

Cómo Cultivar las Espinacas

Algunos consejos estándar sobre el cuidado y la cosecha de las espinacas



La espinaca, con sus hojas mantecosas y nutritivas y su resistencia al frío, nunca pasará de moda.

Prefiere el clima fresco, especialmente cuando llega el otoño, cuando los días se acortan gradualmente y el sol sale más bajo en el cielo. Las plantaciones de primavera son mejores para la producción de hojas tiernas ya que las plantas se atornillan rápidamente con días más largos y calurosos.

Como siempre, consulte su paquete de semillas para obtener información específica sobre el cuidado y la cosecha de la variedad que usted ha elegido.

Cuándo sembrar

La espinaca es un cultivo de estación fría que crece mejor al principio y al final de la temporada de cultivo. En Georgia, podemos cultivarla en otoño, durante el invierno y hasta la primavera.

En otoño, siembre las semillas aproximadamente un mes antes de la primera helada. La espinaca es muy resistente a las heladas, y se puede seguir cultivando sucesiones durante el otoño y el invierno. ¡El clima helado en realidad hace que las hojas de espinaca sean más dulces!

En la primavera, siembre las semillas temprano, hasta unas 8 semanas antes de la fecha de la última helada.

Cuando el clima se vuelve demasiado cálido, las plantas florecerán o producirán semillas, y las hojas se volverán demasiado amargas para comer. Si su espinaca se atornilla, ¡no se preocupe! Es un momento emocionante en el ciclo de vida de la planta: ¡lleve a los estudiantes al jardín para observarlo y hablar sobre ello!

Dónde Sembrar

Siembre las espinacas a pleno sol y en un suelo fresco y bien drenado. Se puede cubrir la tierra (con hojas, heno, etc.) alrededor de las plantas de espinaca para ayudar a mantener la tierra más fresca. Las raíces de las espinacas se pudren si la tierra está demasiado empapada; afloje la tierra antes de plantar. Si desea cultivar espinacas en un recipiente, asegúrese de que el exceso de agua se drene fácilmente del recipiente.



Cómo Sembrar

La espinaca desarrolla una raíz principal profunda y necesita un suelo bien drenado, así que trabaje el suelo a una profundidad de al menos 1 pie antes de plantar.

Plante semillas de espinaca a aproximadamente $\frac{1}{4}$ de pulgada de profundidad (simplemente cúbralas con suficiente tierra para que no sean arrastradas por el viento o arrastradas por el agua), en filas separadas por 1 pie.

Las semillas de espinaca son muy pequeñas, por lo que es más fácil esparcirlas a lo largo de la fila en la que desea cultivar. Cuando las plántulas midan aproximadamente 4 pulgadas de alto o tengan al menos dos hojas verdaderas, adelántelas para que queden entre 4 y 6 pulgadas.

Cómo Cuidar

A la espinaca le gustan los días frescos y cortos, un suelo saludable rico en materia orgánica y con un pH neutro y mucha agua.

A medida que crezcan sus plantas, considere cubrir con mantillo el suelo que las rodea para mantener fresca la temperatura del suelo. Considere cubrir sus espinacas con un paño de sombra si la temperatura suba los 80 grados.

Prevenga enfermedades y plagas con la rotación de cultivos y un buen saneamiento (desmalece con frecuencia, no deje plantas muertas en los lechos del jardín, etc.)

Cómo Cosechar

Comience a cosechar en 6-8 semanas. Corte con cuidado (con tijeras, un cuchillo pequeño o simplemente pellizcando con las uñas) las hojas exteriores para aumentar la productividad. Cuando sus plantas comiencen a mostrar signos de atornillar, corte justo debajo del accesorio de la raíz para cosechar todo el cultivo.



**SPINACH
to WIN it!**

Cómo guardar semillas de espinaca:

Paso 1: Permita que las plantas de espinacas se atornillen. Luego, corte los tallos de las semillas con un cuchillo cuando estén dorados y completamente secos.

Paso 2: Sacuda las cabezas de las semillas sobre un tazón grande para quitarlas. Luego, separe las semillas de la paja y otros escombros.

Paso 3: Coloque las semillas en una bolsa de papel y dóblela varias veces. Luego, coloque la bolsa en un frasco de vidrio y cierre bien la tapa.

Paso 4: ¡Guarde el frasco en un lugar fresco y seco hasta la temporada de siembra!

Consejo: Las semillas de espinaca no se almacenan bien, así que asegúrese de usar todas las semillas de espinaca guardadas la temporada siguiente.