

BROCOLI CHINO

Repollo Chino

Brassica oleracea var. alboglabra

Brassicaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Descripción

El repollo es un vegetal resistente y de hoja que forma una cabeza compacta y redonda. Es nativa del sur de Europa, pero se puede cultivar en zonas tropicales o semi-tropicales en las tierras altas más frías, donde los inviernos son moderados y con buen suministro de humedad.

Origen

Los griegos y los romanos usaban el brócoli chino como verdura hace 2,500 años. Se cree que su origen es la costa atlántica de Europa y el Mediterráneo, aunque ahora se cultiva ampliamente en Australia.

Usos

El repollo es un cultivo de jardín con valor comercial ya que es fácil de cultivar, transportar y almacenar.

Nombres comunes

- Inglés
 - Chinese Broccoli

Cultivo

- **Elevación:** crece mejor en tierras altas mayores de 800 m (2624 pies).
- **Lluvia:** 380 - 500mm; tiene un sistema de raíces poco profundo, necesita humedad durante todo su ciclo de crecimiento. Se recomienda el mantillo pesado para retener la humedad del suelo.
- **Suelo:** Crece mejor en suelos con alto contenido orgánico, pH de 6.5-7.5. Los suelos ácidos necesitan cal antes de la siembra.
- **Rango de Temperatura:** La mejor formación de la cabeza ocurre a temperaturas diurnas promedio de 15-20 ° C (59-68 ° F) con temperaturas nocturnas de al menos 5 ° C (41 ° F) o menores; tolera heladas lleves. El calor puede hacer que las cabezas se rompan.

Las semillas de las variedades tempranas pueden ser iniciadas en el interior y trasplantadas al jardín dentro de 4-5 semanas, cuando las plántulas tienen 4-6 hojas. Las semillas sembradas directamente en el jardín debe de tener 40-50cm (15-19 pulgadas) x 55-60 cm (21-23 pulgadas) de separación. Las variedades tempranas pueden formar cabezas en 60 días mientras que las variedades tardías pueden tomar hasta 120 días. La densidad de la siembra determina el tamaño de las cabezas.

La cosecha y producción de semillas

Las plantas maduras de la col pueden permanecer en el suelo, cubiertas por hojas o paja hasta después de la helada pero antes de la congelación dura. Otras opciones para el almacenamiento incluyen el cavar un hoyo de 3 pies en un área sombreada, cubrir el fondo con hojas de neem y 3 pulgadas de arena. Arranque la planta entera, apilar las cabezas juntas, con la parte de debajo de la planta colocada hacia arriba. Cubra las plantas con una capa de 7.5cm (3in) de hojas frescas de plátano y 20 - 25cm (8-10in) de tierra. Riegue ligeramente dos veces por semana. La col puede mantenerse durante 6 meses.

El repollo raramente establece semillas en el trópico ya que se requieren temperaturas bajas durante muchas semanas. Los tallos de semilla se pueden formar la segunda temporada cuando las temperaturas entre las estaciones están por debajo de 10 ° C (50 ° F) durante 30 días o 15 ° C (60 ° F) durante 60 días. Coseche las vainas secas, colgarlas en la sombra, encima de un paño durante una semana. Después de sacar las semillas, estas se pueden almacenar durante 4-6 años en condiciones secas y frescas.

Plagas y Enfermedades

Las larvas de mariposas y moscas que se alimentan de repollo se están volviendo resistentes al rocío BT. Trate de espolvorear con harina temprano en el día, remojando con leche agria, extendiendo cenizas de madera en el suelo, rociando con líquidos que contienen aceite de neem, ajo, pimientos picantes, rábano picante y detergente líquido. También trate de sembrar "cultivos de trampa", como la mostaza, alrededor del perímetro de la cosecha.

Cocina y Nutrición

El repollo se come crudo en ensaladas, escabechado como chucrut y cocido en sopas y guisos. Bajo en calorías y grasa, rico en vitaminas B, C, calcio y fósforo, la col debe ser mínimamente cocinada para retener sus nutrientes.

Referencias

[Plants for a Future \(Plantas para un futuro\)](#)