



L'orto fat

Mangiare sano con le verdure coltivate

IL FINOCCHIO HA UN SAPORE GRADEVOLE E INCONFONDIBILE

Il finocchio è conosciuto e usato già dall'antichità, era coltivato come ortaggio dai Greci e dai Romani.

Era anche impiegato per la preparazione di pozioni medicamentose.

E' molto utilizzato in cucina sia da cotto che da crudo.

Ha un sapore forte e singolare, con una particolare nota di anice. È originario del bacino del Mediterraneo: necessita di conseguenza di temperature piuttosto alte ed esposizioni assolate per crescere bene.

La semina in semenzaio si può cominciare da marzo, su letto caldo. A partire da maggio, invece, si può seminare liberamente senza riscaldamento. Per una buona germinazione sono necessari almeno 15 giorni e una temperatura minima di 12°C. Si pongono 3 semi per ogni vasetto coprendolo leggermente e mantenendo sempre un buona umidità. Una volta spuntate le piantine si seleziona e si mantiene, per ogni vasetto, solamente quella più vigorosa.

Dopo circa 40 giorni (raggiunti i 12/14 centimetri di altezza) saranno pronte per il trapianto in pieno campo. Le piante vanno mantenute a 60-70 centimetri di distanza tra le file e 20 centimetri sulla fila.

Il finocchio necessita di terreni sciolti e piuttosto leggeri, ma con un buon tenore in sostanza organica.

Per una crescita ottimale questo ortaggio ha bisogno di molto sole.

Per ottenere buoni risultati il terreno deve essere ricco in sostanza organica, è bene quindi inglobarvi una buona quantità di stallatico maturo. Si deve sarchiare con attenzione la zona circostante le piante per eliminare tutte le erbe infestanti. Occorre procedere anche ad una rincalzatura in modo che risultino più stabili e si favorisca l'imbianchimento.

Per ottenere buoni risultati dobbiamo abbondare nelle irrigazioni, specialmente durante i mesi estivi. Per evitare che la pianta vada facilmente a seme è consigliabile, nei primi stadi di sviluppo, effettuare irrigazioni brevi e ravvicinate. Con la crescita delle piante si dovranno invece dilazionare maggiormente le irrigazioni aumentando il quantitativo di acqua.

Una volta ottenuti i finocchi da consumare vanno conservati in un luogo fresco e ombreggiato. L'ideale è una cantina fresca e asciutta, in questa maniera mantengono il gusto e la croccantezza per almeno 10 giorni.



Difendersi dalla siccità, in che modo

chi coltiva un orto deve imparare a porre in atto strategie che assicurino il risparmio idrico. La presenza di malerbe comporta una maggiore richiesta di acqua pari a circa 40-50 mm/anno.



CIRCOLO "IL PIOPPO"

Ovest Ticino e Novarese

Difendersi dalla siccità
Con i cambiamenti climatici sono diventati sempre più frequenti i periodi siccitosi. Così chi coltiva un orto deve imparare a porre in atto strategie che assicurino il risparmio idrico. La presenza di malerbe comporta una maggiore richiesta di acqua pari a circa 40-50 mm/anno. Eliminare queste piante permette un risparmio importante, senza contare che le zappature e le sarchiature del terreno riducono la risalita capillare dell'acqua limitando l'evaporazione dal terreno e riducendo i consumi idrici. Risultati ancora migliori si possono ottenere con la pacciamatura, cioè la copertura del terreno con materiali di diverso tipo. La pacciamatura non solo evita la presenza delle malerbe, ma riduce drasticamente l'evaporazione del terreno mantenendo il suolo umido. I risultati migliori si ottengono con le pacciamature organiche.

Si possono usare il cippato, la paglia, lo sfalcio secco dei prati, le foglie, ecc. Sono da evitare solo i materiali provenienti da piante di castagno e noce, perché troppo ricchi di tannini e quelli provenienti dalle aghifoglie, perché acidi e adatti solo per i piccoli frutti (mirtillo, fragole, lamponi). Per essere efficace la pacciamatura organica deve essere spessa almeno 10-20 cm e deve essere periodicamente integrata, per la decomposizione dei materiali in humus. Questo processo utilizza azoto, così, nei primi anni di impiego è opportuno aumentare del 10-20% le dosi di fertilizzanti. L'aumento di sostanza organica del terreno ottenuto con la decomposizione della pacciamatura organica, oltre a sequestrare una certa quantità di carbonio, migliora la capacità del terreno di trattenere acqua. E' possibile anche impiegare pacciamature in plastica (po-



lietilene, teli biodegradabili, telo antialga). Gli effetti sono simili a quelli già visti, ma diventano rilevanti solo se la pacciamatura è abbinata alla irrigazione a goccia. Inoltre viene a mancare l'apporto di sostanza organica al terreno. Va ricordato, poi, che alcune piante, come il pomodoro, la melanzana e il melone, hanno apparati radicali in grado di andare a cercare l'acqua in profondità. Questa capacità va stimolata evitando eccessi di irrigazione nelle prime fasi della crescita. Dopo l'attecchimento

dei trapianti la coltivazione può proseguire in asciutta, ottenendo una produzione solo di poco inferiore per quantità, ma immensamente superiore per qualità. Infine non va sottovalutato l'effetto del vento nell'incrementare l'evapotraspirazione dell'orto. La presenza di una siepe che protegga l'area coltivata dai venti dominanti ha la capacità di ridurre la traspirazione delle piante del 15-20%. Per proteggere un piccolo orto può essere sufficiente una siepe tenuta ad 1,5-2 m di altezza.



In collaborazione con Francesco Beldi
● <https://www.facebook.com/legambienteIlPioppo>

● https://www.instagram.com/legambiente_ilpioppo/?igshid=ylcswhdnu929