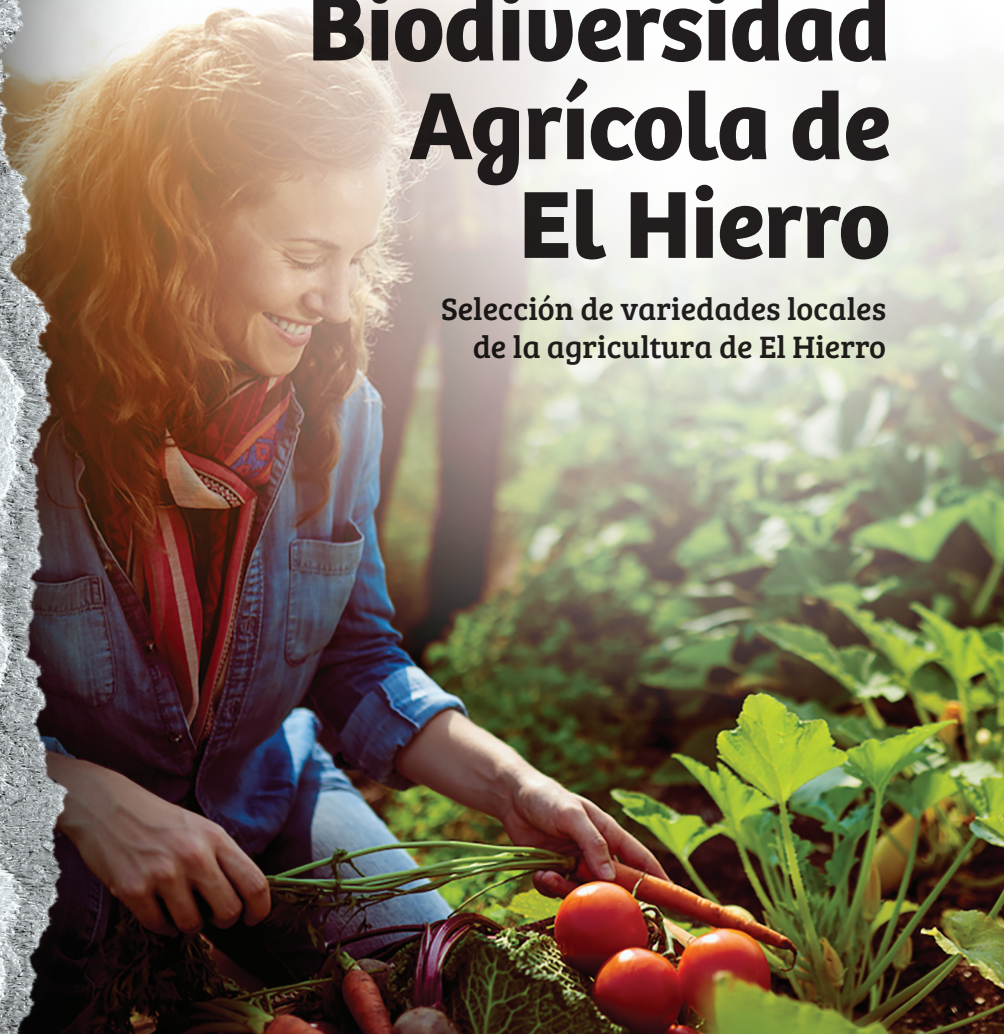


GUÍA DE **Biodiversidad Agrícola de El Hierro**

Selección de variedades locales
de la agricultura de El Hierro



índice

1. Importancia de la conservación de la Biodiversidad Agrícola	03
---	-----------

2. Índice de variedades utilizadas en “Huertos de Biodiversidad”	03
---	-----------

CATÁLOGO DE VARIEDADES	04
-------------------------------	-----------

1. ARVEJA, GUISANTE. <i>Pisum sativum</i>	04
---	----

2. CENTENO. <i>Secale cereale</i>	05
---	----

3. CHOCHOS, ALTRAMUCES. <i>Lupinus albus</i>	06
--	----

4. HIERBA PASTEL. <i>Isatis tinctoria</i>	07
---	----

5. LECHUGA. <i>Lactuca sativa</i>	08
---	----

6. LENTEJÓN BLÁNCO, CHÍCHARO. <i>Larthyus cicera</i>	09
--	----

7. JUDÍA PINTADA. <i>Phaseolus vulgaris</i>	10
---	----

8. AJO PORRO. <i>Allium ampeloprasum</i>	11
--	----

9. TOMATE DE PERITA PEQUEÑO. <i>Solanum lycopersicum</i>	12
--	----

10. COL DEL PAÍS. <i>Brassica oleracea</i>	13
--	----

3. Extracción semillas de variedades locales	14
---	-----------

4. Conservar las semillas de variedades locales	15
--	-----------



1. IMPORTANCIA DE LA CONSERVACIÓN DE LA Biodiversidad Agrícola

Las variedades locales son el fruto de años de cultivos continuados, donde los agricultores han seleccionado, conservado y multiplicado aquellas que mejor se adaptaban al medio natural y al paladar de los habitantes.

Estas variedades se han transmitido a través de generaciones por lo que forman parte, no solo de la biodiversidad agrícola de la zona de origen, si no que tienen un fuerte componente cultural que influye en la identidad del pueblo donde se desarrolla.

Además son más capaces de adaptarse a condiciones climáticas adversas (periodos de sequía o encharcamiento) a diferentes suelos (pobres en nutrientes, con poca capacidad de retención de agua...), a grados de salinidad específicos, etc. Además, el largo proceso evolutivo natural que han seguido les ha permitido generar mecanismos de defensa (pieles más duras, segregación de sustancias tóxicas...) ante el ataque de organismos que se alimentan de ellas, como los insectos, los hongos o las bacterias.

La conservación de estas variedades, volver a generalizar su cultivo y seguir traspasando material y conocimientos, contribuye a la mejora de la biodiversidad agrícola, a generar ecosistemas agrarios más sostenibles, a recuperar patrimonio cultural y a crecer en soberanía alimentaria.

2. ÍNDICE DE VARIEDADES UTILIZADAS EN “Huertos de Biodiversidad”

A continuación les presentamos una relación de algunas de las variedades locales que se están propagando en el proyecto de Huertos de Biodiversidad en los colegios de la isla de El Hierro. Las fechas de siembra y recogida son orientativas puesto que el calendario agrícola varía en función del clima, altura y orientación de la zona donde se cultiven las diferentes variedades



Pisum sativum

Arveja, guisante



SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

Es un cultivo de clima templado y algo húmedo, poco exigente en abonado y tipos de suelo. Temperatura óptima entre 16 y 20°C. No requiere labores demasiado profundas, pero sí que la tierra quede suelta, bien aireada y mullida.



Cosecha y reproducción

Esta variedad de arveja es muy precoz y podremos cosechar frutos a partir del 3-4 meses después de su siembra (variando en función de las condiciones climatológicas y edáficas). La recolección se realiza manual, de forma escalonada (cada 2 o 3 días), retirando las vainas cuando están llenas y tiernas.

La reproducción es mediante semillas. Para obtener las necesarias para la siguiente cosecha dejaremos sin cosechar las vainas de las plantas que seleccionemos por sus cualidades (precocidad, tamaño, rusticidad...) hasta que estén secas y poder extraer las semillas.



Características botánicas y organolépticas

La planta posee un sistema vegetativo poco desarrollado aunque con una raíz pivotante que tiende a profundizar bastante. Las hojas están formadas por pares de folíolos terminados en zarcillos. Las inflorescencias nacen arracimadas en brácteas foliáceas que se insertan en las axilas de las hojas. Las semillas (guisantes) se encuentran en vainas de entre 5 a 10 cm de largo que contienen entre 4 y 10 unidades.

La variedad de arveja que encontramos en la isla es enana, precoz y con vainas de 5-7cm de largo. El color es verde pálido casi crema en algunas ocasiones. Textura cremosa y sabor suave. Su principal uso es el alimentario.



Valor histórico y cultural

Tradicionalmente se consumían secas y tostadas, mezcladas con otras semillas para hacer gofio o bien en forma de tafeña, consumida esta última en invierno. En la actualidad se consumen guisadas o fritas dentro de distintos platos. En algunas épocas las arvejas llegaron a exportarse hacia puertos americanos como La Habana (Cuba) o La Guaira (Venezuela), y llegaron a importarse a Canarias algunas partidas procedentes de Estados Unidos y Francia.

Se han encontrado restos fosilizados de guisantes en yacimientos arqueológicos del Próximo Oriente que datan de hace casi 10.000 años. Las especies cultivares aparecieron relativamente poco después del trigo y la cebada, por lo que se supone que ya se cultivaban hacia el 7.800 adC. En el 2.001 adC su cultivo se había extendido por Europa y hacia el este a la India, aunque hasta el siglo XVI sólo se usaba en grano seco o como forraje. A partir de ese momento, empezó a usarse también el grano fresco.

Secale cereale

Centeno

SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

El centeno es el cereal de invierno más rústico, resistiendo bien el frío y los períodos secos, siendo poco exigente en precipitaciones, por lo que se cultiva en climas muy diversos, desde los templados a los semiáridos. El centeno es un cultivo de suelos pobres y poco fértiles, propios de climas templados, donde a menudo consiste la única alternativa de cultivo de cereal, aunque prefiere los suelos profundos.

Para obtener un buen nacimiento, se necesita sembrar en un lecho fino y húmedo. La preparación del terreno será más cuidadosa cuanto más tarde se realice la siembra. En el huerto, se cosechan los rastros y se siembra el suelo a una profundidad de 20 cm.



Cosecha y reproducción

El centeno madura cuando el grano está bien cuidado en la espiga y no se desmorona, pero las sustancias secas no entran en él.

El grano recibido se limpia, clasifica y luego cae en el secado y almacenamiento. De esta cosecha separaremos la parte destinada al cultivo posterior y utilizaremos el resto. Los tallos secos pueden usarse como forraje o materia prima para techos de cormo.



Características botánicas y organolépticas

El centeno tiene un sistema radicular fasciculado parecido al del trigo, aunque más desarrollado que el de éste. Esta es una de las razones de su gran rusticidad. El tallo es largo y flexible. Las hojas son estrechas. Las espiguillas no tienen pedúnculo y van todas unidas directamente al raquis, correspondiendo una sola a cada diente de éste. Las glumas son alargadas y agudas en su ápice y las glumillas, vellosas por su parte dorsal, se prolongan en una larga arista.

Del centeno se obtiene un pan oscuro, muy húmedo y de sabor amargo.



Valor histórico y cultural

En ocasiones se usa para elaborar gofio, pero su principal utilidad es para el ganado, como alimento o cama, o bien para techar los pajales tradicionales. Antiguamente, la paja de centeno también se usaba para rellenar los colchones.

REFRANERO POPULAR

"LOS CEREALES, TIENEN MUCHA TRADICIÓN, MUCHAS COSAS DETRÁS. PARA RECOGERLOS, QUE SE SIEGA CON LAS "JOCES" (HOCES), Y CON EL DEDIL PARA NO "SAJARSE" LOS DEDOS. Y ANTES, MÁS ATRÁS, SE REUNÍA BASTANTE GENTE PARA TRABAJAR, Y SE ECHABAN UNOS CANTES (...) LO VAS SEGANDO Y LO HACES ASÍ, EN MONTULLOS, QUE LUEGO LOS REÚNES PARA ATARLOS, PARA HACER LOS MOLLOS. Y, ANTES, LOS CARGABAN LAS BESTIAS PARA LA ERA, PARA TRILLAR Y SACAR EL GRANO PARA EL GOFTO, Y LA PATA PARA LOS ANIMALES. PERO CADA COSA, CADA LABOR, TIENE SU NOMBRE PARTICULAR"

Lupinus albus

Chochos, Altramuces

SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

Es un cultivo anual, de siembra directa y gran rusticidad. Es una planta que no necesita fertilización y tolera suelos arenosos, pobres y ácidos, como los volcánicos. Además soporta muy bien el frío y la sequía, por lo que puede desarrollarse donde otras plantas lo tienen difícil.

En la isla se puede sembrar todo el año, principalmente de octubre a febrero en zonas de medianías y costa, y todo el año en las zonas altas del norte como los Jarales o en la meseta de Nisdafe.



Cosecha y reproducción

El altramuz es cosechado justo antes de la maduración y se deja en el suelo para terminar de madurar. Siendo una cosecha anual, también se aprovecha para erradicar toda la planta.

Luego se puede pasar con una trilladora para separar las semillas del resto.

Para su consumo es necesario poner los chochos en remojo con agua salada durante, al menos, 12 horas.

La reproducción se realiza mediante semillas, que seleccionaremos de aquellas plantas con las características deseadas. Tienen una viabilidad de 2-3 años en condiciones adecuadas de conservación.



Características botánicas y organolépticas

Se trata de una planta herbácea anual, de tallo erguido, clíndrico y recto sube unos 60 centímetros, pero puede superar el metro si se considera también la inflorescencia tardía en la parte apical. Las ramas se ramifican de la parte inferior del caule. Las hojas son largas pecioladas y palmeadas, compuestas. Las flores son pequeñas, de color amarillo o blanco, dispuestas en racimos terminales. La fruta es una legumbre, la vaina clásica, coriácea y formada por dos partes muy apretadas, tanto que las semillas en su interior crecen aplanadas (como lentejas en lugar de habas). Las semillas, la parte comestible pero sólo después de un tratamiento adecuado, son de color blanco amarillento aplanado circular.

La variedad de El Hierro presenta una semilla o chocho ligeramente más pequeño que su variedad comercial.



Valor histórico y cultural

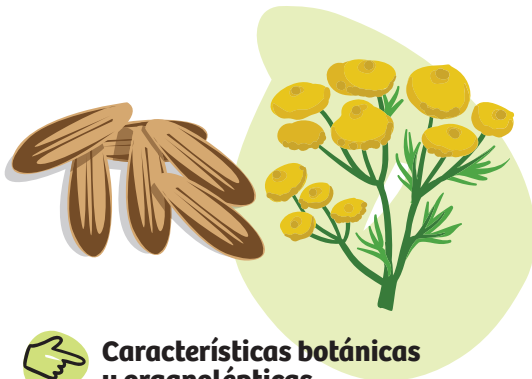
Los chochos se utilizaban para la elaboración del gofio y como pienso para el ganado. Actualmente se consumen principalmente encurtido.

El encurtido tradicional de los chochos o altramuces consiste en un proceso previo de tostado se introducían en los charcos de las salinas, zonas de charcos naturales e incluso bufaderos o pozos donde penetraba el agua de mar en determinados momentos del mes. Permanecían en remojo alrededor de 10 días para que perdieran el amargor y fueran seguros para el consumo humano.

Es un cultivo que ha pasado de modesto alimento para humanos y ganado a ser considerado en medicina natural por sus múltiples beneficios. Estudios recientes han identificado el altramuz como una acción favorable para reducir el nivel de colesterol malo (LDH), pero la molécula responsable aún no se ha determinado con certeza.

Isatis tinctoria

Hierba pastel



SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

Es una planta ruderal y arvense que crece preferentemente sobre suelos ácidos, neutros, alcalinos y muy alcalinos, si bien es capaz de crecer sobre arenas silíceas, desde los 500 a los 1800 m de altitud. Su parte subterránea crecerá con vigor en suelos con textura arenosa, franca o arcillosa, éstos se pueden mantener generalmente húmedos.

Es de suma importancia regar manteniendo un equilibrio más o menos constante en la humedad del suelo. Un aspecto interesante a comentar es que no tolera los encharcamientos, por lo que la zona de plantación debe estar muy bien drenada.

Es una especie que necesita lugares de sol o semisombra.



Cosecha y reproducción

Crece y se reproduce durante todo el año. La parte útil son las hojas con las que se hace el tinte. Es una planta melífera, que atrae a muchos polinizadores dada su profusa floración de color amarillo, que en la isla puede durar casi todo el año. Esta característica le añade gran valor ambiental.

Se reproduce por semilla y se puede recoger cuando esta está seca. Al ser una planta bianual y muy rústica, podemos encontrar semillas durante todo el año, en función de su localización y condiciones climatológicas.



Características botánicas y organolépticas

Planta herbácea de hasta 120 cm. Tiene hojas basales arrosetadas, de forma obovado - oblonga, atenuadas en un peciolo, las hojas superiores son más pequeñas, de ligeramente lanceoladas y enteras.

Las flores se agrupan en inflorescencias de tipo racimo, sin brácteas, agrupados a su vez en inflorescencias con aspecto de panícula de color amarillo.

Es una planta que en la isla se ha llegado a asilvestrar y puede encontrarse en diferentes puntos, muy frecuente en el norte, en el borde de caminos y zonas de pasto en desuso.



Valor histórico y cultural

Se cultivó desde muy antiguo para la obtención de un tinte azul a partir de sus hojas, trituradas y tras un proceso de fermentación. Hasta fines del s. XVI, cuando el índigo se pone en el mercado por el desarrollo de las rutas del "Lejano Oriente", el isatide era la única fuente de tintura azul en Europa.

La yerba pastel tuvo mucha importancia en Canarias en el siglo XVI. La exportación de esta hierba enriqueció al Archipiélago sobre todo a principios del siglo XVI y, aunque su cultivo continuó durante el mismo y en el siglo XVII su importancia, sin embargo, disminuyó con la llegada del tinte azul del añil *Índigo azul*.

Lactuca sativa

Lechuga

SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

En El Hierro se plantaba aprovechando los huecos en los cultivos de las papas. Por ello sabemos que soporta todo tipo de suelos, bien regado y aireados, en diferentes alturas.

Se cultiva durante todo el año, siguiendo el ciclo de las papas y su muda tradicional de costa a cumbre.



Cosecha y reproducción

Se cosecha aproximadamente a los 60 días de su siembra.

Se reproduce por semilla, que se obtiene de aquellas siembras que se realizan en verano ya que es la época en la que se va a flor. Se deja desarrollar la inflorescencia y se reservan las semillas para el resto del ciclo hortícola.



Características botánicas y organolépticas

Presenta grandes hojas de color verde medio, crujientes, con abullonado grueso y con acogollado. Buena al paladar y resistente al mal tiempo.



Valor histórico y cultural

Esta lechuga, junto con otra variedad autóctona que no se ha podido recuperar, es una única en su especie que se conoce como cultivo asociado a las papas en toda Canarias. La isla de El Hierro por su orografía, climas y humedad constante, consiguió cultivar una variedad de lechugas anual y optimizar las labores manuales, el riego y la superficie de suelo.

Hoy en día es una práctica que ya no se realiza con normalidad, al igual que la muda de las papas de costa a cumbre, y otras labores tradicionales.

Lathyrus cicera

Lentejón blanco, Chícharo



SIEMBRA

E F M A M J J A S O **N** **D**

COSECHA

E F M **A** **M** **J** J A S O N D



Cultivo básico

Es una especie que requiere situarse a pleno sol para que pueda desarrollarse bien.

En cuanto al suelo, precisa aquellos que sean de textura arenosa, franca o arcillosa, generalmente húmedos.

El riego deberá ser moderado para evitar que se encharque. La poda habría que realizarse al iniciar la primavera.

Se vale de insectos para polinizar las flores dotadas de unidades reproductivas hermafroditas.



Cosecha y reproducción

La semilla tierna se recoleta y se consume cruda. En seco se usaba en algunas ocasiones para hacer gofio o guisadas en potaje o compuestas.

Las semillas secas se guardan para la siguiente temporada, sembrándolas a boleto en aquellas zonas destinadas al pastoreo.



Características botánicas y organolépticas

Hierba anual, herbácea de la familia *Fabaceae*. El tallo es de 100 cm, ramificado con alas.

Las hojas son alternas, parpinnadas y de nervios paralelos con pelos dispersos por el envés.

Las inflorescencias con pedúnculo, se reducen a una sola flor solitaria y hermafrodita de colores rosas intenso a rojo-violáceo. Las semillas prismáticas, con caras ligeramente cóncavas, lisas, de color crema claro.



Valor histórico y cultural

Planta de origen mediterráneo, introducida en Canarias probablemente antes de la conquista. La semilla es comestible pero consumo continuo de las legumbres de esta especie en forma de harina se vincula con la enfermedad (latirismo) que fue muy frecuente en aquellas épocas de miseria.

Tradicionalmente el lentejón blanco se cultivaba principalmente para forraje, en prados anuales, bordes de caminos, cunetas, claros de matorral, y veredas. Se sembraba mezclado con lentejón negro (*Vicia articulata* Hormen) y la archita (*Vicia sativa*), llamándose "juelgo". Este tipo de manejo aseguraba el forraje para el ganado y la calidad del suelo, tanto en nutrientes como sanitario.

En la actualidad aún se conserva esta práctica por algunos pastores tradicionales, aunque al sustituirse el pastoreo por la alimentación en pienso y el estabulado anual, el vuelgo prácticamente ha desaparecido.

Phaseolus vulgaris

Judía pintada

SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

Les favorecen suelos mullidos, bien cavados, frescos y ricos en humus, pero sin restos de materia orgánica fresca. Soporta la incidencia directa del sol y les beneficia el suelo caliente. No soportan los vientos fuertes, por lo que debemos protegerlas si corren ese riesgo. No requieren abonado específico.

En cuanto al riego, las judías precisan de suelos que no se resequen, pues soportan mal la carencia de humedad. Evitaremos un riego excesivo en la época de la primera floración, pues podría provocar la caída de las flores. Sin embargo, para mantener una buena producción, conviene regar copiosamente tras la cosecha.

Las fechas de siembra y recolección variarán en función del clima y la zona donde las cultivemos. No soporta temperaturas inferiores a 10°.



Cosecha y reproducción

Tras la siembra, transcurren unos dos o tres meses hasta formación de la vaina; puesto que lo queremos obtener es la judía seca, nos esperaremos hasta los cuatro meses, de esta forma estará madura y seca.

Esta cosecha de judía nos servirá tanto de alimento como de semilla para futuras plantaciones.



Características botánicas y organolépticas

Las judías son plantas de la familia de las leguminosas, herbáceas y anuales, de vegetación rápida. El sistema radicular: es muy ligero y poco profundo y está constituido por una raíz principal y gran número de raíces secundarias con elevado grado de ramificación. En esta variedad, considerada enana, presenta un porte erguido y una altura aproximada de 30 a 40 centímetros.

La parte comestible, la semilla, como el fruto (vaina) son de color crema con pintas moradas, legumbre de color, forma y dimensiones variables, en cuyo interior se disponen de 4 a 6 semillas.



Valor histórico y cultural

La judía es una especie de origen americano, puesto de manifiesto, tanto por diversos hallazgos arqueológicos como por evidencias botánicas e históricas. Los indicios más antiguos de cultivo datan del año 5000 a.C.

La introducción en España y posteriormente su difusión al resto de Europa tiene lugar en las expediciones de comienzos del siglo XVI.

REFRANERO POPULAR

"DE SIEMPRE SE HAN SEMBRADO LOS CULTIVOS ALTERNANDO, ES DECIR, LA HUERTA QUE LLEVA UN AÑO PAPAS LE PONES AL SIGUIENTE LAS JUDÍAS. PORQUE ASÍ LOS BICHOS DE LA PAPA NO ENCUENTRAN SIEMPRE LO QUE LES GUSTA, LAS PAPAS, QUE SI NO CADA VEZ VENDRÍAN MÁS. Y LAS JUDÍAS LO QUE TIENEN ES QUE SON BUENAS PARA EL TERRENO, SI NO CAMBIAS DE CULTIVO SE VA AGOTANDO EL ALIMENTO DE LA TIERRA, PERO CUANDO PLANTAS LAS JUDÍAS AL AÑO SIGUIENTE LAS PAPAS SALEN CON MÁS FUERZA"



Allium ampeloprasum

Ajo porro



SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

Es un cultivo de invierno, requiere suelos húmedos y abonados. La necesidad de riego es constante, no soportando el encharcamiento. Se da muy bien en la parte norte de la isla y cumbre, aunque puede plantarse en cualquier parte respetando sus necesidades hídricas.



Cosecha y reproducción

Si la finalidad de la cosecha es el consumo, debemos esperar a que la inflorescencia presente los primeros síntomas de desecación. Entonces se corta, se interrumpen los riegos y pasados unos días se extrae la cabeza de la tierra y se deja secar unos días.

Si queremos obtener semilla dejaremos la inflorescencia hasta que esté completamente seca y las semillas bien formadas.

Principalmente la reproducción es asexual mediante el bulbo en huertos cultivados. También desarrolla unas protuberancias, comúnmente llamadas "uñas", que pueden ser utilizadas como semillas.

En huertos abandonados es muy común encontrar ejemplares que se han reproducido por semilla. En este último caso, el ciclo de producción se alargaría hasta casi dos años para obtener la reproducción de los dientes.



Características botánicas y organolépticas

Dentro del género se diferencia por sus hojas planas y anchas e inflorescencias grandes, esféricas de 2,5-7 cm de diámetro. Las flores poseen son blancas, rosadas o purpúreas.

La parte útil es el bulbo, que al igual que el ajo común se propaga formando dientes. En este caso los dientes son gigantes y suelen formarse en grupos de 2-4 por cabeza.

El sabor de este ajo es suave, muy apreciado en la cocina tradicional herreña.



Valor histórico y cultural

Originario de Oriente, lleva cultivándose más de 4000 años y, como a la cebolla, se le han atribuido multitud de efectos curativos. En la Edad Media era utilizado para combatir las numerosas epidemias, entre ellas la lepra, hecho que probablemente se encuentre relacionado con las propiedades mágicas que también se han atribuido a este producto. El ajo llega a la Península en una de las Cruzadas, y probablemente a Canarias en el siglo XVI.

Uno de los pocos cultivos autóctonos que se conservan la huerta familiar.

Solanum lycopersicum

Tomate de perita pequeño



SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

Suele sembrarse en semillero para trasplantarlo cuando tiene 3 hojas completamente desarrolladas (como mínimo). Prefiere suelos sueltos de textura silíceo-arcillosa y ricos en materia orgánica. No obstante se desarrolla perfectamente en suelos arcillosos enarenados. Riego moderado, no tolera encharcamiento.

Requiere de numerosas podas para obtener plantas equilibradas y vigorosas y, a su vez, buscar que los frutos no queden ocultos entre el follaje y mantenerlos aireados y libres de condensaciones.



Cosecha y reproducción

Se cosechan cuando pintan anaranjado o rojo no muy maduros, conservando el peciolo. Se recomienda conservarlos en un lugar aireado, fresco y con poca luz, para conservar su aroma y sabor.

Las semillas se extraen del fruto maduro, que se tritura y se deja macerar unos días en un tarro de cristal a la luz. Pasado ese tiempo se lavan y secan. Las semillas se conservan en sobres o tarros herméticos en lugar fresco y seco, alejadas de la luz. También en frigorífico entre 3-5 grados.



Características botánicas y organolépticas

El tomate pertenece a la familia de las Solanáceas, originaria de América del Sur. Es una planta que puede vivir varios años, aunque el tomate cultivado se mantenga un solo año en el campo.

Es una planta que presenta un tallo ramificado y muy poco rígido, por lo que necesita ser entutorado para mantenerse erguido. Las flores se agrupan en racimos, siendo de color amarillento, y florecen escalonadamente. El fruto es una baya carnosa, generalmente de color rojo. En esta variedad el fruto redondeado, tamaño medio, liso y sin hombros (tipo canario) con 2- 3 lóculos.



Valor histórico y cultural

Si bien se encuentran referencias del cultivo del tomate en Canarias desde al menos 1850, no parece que tuviera un gran consumo en las islas, salvo en el caso de las clases más altas. El tomate empezó a ser bastante popular en Gran Bretaña a finales del siglo XIX. Esto, junto con la presencia británica en las Islas (sobre todo empresarios de navieras), provocó el comienzo de la exportación del tomate desde Canarias. Se convierte así en uno de los dos cultivos principales de exportación en Canarias en el siglo XX, influyendo mucho en la estructura socio-económica de las islas.

REFRANERO POPULAR

"CON TOMATE Y HUEVO, EL ALMUERZO ESTÁ HECHO."
"DONDE HAY MUCHO RAMATE, POCO TOMATE."
"PREFIERO EN MI CASA TOMATE O CALABAZA,
QUE EN LA DE OTROS BECADA DE CAZA."
"VIÑO CON TOMATE, NO ES UN DISPARATE,
Y SI ESTE ES FRITO, MEJORA TU VINICO."

Brassica oleracea

Col del país

SIEMBRA

E F M A M J J A S O N D

COSECHA

E F M A M J J A S O N D



Cultivo básico

La *Brassica oleracea* necesita una ubicación soleada y fresca y su temperatura ideal es rondando los 15°C.

El suelo ideal para estas coles debe estar formado por 1 parte de arena, 3 de tierra de brezo y 2 de turba, aunque puede vivir en suelos bien drenados y con un buen aporte de materia orgánica. Los riegos deberán ser abundantes, pues es una planta que necesita mucha agua.

Es una especie altamente resistente a la salinidad y moderadamente tolerante a la acidez del suelo.



Cosecha y reproducción

Se puede cosechar durante todo el año, ya que se aprovechan las hojas y esta planta tiene gran capacidad de formar hojas nuevas conforme las vamos recolectando.

Su propagación puede ser mediante semilla, que se extrae de la inflorescencia desarrollada en los meses de verano.

Tradicionalmente se deja semillar el suelo de forma natural y se realizan trasplantes de las plántulas a las localizaciones deseadas. Preferiblemente en invierno.



Características botánicas y organolépticas

Muy rústica, casi asilvestrada. De tallo erecto, ramoso, que puede llegar a los 50-70 cm de alto. Esta una variedad que se acogolla ligeramente y con un desarrollo foliar extraordinario. Las flores



son amarillas o blanquecinas, de unos 2,5 cm de diámetro y se agrupan en racimos desarrollados a partir del tallo principal y de sus ramificaciones.

La col del país es una planta de la familia de las Crucíferas. Es muy apreciado como alimento, se usan sus hojas en pucheros principalmente, también en fresco por su efecto refrescante y como forraje por su aporte vitamínico.



Valor histórico y cultural

Se sostiene la presencia de la col ya desde el siglo VI A.C., Plinio en particular cita la col brécol como elemento importante sobre las mesas de los romanos más ricos, y noticias ciertas refieren que la col fue cultivada en España por los árabes, que la introdujeron desde Siria alrededor del siglo XII.

Con el descubrimiento de América inició la época de los viajes navales de largas distancias. Este hecho planteó a muchos navegadores la dramática cuestión de como contrarrestar el escorbuto, una enfermedad causada por la falta de Vitamina C. Navegando por largos períodos sin tocar tierra se mostraron enseguida útiles, para contrarrestar las faltas de vitamina C sobre todo las coles, de fácil cultivo en todo tipo de climas. La gruesa reserva a bordo de coles frescas permitió así de poder hacer viajes de muchas semanas sin tocar tierra. De las virtudes de la col el capitán Cook hace depender la salud de su tripulación: durante tres años de navegación en todas las latitudes en efecto no perdió nadie de sus 118 hombres, en cuánto les hizo comer coles cocidas o crudas. Probablemente debido a este uso es cuando se popularizó en las Islas Canarias, el puerto a las Américas más importante de Europa en esa época.

En el 1500 la planta de col fue utilizada como laxante, mientras durante el 1600 el caldo de col fue encomendado para todas las afecciones pulmonares.

Siempre gracias a las escoltas de coles fueron posibles en el 1700 y en el 1800 las campañas de meses de pesca en mar abierto para los barcos balleneros.

La literatura médica del siglo pasado testimonia que la col fue utilizada para curar resfriados, catarros, laringitis, pero también para curar la pleuritis y el reumatismo.

3. EXTRACCIÓN SEMILLAS DE **variedades locales**

Es importante que las plantas que seleccionemos estén en perfecto estado sanitario, sin plagas o enfermedades que comprometan su viabilidad y que, además, tengan las características propias de la variedad y, a ser posible, que sean las mejores (tamaño, precocidad, aspecto general, etc.)

Para extraer las semillas de frutos carnosos podemos dejarlos secar en ambientes de poca humedad relativa, antes de extraer la semilla (berenjena, pimiento). También podemos macerar los frutos durante varios días, lavar y secar la semilla (tomate, pepino) o extraerlo directamente de forma manual (calabaza, melón, sandía). Para secar la semilla después del lavado es conveniente dejarlas al sol unos días y no utilizar papel absorbente para ello, puesto que puede dañar la superficie de las mismas.

En frutos secos es conveniente dejar secar la infrutescencia y después realizar un trillado y limpieza (lechugas, zanahorias, cereales...).



**"Si no se puede reutilizar, reducir,
REPARAR, RECONSTRUIR, RESTAURAR, REVENDER, RECICLAR O COMPOSTAR,
entonces debe ser prohibido, rediseñado
o eliminado de la producción"**

Pete Seeger

CONSERVAR LAS SEMILLAS

variedades locales

Las semillas, correctamente conservadas y almacenadas, pueden tener un tiempo de viabilidad variable en función de la especie. Así encontramos, por una parte, semillas “de vida corta”, como la cebolla, que aguantará un año. Por otra parte, hay otras de “vida larga” que pueden permanecer años manteniendo su capacidad germinativa.

- **VIDA CORTA A MEDIA (1 a 3 años):** Guisante, berenjena, cebolla, haba, lechuga, melón, pepino, pimiento, rabanito, repollo, rúcula, zanahoria, calabaza, calabacín, cormo.

- **VIDA LARGA (más de 3 años):** Acelga, apio, perejil, remolacha, tomate, cereales, legumbres.



DESECACIÓN

El método más tradicional para secar las semillas ha sido el sol. Teniendo en cuenta que la humedad ambiental aumenta por la noche, debemos procurar que la exposición se mantenga entorno a un 10-15%. Para ello podemos guardarlas en recipientes herméticos por la noche.

También es interesante el uso de deshumidificadores eléctricos o agentes desecantes (arroz tostado, arcillas, tizas o gel de sílice, carbón). Estos materiales se pueden introducir en los recipientes para su conservación a largo plazo, haciendo que la humedad de nuestras semillas se mantenga lo más baja posible.



TEMPERATURA

El control de la temperatura hará que nuestra semilla se mantenga latente durante más tiempo y poder alargar así su viabilidad. Han de conservarse, perfectamente secas, a una temperatura entre 4-6° (rango superior de parada vegetativa) o en congelador en torno a los -18° (puede alargar la vida útil durante años).



ALMACENAJE

Lo óptimo para conservar nuestras semillas más tiempo es almacenarlas en recipientes herméticos de vidrio o cristal. Para ello se pueden reciclar los tarros de uso cotidiano en el hogar: conservas, mermeladas, patés, etc. Es conveniente lavarlos adecuadamente y desinfectarlos en agua hirviendo unos minutos antes de su uso.

Una vez desinfectados los contenedores, secada e introducida nuestra semilla, es muy útil y recomendable incluir un etiquetado con la variedad y la fecha de almacenamiento. A modo de consejo, esta etiqueta es preferible hacerla en papel de escritura (folio) con lápiz de carbón e introducirla dentro del bote junto con las semillas. Evitamos así la pérdida de la información por agentes externos y agregamos un elemento desecante extra (aunque prácticamente simbólico).

También, como dijimos en el apartado anterior, es conveniente introducir agentes desecantes como arroz tostado, arcillas, carbón o tizas (horneados previamente para garantizar su máxima sequedad), o gel de sílice, muy recomendable para la conservación de las semillas en frascos de cristal.



CONTACTO:

Fundación Global Nature



info@fundacionglobalnature.org



Colabora:

