

ZANOHORIA

Zanahoria

Daucus carota var. sativus

Apiaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Descripción

Las zanahorias se han cultivado en Asia Occidental desde el siglo X A.D. Originalmente su único uso fue medicinal. En general, las zanahorias son un cultivo de climas templados. La variedad Danvers 126, una variedad de 60-70 días, funciona bien en suelos pesados y arcillosos. Scarlet Nantes es una variedad de polinización abierta con raíces naranjas brillantes, ligeramente cónicas de unas 6 pulgadas de largo.

Usos

Las raíces dulces se comen crudas o cocidas, aunque todas las partes de la planta son comestibles. En Java, a veces se comen las hojas. Tanto las copas como las raíces se han utilizado como forraje para animales y ganado.

Nombres comunes

- Inglés
 - Carrot
- Francés
 - carotte

Cultivo

- **Elevación:** Para obtener rendimientos económicos, las zanahorias deben cultivarse en regiones tropicales en altitudes superiores a 1200 m (4000 pies) o durante los fríos meses de inviernos subtropicales
- **Precipitación:** precipitación media de 310-410mm (12-16 pulgadas)
- **Temperatura:** 10-30C (50-86F)
- **Suelo:** bien drenado, fértil y de textura arenosa

Las pequeñas semillas de la zanahoria germinan mejor durante la primera parte de la estación fresca. Siembre en suelo ligero y bien drenado o en crestas elevadas para permitir que la raíz grande se expanda y alargue. Mantenga las malezas precoces bajo control y proporcione un suministro constante de humedad. En tierra pesada y arcillosa, se puede colocar una tabla sobre la hilera hasta que la mayoría de las semillas hayan germinado. El crecimiento rápido produce mejores zanahorias con mejor textura. Siembre 3-4 semillas cada 5 cm. (2 pulgadas) a una profundidad de 1 cm (½ pulgada). Las semillas de un cultivo de raíces de rápido crecimiento como los rábanos se pueden mezclar con las semillas de zanahoria. Cuando se van cosechando los rábanos las zanahorias se desahíjan. En los trópicos, es posible que requieran un poco de sombra por la tarde.

La cosecha y producción de semillas

Las zanahorias se pueden cavar o "levantar" del suelo con una horquilla cavadora, 90-110 días después de la siembra. Esta cosechada seguirá siendo comestible después de varios meses si se mantiene a .5° C (33° F). Después de una helada, las zanahorias se pueden dejar en el suelo con una cobertura de paja y cosechadas antes de que el suelo se congele. Los rendimientos de las semillas aumentan significativamente colocando colmenas cerca del campo durante la floración.

Plagas y Enfermedades

Debido a que el apio es de la misma familia de las zanahorias, no siembre un cultivo tras otro ya que son susceptibles a las mismas enfermedades y plagas. La plaga de la *Alternaria* desfoliará las zanahorias en clima cálido y húmedo. La putrefacción bacteriana se debe al mal drenaje. Si hay evidencia de estas enfermedades o del nematodo del nudo de la raíz, antes de sembrar la cosecha de la próxima estación, sería prudente rotar el cultivo de la zanahoria a una nueva ubicación. Excavar la materia orgánica en el suelo y plantar en crestas o camas elevadas puede reducir el daño de los nematodos.

Cocina y Nutrición

Las zanahorias contienen gran cantidad de caroteno, que el cuerpo convierte en vitamina A, por lo cual es un cultivo muy valioso para que la familia cultive en su jardín. Cuando se consume cruda, la mayor cantidad de caroteno se conserva porque la vitamina A es soluble en agua y puede ser desechada en el agua de cocción. Las raíces se pueden usar para hacer jugo, jarabe dulce, o una bebida fermentada. La harina se hace de parte de las raíces secas y trituradas, o las tapas y las raíces se pueden agregar a sopas o guisados.

Referencias

<http://ecocrop.fao.org/ecocrop/srv/en/cropView?id=871>