

ENELDO

Anethum graveolens

Apiaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Descripción

El eneldo es una planta anual que ha sido cultivada por siglos desde el Mediterráneo hasta el sur de Rusia. Tanto las semillas como las hojas del eneldo son usadas para cocinar. En la actualidad crece naturalmente de manera silvestre al lado de los caminos y en lugares de desechos en América del Norte, América del Sur y la India. Es familiar del anís, la alcaravea, el cilantro, el comino y el hinojo. Es una planta de 60-100 cms de altura (24-40”), de ramificación libre, verde azulosa, con hojas plumosas, con flores amarillas en grupos con forma de sombrilla. Todas las partes de la planta son de sabor acre y ha sido usada con fines medicinales como una solución estimulante y calmante para inducir el sueño. Un cocimiento de hojas de eneldo en agua aún es llamado “agua de gripe” usada para aliviar la indigestión de los bebés. El eneldo es popular para cocinar y preservar y para atraer insectos benéficos. Las larvas de oruga Swallowtail se encuentran únicamente en las plantas de eneldo. Las crisopas y las moscas sírfidas son atraídas por el polen del eneldo y también se alimentan de los áfidos chupadores.

Usos

Todas las partes de la planta tienen un sabor fuerte y se ha utilizado con fines medicinales como estimulante y solución calmante para inducir el sueño. El eneldo es popular para cocinar y en conservas y para atraer insectos benéficos. Las larvas de oruga de cola de golondrina se encuentran solo en las plantas de eneldo. La crisopa y la mosca sírfida (también llamadas moscas flotantes) se sienten atraídas por el polen de eneldo y también se alimentan de pulgones chupadores de plantas. El aceite se puede destilar de las semillas el día que se cortan las cabezuelas y se puede utilizar para dar sabor.

Nombres comunes

- Inglés
 - Dill
- Portugués
 - Endro
- Francés
 - aneth

Cultivo

El eneldo puede sembrarse por voleo o sembrándolo en surcos; no se transplanta bien. Mantenga la cama de semillas húmeda hasta la germinación, luego riegue en forma moderada de ser necesario. El eneldo se propagará a sí mismo si se deja que produzca semillas. La planta prefiere suelos moderadamente ricos, precipitaciones de 50-150 cms (20-60”) anuales y temperaturas de 7.2- 29.4°C (45-80°F). Aunque el eneldo prefiere pleno sol, en períodos seos y calientes florece rápidamente, de manera que sembrarlo durante los meses más frescos si es posible es importante en los trópicos.

La cosecha y producción de semillas

Las hojas del eneldo (eneldo) deben cortarse justo antes de la floración y secarse sobre una rejilla en un área fresca y sombreada. Las semillas deben dejarse en la planta para que maduren. La cabezuela de semillas puede cortarse, secarse al sol por unos días o colgarse para secarlas en un sitio oscuro. Las semillas se desprenderán cuando estén secas y deben almacenarse en contenedores muy bien tapados en un sitio fresco y oscuro. Se destila aceite de las semillas el día en que se cortan las cabezuelas.

Plagas y Enfermedades

El eneldo por lo general se encuentra libre de enfermedades pero ocasionalmente es atacado por áfidos.

Cocina y Nutrición

Las hojas frescas del eneldo son la parte más aromática de la planta usada para cocinar. Las hojas y las semillas pierden sabor cuando son cocinadas por lo que es mejor añadirlas al final. Los platillos escandinavos y rusos utilizan mucha semilla de eneldo. En todo el mundo es usado para dar sabor a los pepinillos, al vinagre, a platillos a base de pescado, al pan, sopas, salsas, quesos y al curry.

Referencias

<http://ecocrop.fao.org/ecocrop/srv/en/cropView?id=7209>