

# Albahaca, dónde plantarla para que crezca fuerte: el lugar inesperado

26/04/2024



La albahaca, una aromática aliada de **la cocina mediterránea**, prospera bajo el sol y en climas templados. Plantéelo en primavera para permitir que florezca. A las hojas de albahaca les encanta la luz directa y las temperaturas superiores a los quince grados. Un cultivo exitoso requiere conocer los consejos de los expertos para garantizar un crecimiento exuberante y mantenerse libre de plagas. Un lugar de plantación inusual, conocido por unos pocos elegidos, **proporciona el entorno ideal para que prospere la albahaca.**

## Esenciales de la planta de albahaca

**Ocimum basilicum**, la hierba aromática conocida como albahaca, reina en la cocina de Liguria, especialmente en el icónico pesto genovés. Además de sus usos culinarios, la albahaca es

una de las favoritas entre los jardineros por su fragancia y sus propiedades repelentes de insectos. Varias variedades de albahaca, como la genovesa, la morada, la regaliz y la menta, pueden crecer hasta **dos pies de altura y producir flores rosadas o blancas.**



## **Riquezas nutricionales de las hojas de albahaca**

Las hojas de albahaca, a menudo apreciadas por su sabor en platos como la pizza, también ofrecen un tesoro de beneficios nutricionales. **Rica en sales minerales, vitaminas y ácidos grasos omega-3, la albahaca tiene un aporte calórico insignificante y un índice glucémico bajo.**

## **Cultivar albahaca con consejos de expertos**

Ya sea en un huerto o en una maceta de balcón, la albahaca se puede cultivar con cuidado. **Siembre semillas de albahaca** en primavera, preferiblemente a principios de abril, para asegurar una germinación sólida. **Fertilice** el suelo con

nutrientes naturales como levadura de cerveza y **posos de café** dos veces al año, en primavera y otoño.



## **Elegir el lugar adecuado para la belleza de la planta**

Un lugar poco convencional pero ideal para cultivar albahaca es un balcón o un jardín con luz solar directa. Las hojas de albahaca prosperan en climas cálidos y templados, y odian la sombra y el mal tiempo. **Trasplantar la albahaca en una maceta negra de tamaño pequeño a mediano, regándola adecuadamente para evitar que el suelo se seque rápidamente, mejora su bienestar.**

## **Cosechando la generosidad de la albahaca**

Una vez que las hojas de albahaca estén exuberantes y hermosas, es hora de cosecharlas. Ya sea para preparar pesto o agregar sabor a los platos, cosechar hojas de albahaca garantiza un rendimiento continuo durante todo el año. **Siga estos consejos para garantizar un suministro constante de vibrantes hojas de albahaca** y siempre tendrá a mano una tanda

de pesto casero.



Fuente: [www.trucosfaciles.info](http://www.trucosfaciles.info)