

Ventajas del cultivo asociado

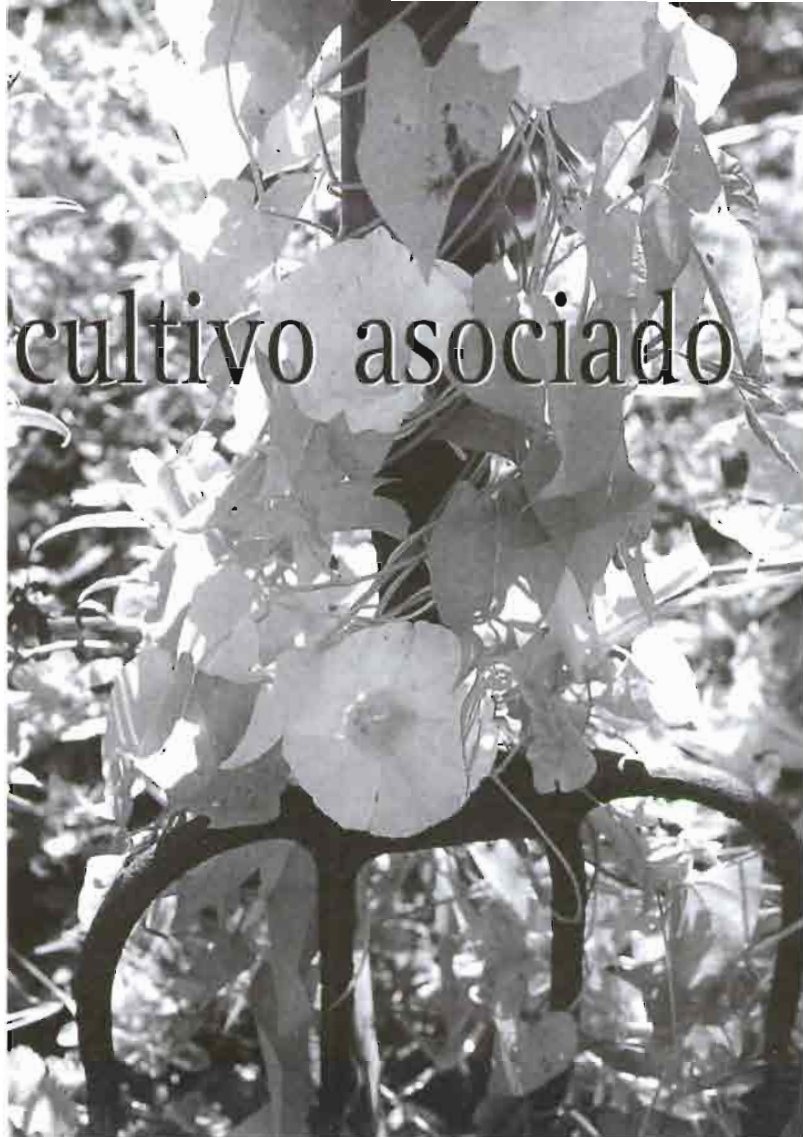
► Texto: Rosa Barasoain

Con la práctica y la observación Gertrud Franck consiguió una manera práctica y sabia de cultivar su huerto: el Cultivo Asociado, del que empezamos a hablar en el número anterior. El primer resultado es una tierra fértil, sana y fácil de trabajar, en la que se aprovechan al máximo el agua y el espacio. Descubrió que la ayuda mutua entre hortalizas, plantas aromáticas, silvestres, medicinales y abonos verdes, mejora el sabor de los frutos, la lozanía de flores y arbustos y, sobre todo, comprobó que deja libre al hortelano para, si lo desea, leer y viajar

La primera característica que distingue al cultivo asociado es que se hace en filas, en vez de en planchas o bancales. Gertrud recomendaba la distancia de 50cm entre líneas por ser fruto de su experiencia durante años. Menos, sería incómodo para trabajar entre ellas y más, desaprovecharía los efectos benéficos de unas plantas hacia otras y nos dejaría demasiado espacio para acolchar, pues es importante que la tierra esté siempre cubierta, no dejar nunca la tierra desnuda, sin plantar nada, porque quedaría expuesta al arrastre de la lluvia y al sol abrasador.

Este margen de 50cm cubierto de hojas de espinaca y de otras hojas de hortalizas sirve de cómodo camino. En el número anterior se explicaba cómo hacerlo. Gertrud recomienda las espinacas porque esta hortaliza verde, fresca y tupida, siempre húmeda (pues sus anchas hojas retienen largo tiempo el rocío y dirigen la lluvia hacia la tierra) son un buen auxiliar biológico que protege de plagas primaverales. También es muy interesante saber que las raíces de la espinaca, con sustancias como la saponina, ayuda a que la tierra asimile el hierro, algo importante porque así lo recibirán las demás plantas que nos sirven de alimento. Simplemente recordar que las espinacas no pueden ser seguidas de acelgas ni de remolacha roja.

Si respetamos la alternancia de hortalizas auxiliares (espinacas, abonos verdes...) y de hortalizas receptoras



(las que queremos cosechar para su consumo), si planificamos bien los cultivos según el esquema preparado teniendo en cuenta la duración del ciclo de vegetación de cada hortaliza (largo, medio, corto), obtendremos una sucesión de estupendas cosechas.

Al cultivar en una misma línea varios cultivos de ciclo corto, obtendremos más combinaciones todavía en un año. Las filas se irán desplazando también en intervalos de 50cm, de manera que la espinaca sembrada en una fila al año siguiente quedará donde estaba el compost de superficie o acolchado. Al año siguiente la espinaca estará en donde estaba el otro cultivo y las hortalizas estarán donde estaban las espinacas el año anterior. Con este sistema es prácticamente imposible que la misma planta, o una planta de la misma familia, vuelva a plantarse en el mismo lugar.

Bondades de algunos abonos verdes

Gertrud recomendaba la mostaza (*Simapsis alba*) porque, aunque de la familia de las crucíferas, no presenta ningún inconveniente para poner después coles, también de la familia de las crucíferas, porque observó que la mostaza alejaba a los nematodos y que algunos de sus constituyentes, como ocurre con el ajo, son notables destructores de bacterias nocivas, limpiando la tierra para los siguientes



Gertrud favoreció siempre la presencia del lución y de pequeñas culebrillas, que se alimentan de insectos, babosas... consideró interesante colocar cobijos para pájaros, lagartijas, zonas húmedas para los sapos y ranas, bosquetes donde se protejan arañas y libélulas y un generoso etcétera resultado de un sabio "dejar hacer" a la Naturaleza

cultivos. La mostaza como abono verde es muy apreciada por ejemplo para poner después alubias verdes de mata baja.

En cuanto a las habas (*Vicia faba minor*), afirma que pocas plantas ofrecen tantas ventajas como cultivo de pre-siembra. Por eso las colocaba como cultivo anterior a las hortalizas más exigentes (pepinos y tomates) asegurándoles un crecimiento sano

y regular. Tener en cuenta que hay que cortar las habas muy pronto, cuando están en flor, y en cuanto a los tomates recomendaba podarlos (quitarles los hijos) incluso cortar la guía pronto (cuando tenemos cuatro alturas de flor) para aumentar la producción (tomates más grandes y más tomates que llegan a madurar), adelantar la maduración y mejorar la calidad de los tomates.

Las habas se muestran también muy adecuadas como precultivo del apio que, sembrado en donde estuvieron las habas, crece sano y verde incluso hasta el otoño.

Las raíces tanto de las habas como de la mostaza aportarán a las hortalizas que les sigan una tierra llena de raicillas —que atraerá a las lombrices de tierra— bien abonada, por tanto fértil y sana.

La saludable variedad de plantas

Gertrud recomienda las plantas aromáticas anuales como excelente compañía para las hortalizas: la caléndula protege a los tomates; el perifollo a las lechugas; la ajedrea combina muy bien con las alubias verdes; el eneldo con las zanahorias y también el eneldo y la albahaca con el pepino, etc. Pero cuidado con algunas plantas "agresivas", como el perejil y el berro, que hay que poner aparte, lo mismo que el ajeno, excelente para añadir al compost, pero una compañía difícil que sólo toleran los árboles o arbustos.

Al planificar las filas de cultivo hay que tener en cuenta también el aspecto práctico. Las coles, el apio o las lechugas se ponen junto a las patatas, que se cosecharán más tarde. Es esencial tener en cuenta este tipo de reparto de las filas, para que, al crecer, cada planta siga teniendo su espacio vital preciso.

Cultivo entre dos filas con acolchado de espinacas



Economía de espacios y de semillas

En la huerta de cultivos asociados se aprovecha el espacio al máximo. Se siembra directamente y son las semillas las que germinan en su momento y crecen fuertes desde el principio. No se siembra en exceso, sólo lo que se va a consumir en el momento de la cosecha. De esta manera, a diferencia del cultivo en tablas, no habrá un exceso de lechugas o de zanahorias en el mismo momento, pues la sucesión de variedades nos asegura una recolección de hortalizas siempre frescas y en su punto.

Sobre algunas plantas aromáticas y medicinales

Gertrud observó también que en las zonas donde crecen hierbas aromáticas la lozanía suele ser tan evidente como la ausencia de babosas, por poner un ejemplo. Por eso considera muy recomendable combinar estas plantas con las hortalizas, por sus propiedades preventivas o curativas, y también hacerles un hueco a las plantas medicinales. Con esta combinación entre las filas aumentará asimismo la cantidad de material para acolchar o para triturar y hacer compost.

El eneldo (*Anethum graveolens L.*) se asocia muy bien con pepinos y lechugas, y es un buen auxiliar de las zanahorias. Las protege de los parásitos y da al cultivo vecino una sombra adecuada. Lo podemos incluir cada vez que sembremos, porque es un dispensador de salud para los cultivos y además siempre tendremos a mano eneldo fresco.

El perifollo (*Anthriscus cerefolium L.*) es una herbácea anual que podemos tomar como ensalada o como condimento. Hay que sembrarlo temprano, en compañía de otras ensaladas. Se puede recolectar durante todo el año y además, Gertrud observó que cuando crece junto a las lechugas y otras variedades de ensalada, éstas resultan más tiernas, de buen cogollo, limpias de babosas y sin problemas de mildiu. Podremos combinarlo en una fila con lechugas, rábanos y eneldo.

La albahaca (*Ocimum basilicum L.*) es una herbácea anual, puede ser perenne como arbusto. Es una buena melífera. Se multiplica por semillas y se pueden comer las hojas en ensalada o como condimento. Gertrud resalta que especialmente esta planta hay que sembrarla directamente, pues al repicarla tiende a subir a flor enseguida, perdiendo su aroma y sustancias. Es una planta sensible al frío, por lo que recomienda sembrarla con plantas tardías como el pepino, el calabacín y el hinojo. Asegura que con la compañía de la albahaca las hojas del pepino per-

manecen más verdes y lozanas y mejora la calidad de los frutos.

El **comino** (*Cuminum cyminum* L.) y el **cilantro** (*Coriandrum sativum* L.) ambas herbáceas anuales, se siembran por semilla y de sus semillas se obtiene un interesante aceite esencial. Gertrud las recomienda para condimentar en la cocina, pero sobre todo por su valor como abonos verdes o como cultivos asociados con las coles, las remolachas rojas, las patatas tempranas y los pepinos, a los que comprobó que daban un sabor superior, particularmente a la patata.

La **borraja** (*Borago officinalis* L.) “Es extremadamente eficaz en cultivo asociado. Sobre todo contra los pulgones”. Según Gertrud es excelente para mullir suelos duros y pesados, y da buena sombra a cultivos precoces. Puede resultar invasora, pero se la controla arrancando las matas jóvenes y poniéndolas como acolchado. “Una siembra paralela de borraja, ajedrea, y eneldo protegerá a la fila de colinabos y cuando llegue el otoño, y en primavera, tendremos las magníficas flores melíferas de la borraja. Los parásitos no se acercarán a estas plantas así asociadas –aunque no impedirán la puesta de la mosca de la col, contra la que sólo el apio es eficaz– y como abono verde previo a las coles, será una protección contra la pulguilla de la col”.

El **berro** (*Rorippa nasturtium-aquaticum* L.) es una herbácea acuática perenne, tanto las hojas como los tallos se comen en ensalada. “Es una planta medicinal de primer orden, pero también muy agresiva con las demás plantas, por eso no puede utilizarse como abono verde más que debajo de los árboles, sembrándola como planta que alejará a los pulgones, hormigas, caracoles, orugas, y lo podemos recolectar igualmente al pie de los árboles”.

La **mostaza** (*Sinapsis alba*) una herbácea anual, por lo dicho anteriormente es interesante cultivarla como forraje, como abono verde o como ensalada. Se puede sembrar al pie de los tomates, alrededor de los árboles o en paralelo con las líneas de hortaliza. “No se la debe dejar jamás sobrepasar la altura de un palmo. Es el aceite que desprende lo que resulta particularmente eficaz contra los nematodos; de forma similar al ajo, la mostaza es capaz de destruir bacterias nocivas y desinfectar una tierra”.



Cómo ir de vacaciones sin perder el huerto

Con su peculiar humor, Gertrud recogió el problema de algunos hortelanos aficionados que exclamaban, “no tenemos un huerto, ¡el huerto nos tiene a nosotros!” Ella siempre fue muy práctica y repetía que como para todo hay que quitarse prejuicios y tener un espíritu abierto: “la planificación es el secreto del éxito si se quiere reducir el trabajo y pasar el verano sin preocupaciones”.

Dibujar un plan-esquema

Para los cultivos asociados la primera siembra o fase 1ª, será a comienzos de la primavera, hacia marzo, fecha que cada uno debe tener en cuenta según la latitud en la que vive. “En un huerto ecológico conforme a la Naturaleza no se puede elegir una fecha sin tener en cuenta el tem-

El eneldo protege a los cultivos y es una planta medicinal

Hierbas vivaces como ayuda en el jardín ecológico

Las plantas vivaces generalmente son pequeños arbustos que se plantan en un parterre. Según Gertrud ya por ellas mismas son un adorno original en cualquier huerto y por supuesto en jardinería ecológica, pero tienen otro interés añadido, y es que sus aceites y fragancias pueden estar al servicio de las demás plantas.

“Pienso sobre todo en la lavanda, que actúa a la vez por sus flores y por sus semillas. Se la debería plantar allí donde tenemos problemas con las hormigas, por ejemplo en los arriates, con iris y flores de lis y entre los rosales, a los que libraré también de algunos pulgones. Lo mismo podemos decir de la salvia, el hisopo y el tomillo. Todas ellas alejan de las plantas las orugas, los pulgones y las babosas. Particularmente preciosas son la cebolla, y más todavía, el ajo. Plantadas en un buen lugar pueden alejar, y al menos prevenir, las enfermedades criptogámicas –como lo hacen en el huerto con las fresas– y alejar a los ratones y sobre todo a los topes. Se les podría encontrar por tanto su espacio entre los rosales, el lis, los tulipanes y bajo casi todos los árboles”.

“Las flores medicinales, la caléndula o maravilla y las capuchinas –estas ayudan a que desaparezca la grama–, deberían sembrarse más a menudo al pie de rosales, lis e iris. Las capuchinas principalmente bajo los árboles, cerca de los fresales y frambuesos. Son eficaces contra los pulgones, el pulgón lanígero, las orugas, los limacos, las hormigas y los ratones.”



pero de la tierra, el tiempo...". Es muy sabio preguntar a los más veteranos de la zona, seguir el calendario biodinámico y llevar un diario con las fechas de siembra y de otras labores, lo que nos servirá de guía para comparar año tras año.

Sembraremos en esta fase 1ª un tipo de lechuga (¡atención a la variedad!) que anotamos como lechuga I por ser la primera que sembramos. Con los números II, III, IV, etc. al planificar distinguimos las sucesivas variedades de lechuga que podemos poner en las líneas y así lo hacemos también con otros cultivos como la cebolla o colinabo o zanahoria, etc. que tienen variedades tempranas, tardías, etc. Esta lechuga I la pondremos con rábanos, berros, ensalada de hoja en un orillo. Entre las filas, pondremos espinaca como semilla secundaria y perejil en un orillo; guisantes I, ensalada II con rábanos-nabos precoces; sembraremos cebolla I, plantaremos cebolla I; salsifís (*Tragopogon porrifolium L.*), colinabo I (atención a la variedad); puerro para tener planta.

En esta época, se puede hacer crecer bajo el invernadero o bajo cajas acristaladas las plantas de tomate y de apio, eventualmente pimientos, todas las variedades de coles, hierbas aromáticas y flores de verano.

El hortelano deberá encargar ya estas plantas para estar seguro de tenerlas en el momento adecuado, en las siguientes siembras o fases 2ª y 3ª.

En la fase 1ª o período de las primeras siembras y plantaciones, recolectaremos las hortalizas que han pasado el invierno en el huerto (la hierba de los canónigos -*Valeriana locusta L.*-); los puerros, en cultivo asociado con las fresas; las chirivías (que deben ser consumidas enseguida); la ficaria (recoger las hojas verdes), la cebolleta, la acedera, el perifollo, el perejil, y las primeras plantas silvestres (según los conocimientos de quien las recoja).

Igualmente formarán parte de la fase 1ª de siembra los abonos verdes. Se deben sembrar en las líneas previstas para cultivos posteriores de hortalizas. En esos lugares se siega el abono verde y se siembra el cultivo, en las fases 2ª y 3ª. Un hortelano de cultivos asociados no debe olvidar ni descuidar hacerlo porque es la mejor fuente de abonado orgánico y de sanidad de la tierra.

¡Y nos vamos de vacaciones!

Después de estos primeros trabajos, podremos abandonar el huerto con toda tranquilidad durante dos o tres semanas. Las semillas germinarán en ese tiempo sanas y exentas de parásitos. Como todas las líneas

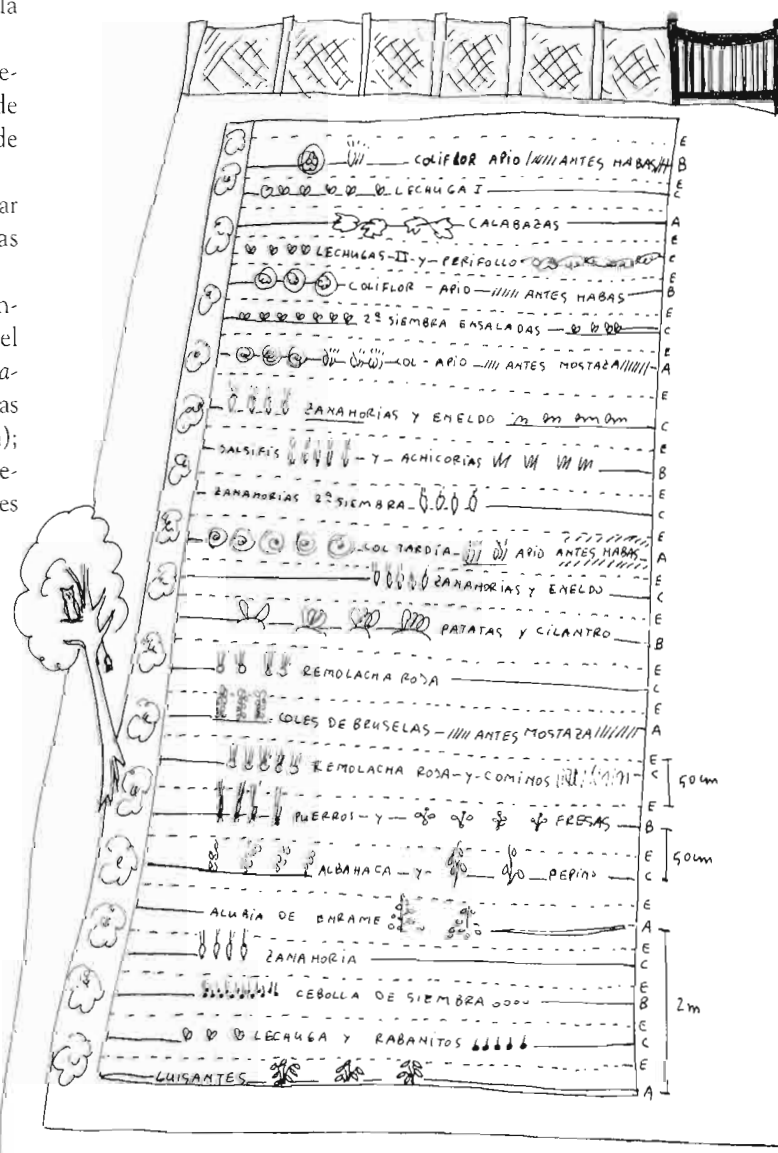


tienen a su lado una siembra paralela de espinacas, estarán protegidas de vientos y con rocío seguro.

A la vuelta se podrán recoger los rábanos, los berros y la ensalada de hoja, las lechugas I (tienen hojas para la ensalada) y a continuación la ensalada II. Se deberán acaballonar los guisantes, para que enraícen, y cubrirlos para que no se los coman los pájaros. Estarán protegidos de parásitos por las espinacas de las filas paralelas.

La segunda fase de siembras será en abril-mayo. Pondremos ensalada III, con variedades precoces de rábanos; colinabo II; guisantes; acelga; zanahoria II; remolacha roja; patata temprana; chirivías y alubias verdes de mata baja.

Plantaremos las primeras coles, que deberán ser regadas y les iremos arrimando tierra hasta que empiecen a hacer cogollo. Segaremos la mostaza sembrada como abono verde y la pondremos sobre la tierra. ¡Y podemos mar-



charnos o hacer otras cosas durante otros días más! Porque habremos sembrado a tiempo. Sobre las líneas todavía libres crecen los abonos verdes: mostaza y habas. Como el huerto de cultivos asociados se riega lo menos posible, y siempre en las líneas de acolchado nada más, si en nuestra zona la lluvia y el rocío formado con la temperatura creciente son todavía suficientes no tendremos otros cuidados. En caso contrario vigilarémos qué reserva o estado de humedad tiene la tierra de la fila bajo el acolchado de espinacas.

Un ritmo natural sin épocas de agobio

La tercera fase de siembras comienza a mitades de mayo y tiene su apogeo a finales de ese mes (cada uno tomará nota según su latitud). Sembraremos las alubias de enrame; los pepinos (con sus hierbas compañeras). Seguiremos con la plantación de coles. Sembraremos los melones, calabazas y calabacines.

Después plantaremos los tomates y los apios (entre las coles). Sembraremos también zanahorias III, ensalada IV; achicorias de verano; ensalada crujiente y, eventualmente, otras variedades de achicoria como las endivias; mezclaremos rábanos-nabos de verano a estas ensaladas.

Durante la cuarta fase de siembras, hacia mayo-junio, plantaremos coles de Bruselas y coles de invierno (que habíamos sembrado previamente en invernadero o lugar protegido) a derecha e izquierda de las patatas acaballonadas o entre los pepinos. Sembraremos las últimas alubias de mata baja y las coles chinas (siembra directa).

Entre estos meses habremos cosechado las hortalizas sembradas precozmente: las espinacas y, por supuesto, las ensaladas y las zanahorias precoces. Las filas de espinacas



Fila de patatas junto a la meliñera lavanda

serán definitivamente el lugar acolchado donde hacemos el compostaje de superficie. Se cosecha desde hace tiempo, por lo que las filas o espacios libres han sido de nuevo plantados o sembrados y nuevas filas quedan libres. Las semillas de cebolla maduran.

Tenemos ahora sitio disponible para las espinacas de otoño (esta vez como sucesión de una línea de cultivo): para las achicorias (tomamos las plantas de la primera línea sembrada de siembra) como sucesión de una siembra precoz; para las semillas de cebollas de primavera. Al año siguiente sembraremos ahí lechugas, eligiendo variedades precoces. Tendremos sitio también para las ensaladas de invierno (escarolas) y hierba de los canónigos.

El hortelano del cultivo asociado encuentra siempre el lugar disponible para plantar o sembrar los cultivos deseados porque tiene el espacio libre recolectando la cosecha anterior. No tiene que buscar sitios libres por todo el huerto. Y si ocurre un imprevisto, el huerto sigue creciendo sin el hortelano, o con una persona que quiera continuar el trabajo empezado.

El huerto de cultivos asociados tiende a convertirse en un huerto natural, con todas las consecuencias positivas que esto entraña. Todo se desarrolla con regularidad, sin grandes intervalos, pero sin rigidez, con el ritmo de la Naturaleza. Es importante conocer esto y comprender cómo una planificación previa nos permitirá tener una mayor libertad al trabajar el huerto, con el trabajo repartido en el tiempo.

“El huerto de cultivos asociados no debe imponer más trabajos al jardinero, sino al contrario, facilitárselo”. ■

