

PEREJIL

Petroselinum crispum

Apiaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Origen

El perejil es nativo del sur de Europa y ahora se cultiva en todas las áreas templadas del mundo y en algunas áreas tropicales con estaciones frías. Los romanos comenzaron a usar perejil ya en el siglo III a.C. Sus usos más antiguos fueron medicinales, frescos o en lociones como primeros auxilios para picaduras de insectos, como repelente de mosquitos, laxante suave, diurético y tratamiento de infecciones de ojos, oídos y dientes. Masticar perejil fresco puede limpiar la boca y contrarrestar el olor fuerte de los platos con ajo. En las regiones templadas, el perejil es bienal, comienza el crecimiento vegetativo en la primera temporada, pasa el invierno y luego florece en la temporada siguiente. En regiones tropicales no florecerá ni producirá semillas. Se usa comúnmente como guarnición o se agrega a platos cocinados para darle color, sabor y nutrición. Es una de las hierbas más utilizadas en América.

Nombres comunes

- Inglés
 - Parsley
 - Flat Leaf Parsley
 - Italian Parsley
 - Curly Parsley
 - Continental Parsley

Cultivo

Las semillas de perejil son pequeñas y tardan en germinar, de 7 a 15 días o más. Las semillas deben remojar en agua durante la noche, sembrarse en un suelo rico en humus, bien regado, y en los trópicos a la sombra de las fuertes lluvias y el sol de verano. El perejil puede sembrarse en las estaciones frías, al final de las lluvias o en las áreas de llanura antes de que comience el clima fresco. Las semillas pueden comenzar en el interior y luego trasplantarse al campo a una distancia de 30 cm (1 pie). Para pasar el invierno, después de una fuerte helada, cubra las plantas con mantillo/mulch.

La cosecha y producción de semillas

Las hojas deben cosecharse con frecuencia para estimular un nuevo crecimiento. Las hojas frescas pueden almacenarse en un área fresca con los tallos en agua o envueltos en toallas húmedas. Secar las hojas y almacenarlas en un recipiente hermético, lejos de la humedad y la luz, aumenta considerablemente el tiempo de almacenamiento. Cuando las semillas se vuelven marrones en la planta, las maduras se pueden sacudir sobre un recipiente o se puede cortar toda la planta y guardarla en un lugar seco durante una semana para que se cure. Incluso en las mejores condiciones, frescas, secas y oscuras, las semillas de perejil no se conservarán más de dos años, por lo que es mejor cosechar las semillas anualmente.

Plagas y Enfermedades

Las plantas de perejil son muy susceptibles a los nemátodos agalladores y luego a infecciones secundarias de pudrición de la agalla y de la raíz.

Cocina y Nutrición

El perejil es muy rico en vitamina A, C, hierro, yodo, magnesio y varios minerales. Las variedades de hoja plana son más sabrosas para usar en la cocina, las variedades de hoja rizada son guarniciones comunes. *Aethusa cynapium* (perejil bastardo, perejil de perro, perejil loco, perejil traído) es una variedad silvestre que no debe confundirse con el perejil comestible.

Referencias

<http://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/PlantFinderDetails.aspx?taxonid=276060&isprofile=0&letter=P>

<http://ecocrop.fao.org/ecocrop/srv/en/cropView?id=1661>