

# CALABACÍN (ZAPALLO)

*Cucurbita pepo*

Cucurbitaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

## Descripción

Se cree que Colombia y México son los países de origen. El calabacín se distinguen de todas las demás calabazas porque se comen cuando está inmaduro. Crece como enredadera o arbustos con hojas grandes peludas por debajo. Tiene una piel suave y comestible, pulpa que varía de verde claro a verde oscuro o naranja y semillas que son suaves y comestibles. Es productor consistentes de un cultivo que tiene una gran variedad de formas, colores y tamaños. Estas hortalizas se cultivan principalmente como alimento para los seres humanos, pero se pueden dar al ganado como forraje.

## Nombres comunes

- Inglés
  - Summer Squash
  - Patty Pan Squash

## Cultivo

Las semillas deben sembrarse a 1 pulgada de profundidad en un suelo rico y bien drenado cuando la temperatura del aire haya alcanzado los 20 ° - 30 °C (68° - 87°F) y las temperaturas nocturnas no menos de 18°C (65°F). Se prefieren suelos con pH de 5.6 - 6.8, así como sol todo el día con buena circulación de aire y alta humedad. Muchas enfermedades están asociadas con hojas mojadas, tallos mojados y suelos anegados. El mantillo/mulch, especialmente el plástico negro, frenará las malezas, aumentará la temperatura del suelo al principio de la temporada y conservará la humedad. Aunque el calabacín se han cultivado a una altura de 2,200 m (7,180 pies) en México, son más comunes en elevaciones más bajas con temperaturas cálidas.

## La cosecha y producción de semillas

Dos o tres meses después de la siembra desde la semilla, las flores se caen, los calabacines miden 17-20 cm (7-8 pulgadas) de largo y están listos para cosechar. Se debe tener cuidado ya que la cáscara estará tierna y se perforará fácilmente con la uña. La cosecha cada 2 o 3 días mantendrá la planta en producción. Si conserva semillas, el calabacín se puede dejar en los tallos por más tiempo, luego recogerse y curarse en un área húmeda fresca (50 %) durante 4 días. Luego, las semillas se pueden separar de la pulpa adherida al aplastar toda la verdura y sumergiendo todo en agua donde las semillas se hundirán hasta el fondo. Las semillas deben secarse completamente en un lugar cálido y bien ventilado hasta que estén lo suficientemente quebradizas como para romperse. Las semillas de cucurbita pueden almacenarse en un lugar oscuro y fresco en un recipiente hermético hasta por 10 años.

## Plagas y Enfermedades

Las plantas de la familia Cucurbita son susceptibles a más de 48 enfermedades causadas por hongos, bacterias y virus, así como a numerosas plagas. Las precauciones deben ser: uso de variedades genéticamente resistentes, cavar profundamente el suelo antes de sembrar, colocar las plantas a una distancia de 1 a 1.25 m (3 a 4 pies), usar mantillo plástico negro, cubrir las plantas con una tela de malla fina hasta que florezcan, eliminar y matar larvas y huevos y eliminar con rapidez cualquier planta infestada. No plante cultivos de cucurbitáceas en el mismo campo año tras año, ya que muchos de los organismos nocivos pasan parte de su vida bajo tierra.

## Cocina y Nutrición

Las flores, los tallos tiernos, las semillas y las raíces de algunas variedades se comen, cocidas y crudas. Las semillas ricas en aceite y proteínas se tuestan y se muelen para obtener harina. La pulpa oscura de cualquier variedad de calabaza tiene un alto contenido de vitamina A, betacaroteno.