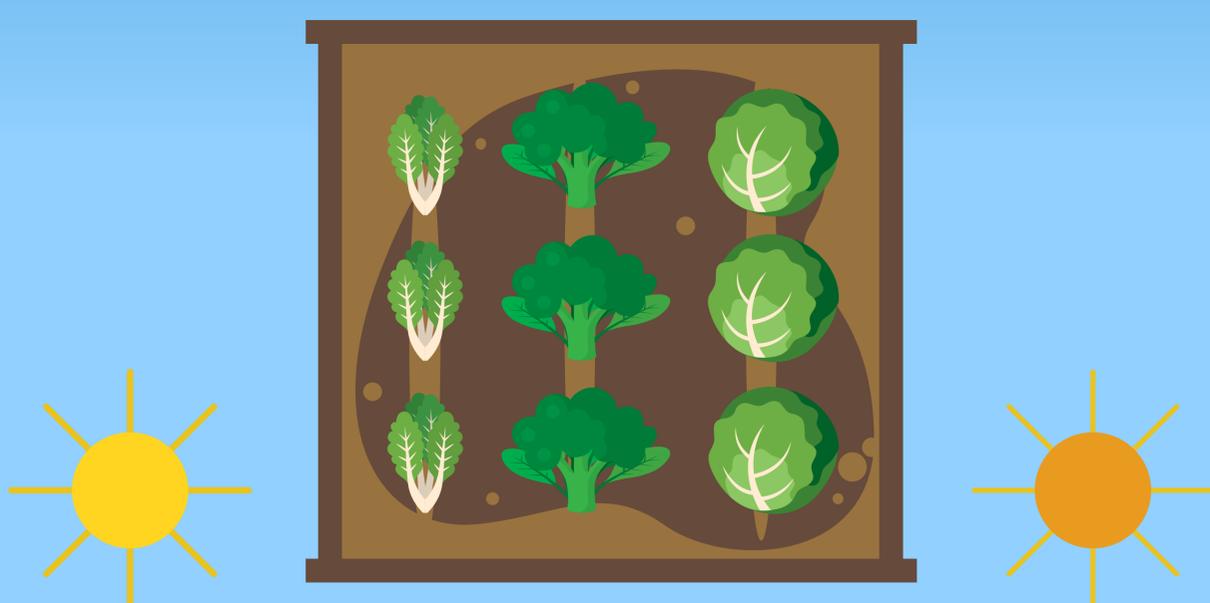


# CAPÍTULO 7

## COSECHA Y ALMACENAMIENTO DE LAS HORTALIZAS



### 1. COSECHA

Cosechar en las horas más frescas del día. En la mañana temprano o en las últimas horas de la tarde, cuando refresca.

Todo lo que se va cosechando o recogiendo, colocarlo a la sombra.

Coger con cuidado los productos de la cosecha. No se deben golpear, ni apretar, ni romper con las uñas.

En el caso de cebolla, ajo, zapallo y papa, se debe cosechar cuando las hojas estén secas.

Cuando se cosechan hortalizas de raíz (como la remolacha) y de bulbo (como el rábano), aflojar primero el suelo con un rastrillo o pala. Así se evita que se pueda dañar el producto al sacarlo.



### 2. ALMACENAMIENTO

Para tener siempre hortalizas frescas en la mesa se deben cosechar a medida que se necesitan.

¡La huerta es el mejor lugar para que las hortalizas se mantengan frescas!

Para tener siempre hortalizas a punto de cosechar hay que hacer siembra escalonada

Algunos cuidados para almacenar hortalizas son:

Eliminar las hortalizas que están blandas, dañadas, enfermas o atacadas por insectos.

A las hortalizas como zanahoria, betarraga y rabanito, se les debe cortar las hojas dejando solo 1 cm. de ellas.

Algunos productos como los tomates y los melones se pueden cosechar inmaduros y conservarse hasta que maduren.

Se debe dejar siempre espacio entre las hortalizas para que circule el aire.



Creado y distribuido por:



**CANTO VIVO**  
Educación, Ecología y Cultura Popular

— 2020 —