Huerto en Casa

En colaboración con:

María Fernanda Méndez Aldama
Titular de Soy tu Huerto

Allan López Specia
Agrónomo

Soy tu Huerto busca fomentar la reconexión con la naturaleza de formas diferentes con la intención de ayudar a nuestro planeta, nuestro país, nuestra Ciudad de México y nuestra sociedad trabajando con productores mexicanos.

Fotografía: José Rodríguez Magos.

No necesitas un jardín, puede ser una ventana, balcón, terraza o patio.

Materiales

- 4 semillas de lo que quieras sembrar. Puedes empezar con lo que consumas en casa (chile o jitomate, por ejemplo)
- Huacal de madera
- Costal o playera vieja
- *Sustrato

* Fibra de coco, tierra de composta, agrolita o perlita blanca, *peat moss* o turba y 10% de humus de lombriz.

Si no puedes conseguir sustrato utiliza tierra de alguna maceta vieja y mézclala con hojarasca seca. También puedes añadir un poco de grava, tezontle o rocas muy pequeñas para ayudar a la aireación de las raíces.

Herramientas

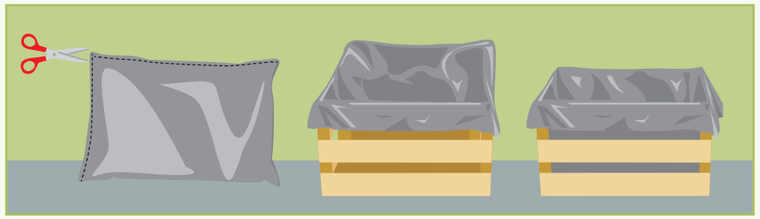
- Tijeras
- Bolígrafo
- Aspersor

Por primera vez en su historia, Profeco cuenta con un Huerto y todos nuestros Platillos Sabios tendrán ingredientes de él.

Suscríbete a nuestro canal de YouTube PROFECO TV

Procedimiento

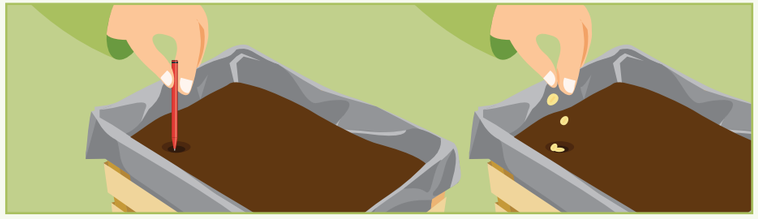
1 Lava las semillas que ocuparás y déjalas secar 7 días.



2 Ajusta el costal o la playera vieja a manera de que cubran el huacal por dentro y salgan unos 8 cm por lado*.

*Puedes sustituir el huacal preparado con una bolsa reutilizable del supermercado o una cubeta.

3 Llena con sustrato el huacal hasta 10 cm antes del borde.

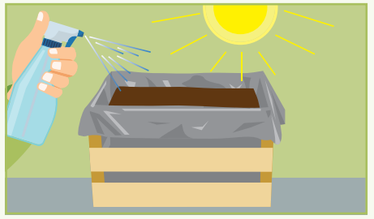


4 Siembra 4 semillas juntas a una profundidad de tres veces el tamaño de una semilla. Por ejemplo, si mide 5 mm deberás sembrar a 1.5 cm. Ayúdate del bolígrafo.

5 Para sembrar más semillas deja 15 cm de separación entre cada punto de siembra. Utiliza el bolígrafo para calcular la distancia.

6 Con un aspersor riega sin que se encharque el agua.

7 Asegúrate que le dé el sol directamente unas 5 horas diarias.



8 En lo que salen los primeros brotes riega con el aspersor, temprano por la mañana y al atardecer. Los primeros 7 días riega diario.

9 Revisa que el sustrato se mantenga húmedo introduciendo un poco tu dedo índice. Si se adhiere sustrato húmedo está bien; si no, es que hace falta riego.

10 Protege tu huerto de fuertes lluvias, granizadas o frío.