

GROW IT

ALBAHACA

Miranda Fulmer, UT Dietetic Intern

Natalie R. Bumgarner, PhD, Assistant Professor, Department of Plant Sciences

La albahaca es la mas popular de las muchas hierbas culinarias cultivadas por los jardineros, y es un gran lugar para comenzar con el cultivo y el uso de hierbas.

Algunos ejemplos comunes son albahaca dulce, albahaca de canela, albahaca sagrada, albahaca morada, albahaca Tailandesa.


 A purple rounded rectangular button with a white border, a star in the top right corner, and a dashed line above it. The word "Obtenerlo" is written in white, bold, sans-serif font.

Obtenerlo

- 🔥 Compre un trasplante en un invernadero local o centro de jardinería.
- 🔥 Elija plantas libres de signos de insectos o enfermedades. Revise debajo de las hojas para detectar cualquier signo de enfermedad y alrededor de hojas nuevas en la punta creciente por cualquier signo de insectos.


 A green rounded rectangular button with a white border, a star in the top right corner, and a dashed line above it. The word "Plantarlo" is written in white, bold, sans-serif font.

Plantarlo

- * Plante al aire libre después de las heladas de primavera pasen a finales de abril o principios de mayo en la gran parte de Tennessee.
- * Seleccione un lugar con seis a ocho horas de sol por día.
- * Plante en tierra bien drenada y espacie a 12-18 pulgadas de separación en el suelo.
- * La trituración después de la siembra puede proporcionar la humedad y la temperatura del suelo uniformemente.
- * Si planta en un recipiente, utilice una olla de tamaño mediano para reducir el secado del medio.
- * En el Sur, especialmente en contenedores en porches o balcones, la albahaca puede beneficiarse de una a dos horas de sombra por la tarde en el verano.



Gregerlo

- ★ La albahaca crece mejor cuando las temperaturas están alrededor de los 80 F, por lo que crecerá bien desde finales de la primavera hasta principios del otoño en Tennessee.
- ★ No deje que la tierra se seque completamente o que las plantas se marchiten, pero asegúrese de que no permanezca húmeda todo el tiempo, porque esto estimulara el crecimiento de enfermedades.
- ★ A medida que las planta crezcan, tendrán que ser regadas más a menudo si estan en recipientes.
- ★ Una pequeña cantidad de fertilizante soluble añadido semanalmente al agua es útil para apoyar nuevo crecimiento después de la cosecha.

Escogerlo

- ◆ Corte las hojas en cualquier momento después de que la planta haya alcanzado 6-8 pulgadas- no espere hasta que la planta comience a florecer.
- ◆ Pellizque las hojas de la punta tierna del tallo para fomentar nuevo crecimiento o recorte los tallos frondosos encima del la siguiente par de hojas. Recuerde, cada pellizco promoverá el crecimiento de dos nuevos brotes secundarios.
- ◆ La cosecha frecuente puede retrasar la floración de la albahaca, y algunos tipos seran mas lentos para florecer que otros.

Este material fue desarrollado con fondos parcialmente del USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) en acuerdo con el Estado de Tennessee y fondos parcialmente del USDA's Expanded Food and Nutrition Education Program (EFNEP).



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Programas en agricultura y recursos naturales, desarrollo de juventud en 4-H, ciencias de la familia y el consumidor, y desarrollo de recursos. Cooperación entre el Instituto de Agricultura de la Universidad de Tennessee, el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos y gobiernos en los condados. La Universidad de Tennessee Extensión proporciona igualdad de oportunidad en programas y empleo.