



Livin' La vida OKRA



¿Puedes ver la ocrá en la foto?

¿Qué es la Ocrá?

Okra/Ocrá/Quingombó

- La ocrá es una vaina de semillas porque contiene por dentro las semillas para reproducir la planta. Esto quiere decir que podrías sembrar las semillas dentro de tu ocrá para cultivar tu propia planta de ocrá!
- Consulte nuestra hoja de actividades para conocer la ocrá para obtener más información sobre las diferentes partes de la planta y la vaina de okra.
- Debido a que tiene semillas, la ocrá se considera una fruta, aunque se come como una verdura.

Datos Curiosos

- *Abelmoschus esculentus* (ab-el-MOS-kus ess-kew-LEN-tuss) es el nombre científico de la ocrá. *Abelmoschus* deriva del árabe, que significa "fuente de almizcle" o "padre del almizcle", y *esculentus* deriva del latín, que significa "lleno de comida" y "delicioso".
- La ocrá es parte de la familia de verduras "Malva", que también incluye productos como el hibisco y el algodón.
- Hay al menos 1099 variedades de ocrá conocidas en el mundo, y se sospecha que hay mucho más por descubrir.
- A lo largo de la historia, las semillas de ocrá se han utilizado como alternativa a los granos de café.
- La ocrá se cultiva en muchas regiones tropicales del mundo, como Asia, África, el Caribe y el sur de los Estados Unidos.
- La ocrá a menudo se conoce como "gumbo" o "Lady Fingers" en varias áreas del mundo.

Libros Infantiles



*OKRA

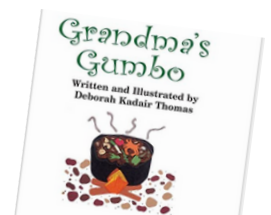
por: Michelle Hawkins
*en español

Feast of Peas
por: Kashmira Sheth



Mr. Okra Sells Fresh Fruits and Vegetables
por: Lashon Daley

Grandma's Gumbo
por: Deborah Kadair Thomas



Variedades de Odra



Reina de Plata

La variedad de Silver Queen es una rara variedad de la reliquia, más famosa por su color blanco cremoso. Las vainas pueden crecer hasta siete pulgadas de largo y son conocidas por su textura bastante suave.



Okra Borgoña

En 1988, el profesor de la Universidad de Clemson, Leon Robbins, participó en una competencia nacional en la que presentó al mundo una variedad de odra especial: ¡Burgundy Okra! Desde entonces, otras variedades rojas de odra se han vuelto muy comunes, con apodos como "Red Velvet" o "Little Lucy". La odra borgoña sabe y crece igual como la verde, pero es la primera de su tipo desde que comenzó a cosecharse la odra en el siglo XII.



Cuerno de Vaca

Durante principios de los años 1900, esta variedad de odra fue presentada a los agricultores de Mississippi por una mujer de la tribu indígena los Creeks. La razón por la que se le llama "cuerno de vaca" es por su forma retorcida y única. ¡El stock de una de estas plantas puede crecer hasta 12 pies de altura!



Baby Bubba Okra

A pesar de que las vainas son más cortas (se lo conoce como "odra enano"), las vainas interiores de Baby Bubba pueden ser muy grandes, a veces dos veces más grandes que las que se encuentran en otras variedades de odra. Se puede cultivar la Baby Bubba Okra en una maceta y es reconocible por sus tallos largos y frondosos y sus flores amarillas.

Chistes de Odra

¿Cuál estado es el mejor para cultivar la odra?

Respuesta: Okra-homa



¿Qué le dices a alguien que te pide que comas tus verduras?

Respuesta: Okra dokie artichokie