo con la naturaleza a un nivel profundo y también **aprenderéis mucho sobre el crecimiento de los vegetales y su tiempo de vida**. Por eso es una actividad especialmente interesante para hacer con niños.

Ya sea en un patio interior, un balcón, terraza o junto a una ventana, hay que pensar en el espacio que queremos dedicar a nuestro huerto. Para hacer huertos urbanos hay muchas opciones hoy en día: se pueden hacer jardines verticales, cultivar en macetas o jardineras, en cajones de madera, mesas de cultivo... Todo depende del espacio que tengáis disponible, pero no dudéis de que existen opciones adaptables a todo -incluso macetas colgantes-.

En cuanto a qué cultivar, **os aconsejamos empezar por los cultivos que nazcan de semillas y que no requieran excesivos cuidados**, para después ir avanzando hacia cultivos como los tomates o los pepinos, por ejemplo, más delicados. Aunque, para que vuestro huerto se desarrolle,

acordaos que todas las plantas deben recibir suficiente luz solar.

Empezar por las plantas aromáticas irá bien para entrenarse en el cultivo. La menta, la albahaca, el cilantro o el perejil son fundamentales en la cocina, y ahora podrás tener tu propio aprovisionamiento. **La menta, por ejemplo, es muy fácil de cultivar**. En regiones soleadas, como es la Comunidad Valenciana, puede crecer en invierno también. Es una hierba resistente y fácil de mantener, aunque hay que evitarle el sol directo. Se adapta también a cualquier tipo de suelo, aunque prefiere los húmedos. Se puede sembrar de primavera a otoño, y se cosecha en verano. **Otras hierbas como la albahaca también son famosas por crecer bien fuera del campo**, y además de servir para tus comidas, también irá bien con los cócteles que prepares, y aromatizará la casa. Recomendamos plantarla en forma de semillas. Tiene que estar al sol y bien regada, pero protegida del frío y del viento, por lo que es perfecta para tener dentro de casa. **Para plantar el cilantro en el interior hay que tener en casa una temperatura estable**, y hay que situar la planta donde reciba al menos 4 horas de luz. Hay que tener en cuenta que es muy sensible sobre todo a las fuertes bajadas de temperatura. Mientras, **el perejil conviene plantarlo en verano, pues crece más rápido**, aunque se puede hacer todo el año. Necesita algunas horas de luz, pero no directa, y tampoco es bueno que el frío la afecte, así que se convierte en otra hierba perfecta para cultivar dentro del hogar.

Más tarde podemos atrevernos ya con los vegetales. Por ejemplo, **el ajo, un cultivo que también se puede plantar dentro de casa**, aunque debe estar en un lugar en el que le de la luz del sol al menos durante 8 horas. Proporcióname un buen drenaje en la maceta y no le pongas excesiva agua. Para sembrar, es tan simple como plantar un diente de ajo o varios si se deja bastante distancia entre ellos en la maceta, y mejor si se hace en los meses de verano, para que reciba más luz del sol. Se pueden recoger pasados unos 10 meses aproximadamente. Por otro lado, ahora que aún queda verano, es la estación ideal para sembrar judías verdes. **Solo hay que asegurarse de que no se congelen con bajas temperaturas nocturnas**, y que reciban suficiente agua durante el día para protegerlas del excesivo calor.

También puedes preparar ya tus cultivos de otoño, como las habas, la lechuga, los guisantes, las acelgas... Esta última es una planta que tolera periodos a la sombra, por lo que no necesita que estemos pendientes de situarla al sol constantemente, aunque, como otras plantas, prefiere los lugares soleados. Es muy resistente y no necesita grandes cuidados. Se puede sembrar de primavera a otoño. Hay que proporcionarle un buen drenaje de tierra, aunque se adapta casi a cualquier suelo.

Es importante tener en cuenta que en verano las condiciones de cuidado de nuestro huerto cambian. **Muchas plantas dan fruto en verano o florecen, y también hace más calor, por lo que el agua se evapora antes** y hay que estar pendiente del riego. Además, durante todo el año hay que estar atento a las posibles plagas o enfermedades. Y para regar, lo mejor sigue siendo una regadera o manguera. Hay que regar poco a poco y no encharcar la planta.

Esperamos que estos consejos y pequeñas ideas os animen a crear vuestro propio huerto en casa y que así podáis disfrutar de un pedacito de campo, igual que nosotros y nuestros visitantes disfrutamos de la Finca San Agustín. ¡Y además tendréis unos vegetales estupendos para cocinar!