

REMOLACHA

Beta vulgaris subsp. vulgaris

Chenopodiaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Descripción

Las remolachas son un vegetal resistente, de temporada fresca, con hojas comestibles y una raíz carnosa, de raíz roja profunda.

Usos

Las remolachas de mesa se cosechan para el consumo humano. Su pariente, la remolacha azucarera tiene un mayor porcentaje de azúcar en su raíz y se procesa para la azúcar granulada. La pulpa de remolacha que sobra alimenta al ganado.

Nombres comunes

- Inglés
 - Beets
 - Beetroot
 - Garden Beet

Cultivo

Las semillas de la remolacha deben sembrarse al inicio de la estación fértil cuando la temperatura del suelo es de 18-20 ° C (64-68 ° F) a 1.5-2.5 cm (½- 1 pulgada) de profundidad. La distancia entre las semillas depende de qué parte de la planta se prefiere para comer. Las remolachas que miden 4-5 cm (1,5 pulgadas) de diámetro son de tamaño comercializable.

- **Elevación:** A 600m (1968 pies) y más, se produce el desarrollo de las raíces.
- **Lluvia:** Con lluvias moderadas de 300 mm (12 pulgadas) las remolachas no requieren riego debido a su raíz profunda, pero no toleran el suelo con agua.
- **Suelo:** las remolachas prosperan en un suelo franco rico y bien drenado a pleno sol. Ellas toleran algo de salinidad y prefieren un rango de pH de 6-8.
- **Temperatura:** 16-20 ° C (61-68 ° F), las temperaturas más bajas aumentan el espesor de la hoja. Las remolachas toleran temperaturas más cálidas que las espinacas, no más de 25 ° C (77 ° F), pero se atornillan si la temperatura es inferior a 10 ° C (50 ° F) durante dos semanas.

La cosecha y producción de semillas

Dentro de los 70 días de la siembra, las remolachas se pueden cavar y almacenar durante 4-6 meses a temperaturas de 0-4,4 ° C (32-40 ° F) y 90-95% de humedad. Las hojas pueden ser cosechadas hasta el conjunto de semillas cuando se ponen amargas. Como bienales, las remolachas no fijan semillas hasta una segunda temporada de crecimiento. Si se deja en el suelo sin congelación, las remolachas enviarán un tallo de flor la siguiente temporada de crecimiento. Cuando las semillas se tornan color marrón claro, los tallos pueden cortarse, colocarse en una bolsa de tejido abierto y secarse más. Caminar sobre la bolsa separará las semillas de los tallos. La semilla también se puede ahorrar de las remolachas que se han cavado de la tierra, sostenidas durante la estación del invierno bajo condiciones húmedas en apenas sobre congelar y plantado en la estación siguiente. Las semillas almacenadas en un lugar fresco, seco y oscuro pueden ser viables de 4-6 años.

Plagas y Enfermedades

Los hongos de la pudrición de la raíz aumentan en suelo fresco y mojado. La siembra de remolachas en las crestas, con buena separación de las semillas para permitir buena circulación del aire y rotando los cultivos de remolacha con los cultivos de grano puede desalentar el crecimiento del hongo.

Cocina y Nutrición

Las hojas verdes son la parte más nutritiva de la planta. Cuando están crudas o ligeramente cocidas al vapor, contienen altos niveles de Vitamina A, Vitamina C, hierro, calcio y potasio. La raíz puede comerse cruda, cocida, encurtida o enlatada. Las remolachas deben cocerse sin quitarles la cáscara, con 1" (pulgada) de los retoños y toda la parte de raíz primaria para que retengan la característica del color, así como el potasio y la vitamina A.