



El cultivo del puerro

► Texto: Carlos Romani

El puerro figura entre las hortalizas más cultivadas, por su resistencia y por la variedad de guisos en que podemos incluirlo. Se puede conseguir diversas variedades en semilla o hacer el propio plantel sin dificultad, pero pocos saben que dependiendo de cómo los cultivemos tendrán un aroma y sabor suave y agradable al cocer y que cultivados en ecológico y recogidos en el momento de ir a consumirlos nos evitaremos nitritos y nitratos ampliando las ventajas de su contenido en vitaminas y minerales

En los últimos decenios ha aumentado el abanico de variedades, pero en general se tiende a que el tallo sea cada vez más recto y largo, para facilitar las labores mecanizadas, poder atarlo en manojos, etc. y también se le exige una adaptación a todos los meses del año. Todo esto ha ido en detrimento de su rusticidad, es más fibroso y tiene menos sabor. Lo que podemos compensar en parte con un cultivo cuidadoso.

El puerro tiene muchos pigmentos, como la clorofila que nos aporta el preciado magnesio y los antocianinos azul-violetas, sustancias bioprotectoras de la salud. Acumula en tallo y hojas las fuerzas acuosas, etéreas, impregnadas de compuestos sulfurados.

Contiene aceites esenciales volátiles, minerales (azufre, bromo, calcio, cloro, cobre, hierro, magnesio, manganeso, fósforo, potasio, sílice, sodio y cinc) y altas dosis de vitaminas A, B, C y PP. Tiene propiedades antisépticas, digestivas (a algunas personas les puede producir gases por su contenido en azufre), emolientes (ablanda durezas o tumores), expectorantes, laxantes y tónicas.

Puerros de otoño y de invierno

Las dos categorías se dan en nuestros huertos. El de otoño tiene un fuerte crecimiento estival y podemos recogerlo en septiembre-octubre. Su tallo es más largo, pero le afecta la llegada del frío.

Los de invierno tienen un crecimiento más lento, pero más largo. Se desarrollan incluso en invierno, aprove-

chando las temperaturas suaves de algunas lunas. Según las variedades, su tallo es corto y más ancho. Resisten las heladas importantes y pueden comerse todavía en la primavera siguiente.

Podemos poner de los dos tipos de variedades, pero tener en cuenta que cuando más se come el puerro es en invierno.

Los puerros de verano

Los puerros de verano se cultivan menos a pesar de estar presentes en todos los catálogos de semillas. Son de rápido crecimiento y de color verde claro tirando a amarillo. Se siembran muy pronto –en enero, bajo invernadero–, se plantan a mitades o finales de mayo y se pueden comer en agosto. En otoño no aguantan las temperaturas por debajo de los 5 °C.

Tipo de tierra y abonado

Se adapta tanto a suelos ácidos como calcáreos, aunque le gusta la tierra fresca, tierras fuertes (con predominio de la arcilla y el limo pero no las compactas) y ricas en humus, bien entendido que sin exceso de ninguna de estas características. Antes de plantarlos hay que prepararles una tierra suelta y aérea en una zona bien soleada del huerto.

Es medianamente exigente en abono: es la única hortaliza del género *Allium* que necesita un abonado directo.

Conozcamos un poco más de la planta del puerro

Su nombre latino es *Allium Porrum*. Pertenece a la clase de las monocotiledóneas, plantas que tienen raíces fasciculadas o en manojos, hojas con nervaduras paralelas, flores en 6 (3 por 2) y da semillas de un sólo cotiledón. Las gramíneas y los cereales pertenecen también a esta clase.

Pertenece a la familia de las Liliáceas, como el tulipán, el lis, el jacinto de los bosques y al género *Allium*, como sus “primos” el ajo, la cebolla y la cebolleta, especies que no se fecundan entre ellas. Es de la especie *Porrum*, plantas cuyas variedades sí se fecundan mutuamente.

De vivaz, ha pasado a ser bianual: el primer año desarrolla sus hojas como hortaliza, el segundo desde la base desarrolla un tallo largo terminado en una bola florida, muy atractiva para los insectos polinizadores. Algunas variedades siguen siendo vivaces y después de haber cortado este tallo floral, donde granan las semillas, emiten unos bulbillos que dan lugar a nuevos puerros.

A diferencia del ajo sus hojas planas crecen envainadas unas en otras formando un falso tallo, un cilindro blanco y tierno que es la parte comestible (las hojas verdes también son excelentes en guisos y salsas). Las hojas están escalonadas y conducen el agua de la lluvia o del rocío al corazón del puerro.

Las raíces son colonizadas por las endomicorrizas, hongos que viven en simbiosis con ellas, primordiales para su crecimiento, para la salud y rusticidad del puerro.

Es una planta simple, simétrica y armoniosa que se marchita en seguida cuando la arrancamos. Tiene un ritmo largo y lento: se desarrolla poco en la estación cálida y durante los días largos, pero cuando ya hemos recogido los ajos, a final del verano, el puerro sigue creciendo durante los días cortos y húmedos, y después en los fríos. Es una planta que soporta bien el frío, aunque se desarrolla óptimamente a temperaturas que oscilan entre los 13 y los 24 °C



Le reservaremos un compost maduro, bien descompuesto, evitando siempre el estiércol fresco o el compost joven. Tampoco enterraremos abonos verdes ni restos de verduras, porque todo esto atraería parásitos, disminuiría su resistencia a las condiciones invernales, favorecería la acumulación de nitratos y de nitritos en la planta y al cocer esos puerros desprenderían un olor fuerte y desagradable.

Lo mejor es esparcir el compost en el otoño, antes de su cultivo a la primavera siguiente, de manera que las lombrices y los microorganismos del suelo tengan tiempo de transformarlo en el preciado humus estable. La dosis adecuada puede ser una carretilla de compost por cada fila de 15m. Se puede espolvorear por la parcela 10g/m² de polvo de basalto, de ceniza, de fosfato natural o de dolomita (un puñado de basalto pesa aproximadamente 100g, un puñado de ceniza, 50g).

Buenas compañías y rotaciones

Un cultivo de Liliáceas no debe repetirse en el mismo lugar antes de 4 años, a fin de evitar la propagación de enfermedades y parásitos. Es interesante cultivar el puerro antes de un cultivo precoz de espinacas, de lechugas de

invierno o de patatas tempranas. Puede igualmente ir detrás de un abono verde sembrado en el verano o el otoño precedente.

El puerro es muy sabido que se asocia bien con la zanahoria. Sembraremos las zanahorias en abril-mayo en líneas bastante espaciadas, después plantaremos los puerros entre esas líneas. La protección es recíproca contra el gusano del puerro y la mosca de la zanahoria.

Se puede igualmente sembrar caléndulas dejando huecos para plantar después los puerros. La caléndula aleja a la mariposa nocturna que es la que pone huevos y de ahí nacen sus larvas, llamadas gusanos del puerro. También es interesante plantar el puerro en junio-julio y en agosto-septiembre acompañarlos de unas líneas de fresas. Al puerro le gusta la proximidad de alubias de mata baja, lechugas, tomates, remolachas rojas y apio, pero no soporta bien la cercanía de alubias de enrame, ni de los guisantes, ni de las coles ni del rábano blanco.

gas, tomates, remolachas rojas y apio, pero no soporta bien la cercanía de alubias de enrame, ni de los guisantes, ni de las coles ni del rábano blanco.

Siembra de la simiente

La semilla de puerro se obtiene en el segundo año y en buenas condiciones de con-



La caléndula es una buena compañía para el puerro

servación nos durará un par de años porque pierden con rapidez su poder germinativo.⁽¹⁾

El puerro se siembra pronto, en febrero o marzo (en enero si son puerros de verano). Las variedades precoces se pueden sembrar en abril o comienzos de mayo, en zonas cálidas se puede cultivar todo el año escalonando las siembras. La semilla germina a partir de los 7 °C, pero el puerro es lento y necesita un mínimo calentamiento de la tierra.

La siembra se puede hacer en semillero, en un lugar bien soleado y protegido, con una tierra ligera y rica en humus. A menudo es bueno protegerlo con un invernadero o túnel de plástico hasta que llegue el calor a finales de abril. También se puede hacer la siembra en un gran invernadero o sobre cama caliente. Esto nos dará una planta precoz. Hay quien lo siembra en bandejas o en tarrinas en el interior de la casa. En todos estos casos conviene una tierra bien abonada en el otoño y bien limpia, porque si no será muy molesto el desherbado.

Se siembra en líneas, al fondo de un surco de una profundidad de 2cm. Se puede sembrar en filas anchas, de 7-8cm y después se tapa la semilla con un rastrillo y se aplasta un poco para que agarre bien. O sembrarlo a voleo sobre un bancal elevado o en una caja profunda. Una siembra demasiado tupida lleva al fracaso, a menos que luego hagamos un aclareo, por eso interesa sembrarlo en semillero, para evitar problemas de falta de ventilación y problemas de adventicias.

Pulverizar con ceniza de madera o con basalto antes de cerrar el surco favorece una buena germinación y una protección contra el vaciado de las semillas. Como es también el tiempo de siembra de la lechuga, del apio, de coles y rábanos, se pueden alternar las filas si sembramos directamente. Vigilar la humedad del semillero.

Escardar y mullir la tierra en cuanto brote, para favorecer el calentamiento y limitar las hierbas adventicias.

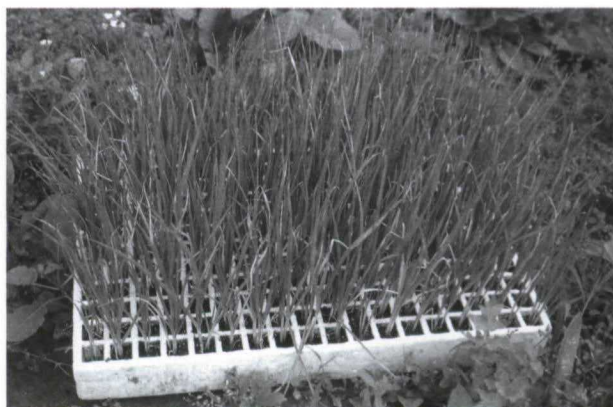
Las ventajas del semillero propio es que elegimos las variedades que más nos gustan, ampliando la oferta que encontraremos en los viveros, aunque esta oferta dependerá también de nuestra demanda.

Fechas de plantación

Las plantaciones de junio (en algunas regiones a finales de mayo) nos permitirán obtener puerros bien desarrollados para septiembre y haber conseguido un buen calibre en las variedades de invierno.

Si las plantaciones escalonadas durante junio no han terminado, podemos seguir en julio, esto pone en riesgo el calibre, pero no la salud del puerro ni su valor nutritivo. Consultar el calendario de siembras lunar desde el mes de mayo a fin de prever los períodos de plantación de junio-julio. Generalmente se planta en varias veces:

✓ para la cosecha precoz, se planta una variedad de verano o de otoño.



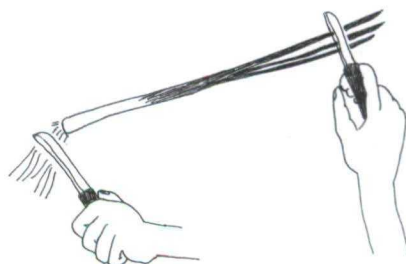
✓ para tener una subida tardía y una rusticidad para que aguanten el invierno, se escalona una segunda y una tercera plantación.

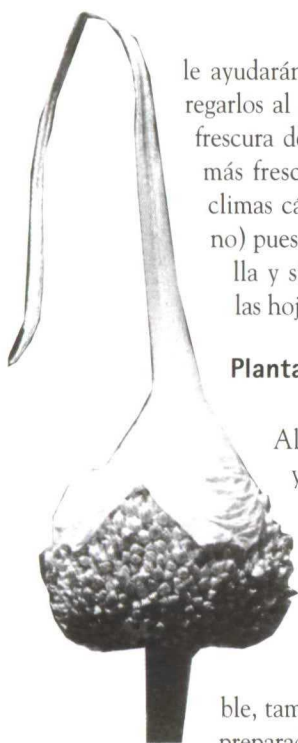
Para los últimos repicados no es la fecha de plantación lo que importa, sino la fecha de siembra. Una plantación tardía puede darnos un puerro de calibre aceptable en el caso de que la siembra no se hiciera demasiado tarde (se puede plantar cuando haya un hueco, a comienzos de agosto por ejemplo).

Para hacerlos más resistentes

La planta la recogeremos desde que tiene 2 o 3mm de diámetro a no más que el grosor de un lapicero. Una vez arrancados con una horquilla, los separaremos uno a uno retirando los más delgados o defectuosos. Haremos manojos de 10 puerros, para contarlos mejor a la hora de plantar. Les cortaremos las raíces dejándolas a 0,5 o 1cm de largo, y recortaremos también la parte verde para evitar la evaporación, dejándola con unos 15-20cm de parte aérea.

Una vez recortados y listos para plantar los impregnaremos por la parte de las raíces con una mezcla ni muy seca ni muy líquida de arcilla, boñiga de vaca, un puñado de polvo de basalto y agua o tisana de caléndula. Si no se tiene todos los elementos se puede hacer con arcilla y boñiga. Todo bien mezclado, lo dejamos reposar unos minutos y después introduciremos los manojos de puerros embadurnándolos bien por la parte de las raíces. A continuación los envolveremos en papel de periódico húmedo y los dejaremos a la sombra durante 2 o 3 días. Inmediatamente después los plantaremos. En esos 2 o 3 días la planta de puerro habrá desarrollado unas nuevas raicillas que





le ayudarán a enraizar. También es aconsejable no regarlos al hacer el repicado y mantener una cierta frescura de la tierra, sin abusar del riego en zonas más frescas y con riegos moderados también en climas cálidos (donde hace falta regarlo en verano) pues la falta de agua lo hará sensible a la polilla y si hay un exceso favorecemos la roya en las hojas.

Plantación y otras labores

Al puerro le gusta una tierra bien trabajada y mullida, limpia de hierbas adventicias. Si se puede hacer previamente una falsa siembra, mejor. Tanto los trabajos del suelo, como la siembra, la plantación y las labores de mantenimiento se hacen en día-hoja –según el calendario de Maria Thun–, pero si esto no es posible, también se puede hacer en día-raíz. Una vez preparada la tierra pondremos un cordel y cavaremos un surco de unos 10cm de profundidad.

Los colocaremos al fondo y con la ayuda de un plantador haremos el agujero para hundir la planta hasta el ensanche de las hojas verdes y de nuevo con el plantador le acercaremos la tierra para que queden bien derechos. Para permitirle un posterior acaballonado, plantaremos unos 7 puerros por metro de fila, con una separación entre las filas de 50cm. Para la producción hortícola a gran escala (para pasar el tractor con la escardadora y hacer una recogida selectiva), pondremos 10 puerros por metro de fila y 70cm de separación entre filas. Es importante también orientar los puerros de manera que queden alineados siguiendo su parte plana (ver dibujo).

Después de plantados, poco a poco les iremos arrimando tierra al tallo, haciendo un acaballonado que le es muy favorable y blanquea el tallo del puerro hasta la parte donde se ensanchan las hojas. Evitaremos que entre tierra dentro de las hojas. El acaballonado progresivo, en 3 o 4 pasadas (las haremos cada nueve días) dará un tallo derecho y evitará las podredumbres provocadas por un acaba-



Para facilitar los trabajos posteriores a la plantación es mejor plantar los puerros siguiendo una misma dirección alineándolos siguiendo su parte plana. Vistos desde arriba quedarían así: ordenados en el dibujo de la izquierda y al azar en el de la derecha

llonado tardío y hecho de una sola vez. Para quienes hagan el cultivo sin acaballonar, pueden protegerlo por medio de un buen acolchado con paja u hojas secas.

Si nos parece que la tierra tiene poca materia orgánica, durante el verano podemos aplicar varias veces purín de ortiga (tener en cuenta que atrae al gusano) o mejor de consuelda. El puerro reacciona bien a la pulverización en verano y en otoño de infusiones de ortiga, de milenrama, de manzanilla y sobre todo de caléndula, porque estimulan la presencia de una flora microbiana favorable.

Una práctica que siguen algunos agricultores es cortar las hojas del puerro cuando lleva ya unas seis semanas plantado. Se cortan por encima de donde empiezan los limbos o forma laminada de las hojas. Esto lo hacen para favorecer que el puerro engrose el tallo y tenga una largura más regular. Las partes cortadas se echan al compost, salvo que tengan larvas de polilla (gusano del puerro), en ese caso hay que destruirlas para evitar su propagación.

La recolección

Los puerros se recogen día a día según su grosor y para que estén frescos, con todas sus vitaminas y minerales, con mejor sabor y con el mínimo de nitritos (si tienen algo siempre será en cantidad muy inferior a los no ecológicos). Los arrancaremos con una horca, cortándolos donde se inician las raíces, pero dejando éstas en la tierra, porque son las predilectas de las lombrices de tierra y fauna del suelo y porque aportarán a esa tierra materia orgánica con los compuestos azufrados y aromáticos de esta hortaliza.

Si queremos conservarlos algunos días después de arrancados, les dejaremos 2 o 3cm de raíz. La recolección se hará fila por fila, cogiendo siempre los más gruesos.

En previsión de una helada, podemos proteger algunas filas con hojas o paja. Si los puerros se hielan, los podemos cortar a la altura del suelo y comerlos inmediatamente. La parte enterrada la recogeremos más tarde, tras el deshielo, o bien la dejaremos para que rebrote. También en el caso de que no hayamos plantado suficientes puerros, en vez de arrancarlos los cortaremos a ras de suelo, dejando que vuelva a brotar el resto, con lo cual podemos hacer 2 o 3 cosechas en el mismo sitio.

Los puerros se ponen a semillar a finales de marzo o comienzos de abril en las variedades de otoño y un poco más tarde en las variedades de invierno. Una fecha de



Hojas cortadas para eliminar puestas de huevos y engordar el tallo

plantación tardía no retrasará que se suban en primavera, pues lo que importa es la fecha en que se sembraron.

Parásitos y enfermedades

Si ponemos cuidado en hacer bien rotaciones y asociaciones, si procuramos un buen marco de plantación para que se ventilen bien, si no hay un exceso ni de humedad ni de abonado orgánico, no tiene por qué haber mayores problemas. Pero si hay algún error o muchos puerros en el contorno, no asustarse, los parásitos y enfermedades más habituales del puerro son similares a los de la cebolla y liliáceas en general.

Si un puerro se seca de repente en las semanas siguientes es a causa de un gusano que podremos encontrar a sus pies, la polilla del puerro (*Acrolepiopsis assectella*), una mariposa nocturna de 12mm de largo en reposo, marrón con puntos negros y bandas claras, la cabeza es ocre brillante. Su primer vuelo tiene lugar en abril-mayo. Pone los huevos en las hojas, la mayor parte de las veces por la tarde. Su larva, a la que conocemos como gusano del puerro, tiene un aspecto amarillento, mide de 8 a 10mm y provoca perforaciones longitudinales en el tallo. El puerro pierde entonces su lozanía, detiene su crecimiento y acaba pudriéndose. El vuelo de la segunda generación es en julio-agosto y puede provocar daños considerables. Cuando descubramos gusanos cortaremos el puerro lo más cerca del suelo posible y esa parte la alejaremos de la parcela, para evitar que reinfecte otras plantas. La polilla la evitaremos con una buena rotación y asociación del puerro con zanahorias y apios, así como aplicando cola de caballo. Se pueden colocar mosquiteros que eviten la puesta. Otra estrategia cuando hay problemas en campos cercanos, es regar por aspersión, para que el agua se quede entre las hojas, impidiendo la puesta y la entrada de las orugas dentro del puerro. Contra las orugas aplicar infusiones de tanacet o jabón potásico y en caso de fuerte ataque utilizar piretrinas naturales o rotenona o *Bacillus Thuringiensis* pero siempre antes de que entren dentro del puerro, o justamente cuando aparecen y todavía son



pequeñas las orugas. Tratar mojando bien la cavidad que queda entre las hojas del puerro.

El mildiu provoca un moho grisáceo y después el puerro se pudre. Se evita con una buena rotación, con una buena labor de la tierra, evitando humedades y con el embadurnado previo a la plantación, así como con los preparados de plantas ya comentados y siempre retirando las partes ya afectadas.

La roya (*Puccinia allii*) es un hongo que puede aparecer en agosto-septiembre y que hiberna en las hojas afectadas. Cubre las hojas de pústulas amarillentas o marrones de unos 5mm. Sólo se puede prevenir, eliminando en primavera todas las hojas afectadas antes de plantar nuevos puerros. No sembrar densamente y al plantar dejar el espacio suficiente para que se aireen bien las plantas. Si hay posibilidades de tener este problema reforzar a las plantas con el embadurnado comentado y aplicar cola de caballo.⁽²⁾

Los ratones de campo, en invierno y en huertos alejados o poco transitados, pueden ocasionar daños considerables, para evitarlo haremos todo lo posible para que no estén tranquilos en ese lugar, como indicábamos en el artículo sobre los topos.⁽³⁾

Los trips (*Thrips ssp.*) causan la aparición de numerosos puntitos plateados y alineados. Aparecen por un exceso de calor (también por mala ventilación), o sequía. Poner remedio a esta situación y cortar las hojas afectadas. Si es más grave se puede tratar con neem o rotenona en polvo. ■

Notas

(1) Consultar libro *Cómo obtener tus propias semillas* (2002). Josep Roselló. La Fertilidad de la Tierra Ediciones.

(2) Ver artículos "Cola de caballo menor, usos y virtudes". *La Fertilidad de la Tierra* nº 16 pp24-27. y "¿Que vienen los hongos!" *La Fertilidad de la Tierra* nº 9 pp12-15

(3) "Toparse con topos". *La Fertilidad de la Tierra* nº 12 pp16-17

