

KATUK

Sauropus androgynus

Euphorbiaceae

ECHO® FICHA DE INFORMACIÓN SOBRE PLANTAS

Origen

El katuk es nativo del sotobosque de los bosques lluviosos de las tierras bajas en los trópicos cálidos y es una planta conocida de los jardines caseros en las partes más húmedas del sudeste de Asia.

Usos

Esta planta perenne es popular por sus hojas comestibles y tallos tiernos tanto como por su habilidad de sobrevivir en condiciones calientes y húmedas incluso con inundaciones ocasionales. Si se planta los tallos de forma densa en sombra y agrega estiércol, las plantas formarán una cerca viva de hojas comestibles para el consumo por familias o la venta comercial todo el año.

Nombres comunes

- Inglés
 - Katuk
 - Sweet Leaf
 - Star Gooseberry
 - Sweetleaf Bush
- malabar
 - cekur manis
- Malayo
 - sayur manis
 - asin - asin

Cultivo

El katuk tolera suelos ácidos, suelos pesados arcillosos, sombra, y poda frecuente de los tallos tiernos. Los tallos se pueden podar regularmente cerca al piso (6"/15 cm); los tallos nuevos son tiernos y sabrosos. Como el cultivo preferido es el follaje, la planta requiere fertilizantes de nitrógeno para promover crecimiento rápido después de la cosecha. Hongos micorrizas forman una asociación beneficiosa entre hongo y raíz para ayudar que la planta extraiga fósforo del suelo con más eficiencia.

La cosecha y producción de semillas

Se puede propagar el katuk de estacas o de semillas. Cortar un pedazo de 8" (20 cm) de la parte del tallo donde la corteza es entre verde y café. Si se propaga por semillas, notar que la germinación es lenta (hasta varios meses), entonces hay que plantar y esperar con paciencia. El tiempo de germinación varía. Se puede cosechar las semillas y mantenerlas secas y frescas en almacén.

Plagas y Enfermedades

Las babosas que hacen cintura en los tallos y matan la planta pueden ser problemáticos en climas lluviosos. Un escarabajo come las hojas de un katuk nuevo, pero no afecta la planta mucho y la planta continúa produciendo hojas.

Cocina y Nutrición

Media taza (100 g) de hojas frescas de katuk suministra 22% de la recomendación diaria de vitamina A y es una fuente sustancial de vitamina C (138% del requerimiento diario). También tiene valor como fuente de calcio y hierro, elementos que muchas veces faltan en las dietas que no contienen mucha leche. Tanto los brotes nuevos como las flores y frutas pequeñas se ocupan para comida. El hecho de que las hojas verdes retienen su color y firmeza cuando estén cocidas les da valor comercial para restaurantes.