



DICAS

Hortas em Casa I

Hortas em sua casa!

Lembra-se do cheiro a terra molhada numa tarde de verão? Do **cheiro a hortelã** ou a **morangos frescos** na primavera? A beleza do **limoeiro** e a frescura que nos transmite? A possibilidade de poder colher uma **estaladiça** e **verde alface** que semeou?

E se aliarmos a estes prazeres os benefícios de uma produção hortícola, biológica e saudável?

É este o desafio que lhe estamos a propor: Cultivar as suas plantas aromáticas, medicinais ou hortícolas... em casa! Com a ajuda de produtos ecológicos e naturais!!!

Uma das grandes vantagens de ter a sua própria horta orgânica é ter a certeza de que os frutos, ervas e plantas colhidas não perdem os nutrientes naturais e num espaço reduzido todos os factores externos são melhor controlados, e por essa razão menos propícios a pragas e plantas invasoras.

Iremos dividir este artigo em 2 partes: Primeiramente dar-lhe-emos algumas indicações gerais sobre o cultivo, a rega e a manutenção. De seguida iremos enumerar algumas plantas aromáticas, hortícolas e árvores de fruto que poderá cultivar.

Não pretendemos com este artigo alargarmo-nos nos cuidados com as produções hortícolas (ficará para outra oportunidade), mas sim facilitar e incentivar a produção de uma pequena horta ecológica, disponível para qualquer um!



DICAS

Hortas em Casa I

I- Uma horta biológica? Como Plantar:

1 - Onde plantar

O mais importante é garantir que o local tenha **luz solar direta**, com pouca exposição ao **vento** (as plantas não gostam de vento) e de **acesso fácil**. A maior parte das plantas precisa de pelo menos 4 horas diárias de exposição solar e se for possível, o sol da manhã ou do fim da tarde. A horta pode estar no chão, na parede ou até pendurada, a criatividade é o limite, tendo em conta o espaço que cada tipo de planta precisa para desenvolver e crescer:

Vasos: são alternativas práticas para ter em casa, com várias opções de tamanhos, materiais, formatos e cores.

Caixas de madeira: espaçosas e baratas, caixotes de madeira e paletes podem ser boas escolhas.

Horta vertical: ideal para quem mora em apartamentos, este modelo consiste em montar a horta, aproveitando espaços próximos a paredes. A horta vertical pode ser plantada em vasos, embalagens recicladas, estruturas de madeira, etc.

Embalagens recicladas: garrafas, latas de refrigerante ou de alimentos, caixas de leite ou frascos de vidro. É uma forma barata, rápida e sustentável.

Floreiras: oferecendo um bom espaço, as floreiras são ótimas para uma horta compacta em pequenos espaços.

Directamente na terra: para quem tem quintal com espaço, nesse modelo tradicional, as sementes ou as mudas são plantadas diretamente na terra.



DICAS

Hortas em Casa I

Notas breves:

A maior parte das ervas e vegetais precisa de ser plantada num recipiente com alguma profundidade.

Cuidado ao misturar as espécies: o ideal é juntar plantas com características comuns, com a mesma necessidade de água e tipo de terra adequado.

No mesmo vaso, poderá plantar poucos tipos de plantas, observando a distância entre elas. Numa floreira já poderá plantar maior variedade de espécies porque o espaço costuma ser maior.

2 - Como e quando regar

A rega deverá ser feita em horários em que o sol não esteja muito forte: a evaporação devido ao calor vai prejudicar a alimentação das plantas.

Verifique a quantidade ideal para cada espécie: o excesso de água aumenta a possibilidade da proliferação de doenças. Para evitar que fiquem encharcadas, os recipientes devem ter furos que auxiliem o escoamento da água. Uma boa dica é tocar na terra e certificar-se que não está muito húmida.



DICAS

Hortas em Casa I

3 - Manutenção

Retire as folhas secas e amareladas das ervas e **revolva a terra** com regularidade e com cuidado, para não danificar as raízes durante a operação. A horta, em vasos, dura de seis meses a um ano. Passado esse período, troque a planta por outra.

Os adubos orgânicos são mais indicados que os químicos e poderá fabricá-los em casa com **cascas de ovo, borras de café e cascas de fruta trituradas**. As cascas de ovo são ricas em cálcio, potássio e magnésio. Esmague-as e reduza-as a farinha que poderá adicionar à terra dos vasos ou ao solo da sua horta.

É recomendado adubar a sua horta pelo menos duas vezes por ano. Mas também aqui depende da espécie das plantas.

Use o **vinagre de vinho branco** que poderá ser considerado um herbicida, para afastar pragas e plantas invasoras.

4 - O que plantar em casa

Na escolha das plantas que vai cultivar é importante saber que tipos de hortaliças, frutas, ervas ou temperos são adequados ao espaço de que dispõe. Poderá optar por **sementes** cuja plantação é mais demorada ou **transplantar** as mudas, o que já requer menos tempo de cultivo e menos tempo para o desenvolvimento da planta. É o ideal no caso da alface, por exemplo. Além disso, de uma maneira geral, as mudas podem ser plantadas em qualquer período do ano. No caso das sementes, a época ideal varia de acordo com a espécie.

#Fiquealerta #Estamosjuntos

Pág. 4 de 4