

MARTA ROSIQUE Y RAÚL PIQUERAS



MINI

Una guía paso a paso
para revolucionar
tu balcón

HUERTOS

zenith

MARTA ROSIQUE
Y RAÚL PIQUERAS

MINIHUERTOS

Una guía paso a paso
para revolucionar tu balcón

zenith

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Primera edición: marzo de 2019

© Raúl Piqueras y Marta Rosique, 2019

© Editorial Planeta, S. A., 2019

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.zenitheditorial.com

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-20188-5

Depósito legal: B. 3965 - 2019

Fotocomposición: gama, sl.

Ilustraciones de interior: © Marta Rosique Amante

Fotografías de cubierta: © Shutterstock

Diseño de la cubierta: Planeta Arte & Diseño

Impreso y encuadernado en España por Liberdúplex

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico..

SUMARIO

Introducción	9
PRIMERA PARTE. CLAVES PARA CULTIVAR EN ESPACIOS PEQUEÑOS	
1. La localización del huerto	17
2. La temporada de los cultivos	30
3. La elección de los cultivos.....	34
4. La elección del recipiente adecuado	37
5. El sustrato	45
6. Otros materiales útiles para el huerto.....	50
7. La siembra	53
8. Trasplantes.....	64
9. El riego	68
10. El abonado.....	77
11. Plagas y enfermedades comunes.....	87
12. Asociaciones	104
13. La rotación de cultivos.....	115

SEGUNDA PARTE. IDEAS PARA CULTIVAR EN ESPACIOS PEQUEÑOS

14. CESTAS COLGANTES	121
15. JARDINES VERTICALES.....	128
16. JARDINERAS Y MACETAS	135
17. MESAS Y CAJONERAS DE CULTIVO	139

TERCERA PARTE. CULTIVOS PARA EL MACETOHUERTO

18. Cultivos de hoja	147
19. Cultivos de fruto	164
20. Raíces.....	193
21. Aromáticas	213
22. Frutales.....	236
Epílogo	247
Agradecimientos	249
Glosario	251
Referencias bibliográficas	255

PRIMERA PARTE

CLAVES PARA CULTIVAR EN ESPACIOS PEQUEÑOS

LA LOCALIZACIÓN DEL HUERTO

Muchas veces, con la emoción de empezar, colocamos macetas distribuidas sin ton ni son por nuestro espacio, sin tener en cuenta que es imprescindible una pequeña fase de diseño para que el huerto empiece con buen pie.

Para realizar un buen diseño inicial, es importante pararse a observar un momento, mirar con detenimiento las características del lugar donde queremos colocar nuestro huerto. ¿Tiene suficiente luz? ¿Cuáles son las zonas con más viento? ¿Qué temperaturas alcanza mi balcón en verano, y en invierno? ¿Con cuánto espacio cuento? Todos estos datos te ayudarán a escoger los cultivos más adecuados para tu situación y a distribuirlos correctamente, y te indicarán si vas a necesitar aportar cuidados extra en algún momento.

En este capítulo nos centraremos en desglosarte todo lo que necesitas tener en cuenta a la hora de escoger la localización de tu cultivo para que tu huerto despegue de la mejor manera posible.

LA LUZ

La luz es la gran ignorada por hortelanos novatos a pesar de ser un factor importantísimo. Todas las plantas la necesitan en mayor o menor medida

para hacer la fotosíntesis y crecer. Por eso, antes de empezar a plantar nada, conviene que averigües cuáles son las zonas de sol y sombra de tu jardín, balcón o patio, y las uses para generar microclimas en tu huerto. Ten en cuenta la orientación y la sombra generada por edificios, árboles, etcétera, y ¡úsalo en tu favor jugando con ello!

Estudia bien de cuántas horas de luz dispones y a qué horas tienes luz

Esto determinará qué puedes plantar, ya que cada planta tiene unos requisitos de luz diferentes. A continuación, tienes una clasificación de los cultivos según el número de horas de luz directa que necesitan. Por cierto, cuando hablamos de luz directa, nos referimos a luz solar directa.⁵

- **Cultivos que requieren 6-8 horas de luz directa.** Como norma general, los cultivos de fruto requieren más horas de luz que el resto. Las aromáticas típicas del Mediterráneo también son más felices y productivas con un mínimo de 6 horas de luz. No es necesario que sean seguidas, ya que en las ciudades, las sombras de los edificios pueden interrumpir la continuidad de la luz. Lo que es importante son las horas totales al día.
- **Cultivos que requieren 3-6 horas de luz directa.** Las plantas que se cultivan para cosechar sus hojas (como las lechugas o las espinacas) o su raíz (como los rabanitos o las cebollas) necesitan menos horas, aunque si están en un lugar fresco y no les falta riego, pueden aceptar unas cuantas más.
- **Cultivos que se pueden cultivar sin luz directa.** ¿Qué pasa si no cuentas con las horas necesarias de luz? Pues depende. Aunque no podrás cultivar en una zona oscura que no reciba nada de luz natural, sí podrás hacerlo en lugares que no reciben el sol directo pero son luminosos (por ejemplo, una ventana o un balcón orientado al norte, que recibe luz natural pero no sol directo). Aunque estos cultivos prefieren unas cuantas horas de luz directa, se conformarán si no tienen más remedio.



Coloca los cultivos más exigentes en las zonas con más luz, y los que agradecen cierta sombra bajo estos o en zonas con menos horas de luz directa

Dedica unos minutos a estudiar la distribución de las plantas en tu huerto. Intenta aprovechar los diferentes microclimas que tiene tu espacio. Recuerda que todo es aprovechable: una pared luminosa puede alojar los cultivos más exigentes, mientras que la sombra generada por el murete del balcón dará refugio a aquellos cultivos amantes del fresco en los meses más calurosos. Procura que sea la selección de los cultivos la que se adapte a las condiciones con las que cuentas y no al revés, ya que esto último suele acabar en desastre.

Además, también resulta muy útil aprovechar las sombras generadas por los cultivos en los meses de más calor. La sombra vegetal tiene como ventaja que es la más fresca y húmeda, y suele ir muy bien para proteger los cultivos más sensibles a los rayos del sol.

LUZ



TRUCAZO

Colocar las hojas de ensalada, como las lechugas y la rúcula, a la sombra de cultivos altos es una buena idea en climas calurosos en los meses de verano.

Cultivos altos amantes del sol que dan buena sombra:

- Tomate
- Pimiento
- Pepino
- Berenjena
- Calabacín

Cultivos a los que les gusta aprovechar la sombra vegetal:

- Rúcula
- Lechuga
- Cilantro
- Espinaca
- Rabanito
- Canónigo

Ten en cuenta la orientación del espacio de cultivo

Las horas de luz dependen en gran medida de la orientación de la que dispongas, así que conocerla te permitirá realizar un diseño acorde a tu situación. En el hemisferio norte, estas son las condiciones de las diferentes orientaciones:

- **Orientación norte.** No suele tener luz directa, sobre todo en invierno. Es la que más horas de sombra tiene de todas las orientaciones. Si aun así es una zona luminosa, puedes cultivar todos aquellos cultivos que toleran la sombra.
- **Orientación sur.** Recibe sol durante todo el día, así que es perfecta para aquellos cultivos más exigentes en luz. En épocas calurosas deberás estar más pendiente del riego y del calor que en otras orientaciones.
- **Orientación sureste.** Recibe sol durante las mañanas. Es la mejor para los climas calurosos, ya que las horas de luz coinciden con las horas más frescas del día.
- **Orientación suroeste.** Recibe sol por las tardes. Es la menos indicada para climas calurosos, ya que las horas de más luz coinciden con las más calurosas. En estos casos será necesario proveer cierta sombra durante las horas de sol más intenso. Sin embargo, es la que más éxito tiene en lugares fríos.

LA LOCALIZACIÓN

Al escoger la localización para tu huerto, deberías tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Evita las zonas con mucho viento, ya que este tiende a evaporar el agua del sustrato con mucha rapidez.
- No coloques recipientes muy pequeños en paredes o zonas con muchas horas de insolación, ya que se secarán muy rápido. Más adelante te explicaremos la importancia de escoger grandes volúmenes de recipientes para tu huerto.
- Procura no colocar el huerto en una zona muy lejos de un punto de agua. Te resultará incómodo regarlo a diario en los meses de verano.

El espacio

Piensa en tu balcón o terraza como en una habitación. No solo tienes el suelo disponible, sino ¡también las paredes y el techo! El espacio con el que cuentas es tridimensional y, por tanto, tu huerto también. Busca la luz colgando jardines verticales de la pared y cestas del techo. Aprovecha hasta el último centímetro utilizando barandillas y repisas de ventana.

Tampoco quiero que pienses que es necesario invertir en un jardín vertical (si no es lo que quieres). Hay muchísimas otras formas de aprovechar una pared. Desde un simple estante donde colocar las macetas, a escaleras o macetas de pared. Estas te permiten buscar el mejor microclima para cada planta.

Recuerda que es prioritario escoger un lugar que se adapte a las condiciones de tu planta más que guiarte exclusivamente por los metros cuadrados. Así pues, si solo cuentas con una repisa de una ventana luminosa o con un patio interior que no recibe nada de luz, es recomendable escoger la primera localización. Esto tiene una explicación muy sencilla: con el espacio se puede jugar, es flexible, simplemente hace falta usar un poco la imaginación. Sin embargo, con la luz disponible no hay juego posible; hay la que hay.

Consejos para aprovechar al máximo los centímetros de tu huerto

- **Opta por cultivos pequeños.** Existen, y son muchos y variados. Algunos de ellos son las hojas de ensalada (especialmente si los cultivas como brotes), los cultivos de raíz y la mayoría de aromáticas, que se adaptan a cualquier rinconcito con una buena cantidad de luz.
- **Escoge variedades enanas de los cultivos más grandes.** Tomates, pimientos, berenjenas, judías y guisantes, todos los cultivos hortícolas se presentan en muchísimas variedades. Lo que quiere decir que además de contar con diferentes formas de fruto, color y sabor, su forma y tamaño también varía mucho de una variedad a otra. Investiga un poco antes de escoger la variedad y te aseguro que le sacarás el máximo rendimiento a cada centímetro.
- **Guía en vertical.** ¿Has visto alguna vez una hilera de tomates guiadas por cañas? Esta técnica tan simple de guiar hacia arriba es muy fácil de extrapolar a otros cultivos: pepinos, judías y guisantes se adaptan genial a vivir en alturas.
- **Utiliza asociaciones.** Existen combinaciones sencillísimas de cultivos que te permiten aprovechar al máximo cada centímetro de superficie cultivable. Consulta el capítulo de «Asociaciones» para ver algunas.

Retos que conlleva el espacio

El lugar también condiciona mucho las características climatológicas de nuestro huerto. No es lo mismo un huerto en interior que en un patio, y este no se enfrentará a los mismos retos que un huerto en una ventana. En el siguiente apartado te hemos clasificado los diferentes retos a los que se enfrentará tu huerto, y a los que deberás prestar especial atención, según el espacio en el que lo ubiques.

HUERTOS INTERIORES

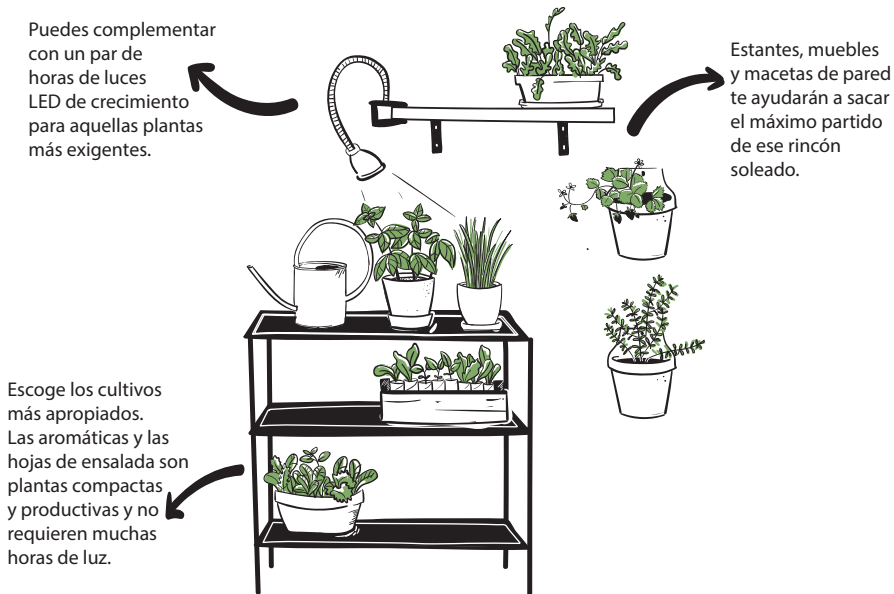
Te gustaría poder disfrutar del olor de la albahaca fresca y de los tomates recién cogidos del huerto, pero tu piso de 30 metros cuadrados parece que no está por la labor. No hay jardín, no hay balcón. Las opciones de tener un huerto parece que se acabaron ahí, ¿cierto?

Pues hay esperanza, ya que la repisa de la cocina o un rincón del salón pueden ser un perfecto huerto de interior. Vale, no tendrás melones, pero te podrás hacer tranquilamente tus ensaladas, e incluso, con suerte, también caerá algún tomate.

Estos son los mayores retos de un huerto de interior:

- **Falta de luz.** Recuerda que dependiendo de lo que quieras plantar, necesitarás más o menos luz. Necesitarás colocar el huerto en una ventana con unas cuantas horas de sol para poder disfrutar de los cultivos más exigentes, como el pimiento y el tomate. ¿El lado positivo? Dado que el huerto está protegido de las inclemencias del tiempo, las temporadas se alargan mucho. Las aromáticas y las hojas de ensalada crecerán sin problema durante todo el año. Eso sí, es importante evitar fuentes de calor «extra», como radiadores o electrodomésticos, ya que secarán tus plantas en un momento. Si fuera necesario, para dar un apoyo más en el tema de la luz, puedes complementar la insolación un par de horas al día con una lámpara de cultivo (disponibles en versiones muy sencillas y económicas) en aquellos cultivos exigentes o en épocas en las que los días son más cortos.
- **Falta de aireación.** En el interior, las plantas tienen problemas para mantenerse aireadas, sobre todo la zona de las raíces (sí, necesitan oxígeno también). Para mejorar la aireación del sustrato te aconsejamos lo siguiente:
 - Asegúrate de que las macetas tengan agujeros de drenaje, ya que estos permiten que salga el agua de riego que sobre.
 - Opta por macetas de terracota o textiles. Al ser porosas, permiten el intercambio de aire entre el interior y el exterior de la maceta. Son definitivamente las mejores opciones para el huerto de interior.

- Utiliza un sustrato con un extra de drenaje. Para ello, puedes añadir un puñado de arena o vermiculita a la mezcla.
- Utiliza el truco de la página 38 para aquellos cultivos más exigentes en drenaje.
- **Falta de espacio.** De los tres retos que implica cultivar en interior, este es el que más quebraderos de cabeza suele dar de entrada, aunque no debería de ser así. Una vez cubiertos los dos puntos anteriores, la falta de espacio se soluciona fácilmente. De todos los retos a los que vas a enfrentarte, este es el más flexible. En interior resulta fácil hacerte con escaleras, carritos con ruedas y estanterías para aprovechar el espacio vertical y cultivar en diferentes niveles junto a una ventana. También puedes empezar con cultivos de pequeño tamaño, como una jardinera de hojas de ensalada variadas, unas cuantas aromáticas y otros cultivos de tamaño pequeño, como las fresas o los cultivos de raíz (rabanitos y cebollas, por ejemplo). Todos estos cultivos se adaptan bien a crecer en espacios mínimos.



Estos son los cultivos que se adaptan bien a la vida en interior:

- **Cultivos más fáciles.** Muchos cultivos se adaptan a la vida hogareña. Si cuentas con las horas de luz adecuadas para cada uno de ellos, estarán encantados de compartir la cocina contigo: cebollino, lechugas, rúcula, canónigo, perejil, rabanito, acelga, cilantro, albahaca.
Si cuentas con algo más de espacio y unas 6 horas de luz directa, puedes cultivar guindillas u otros pimientos pequeños y variedades pequeñas de tomate tipo cherry, como la variedad primabell o la gold nugget, que son muy compactas.
- **Cultivos más difíciles.** Son muy exigentes en cuanto a sol directo y ventilación, por lo que resulta tremendamente complicado cultivarlos dentro de casa sin una buena instalación de luces artificiales y ventiladores. Se trata de lavanda, estevia, romero y berenjena.

HUERTOS EN BALCONES Y TERRAZAS

Si tienes la suerte de contar con un buen balcón o terraza, el problema de espacio ya no suele ser tan grave (aunque siempre puedes utilizar las ideas que te hemos comentado para exprimir al máximo cada centímetro). En la mayoría de los casos, los grandes retos de los huertos en balcones y terrazas son el exceso de sol y el viento. Estos dos factores juntos hacen que mantener el sustrato húmedo sea clave para hacer que el huerto siga con vida a lo largo de todo el año, ya que el limitado volumen de los recipientes, la incidencia del sol y el viento hacen que el agua se evapore con mayor rapidez. En estos casos resulta muy conveniente instalar un sistema de riego automático que mantenga hidratado el sustrato y aplicar las medidas para perfeccionar el riego en macetas (te contamos más sobre ellas en el capítulo 9, «El riego»).

He aquí algunos consejos:

- Eleva las macetas para que no estén en contacto directo con el suelo caliente.

- Aplícales sombra si es necesario en las horas de más calor.
- Riega a última hora de la tarde, cuando el sol ya se haya puesto.
- Utiliza acolchado para evitar la evaporación del agua.

HUERTOS EN VENTANAS

El huerto en la ventana aún los retos típicos de balcones y terrazas (mucho viento y exposición al sol) con la falta de espacio. Estos son sus retos:

- **Condiciones extremas de temperatura.** Las jardineras en las ventanas están expuestas a unas condiciones muy extremas: suelen cocerse al sol durante muchas horas y tienen que resistir el viento, que generalmente es más fuerte a partir de cierta altura. Todo esto hace que debamos estar más pendientes de estas jardineras, pues el agua se evapora con muchísima facilidad. Además, a esto se suele sumar que es una situación complicada para instalar un sistema de riego. Tus grandes aliadas en este caso son las macetas con autorriego, que contienen un depósito de agua que te ayudará a no estar tan pendiente del riego.
- **Viento.** Para ventanas con mucho viento, una capa de piedrecitas blancas cubriendo la superficie del sustrato ayudará a retener la humedad durante más tiempo; así evitarás que el sol incida directamente sobre la tierra y la seque. Además, si las piedras tienen cierto peso, evitarás que salgan volando.

Para hacer un huerto en tu ventana y que dure, es importante escoger los cultivos más apropiados. Después, con la veteranía, puedes ir experimentando con cultivos más grandes y complejos (cuando ya le tengas pillado el truco, puedes probar hasta judías y pimientos). Estos son los cultivos que mejor se adaptan a las condiciones de las ventanas:

- **Hortalizas de hoja.** Lechugas, escarolas, canónigos... toleran cierta sombra, por lo que son ideales para caras norte. Deberás tener especial

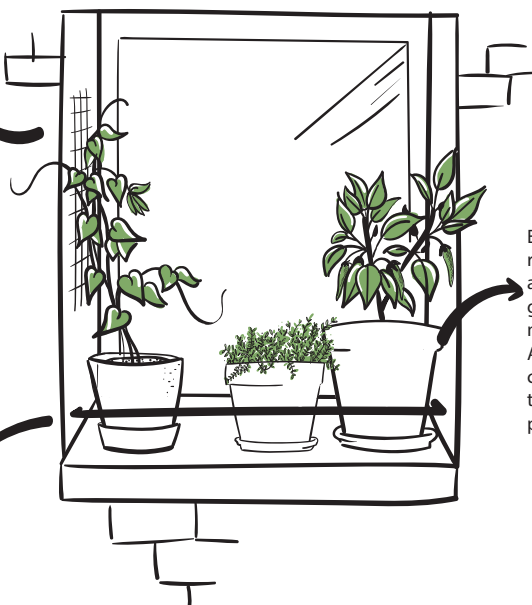
cuidado con el exceso de sol para que no espiguen y evitar la orientación sur en los meses de verano.

- **Hortalizas de raíz.** Remolachas, nabos, rabanitos, ajos y cebollas no necesitan mucho espacio y toleran cierta sombra. Aunque lo ideal es una ventana al este, estos cultivos crecerán bien en una orientada al norte, siempre que los mantengamos bien cuidados.
- **Aromáticas de secano.** Perfectas para las condiciones extremas de una ventana orientada al sur. El orégano, el romero, el tomillo, la mejorana o la salvia crecerán sin problemas.
- **Aromáticas exigentes en luz.** Es importantísimo colocarlas en una ventana soleada (sur, sureste o suroeste). Deberás tener en cuenta que son más exigentes en riego que las anteriores. Ejemplos de este tipo de aromáticas son la albahaca y la estevia.
- **Aromáticas que toleran la sombra.** La menta, la hierba buena, el cilantro, el perejil, el cebollino o el jengibre toleran la sombra y crecerán sin problemas en una repisa sombreada.
- **Flores comestibles.** Las capuchinas, la caléndula, los pensamientos y las violetas alegrarán cualquier balcón. Son plantas muy resistentes a condiciones extremas y añadirán color a tus ensaladas.

Y, por último, te recuerdo una cuestión importante: ten en cuenta que una vez incluido el sustrato y el agua de riego, el recipiente se convertirá en un objeto contundente y pesado, muy peligroso si cae desde cierta altura. Es importante que ancles el recipiente a la barandilla o a la pared; hay diferentes sistemas según la forma de tu ventana.

Guía los cultivos altos por las paredes para que no te tapen la luz que entra por la ventana y estén protegidos del viento.

Platos y barandilla de seguridad se vuelven obligatorios para que el huerto no se convierta en una molestia (ni en un peligro) para vecinos y transeúntes.



Escoge cultivos resistentes al sol y al viento, como la guindilla o las aromáticas de secano. Ayúdate del acolchado para no tener que estar tan pendiente del riego.