

L'orto: sul balcone o in terrazzo

Il sapore di un'insalata o di un pomodoro appena raccolti sono ineguagliabili rispetto ai prodotti che troviamo sui banchi della verdura. **Raccogliere l'insalata**, un cetriolo e un paio di pomodori sul nostro balcone e portarli in tavola per la cena, sono **gesti preziosi**. Sono preziosi perché, lo sanno tutti, le verdure **perdono nel giro di 24/48 ore** buona parte di tutti i sali minerali e le preziose vitamine disponibili. Chi non ha un orto vero e proprio non deve rinunciare alla prospettiva di consumare prodotti freschi per arricchire con semplicità, gusto, stile, fantasia, le proprie pietanze. Basta anche un **semplice sacco di terriccio** da 20 litri o più, praticare dei fori alle distanze convenute e mettervi a dimora delle piante da orto. La stessa cosa si può fare in vasi o contenitori: profondi almeno 40 cm. per le piante che producono frutti (pomodori, peperoni, melanzane ecc.) e circa 20 cm. per le piante da foglia (lattughe, cicorie ecc.). **Attenzione!** Per avere buoni risultati occorre che anche il vostro terrazzo o balcone sia rivolto a sud o quantomeno abbia **luce solare diretta** per almeno una mezza giornata.



L'orto insegna a vivere con più serenità, a vivere il gusto dell'attesa e a rallentare i nostri ritmi. La verdura non subito disponibile come sul banco del supermercato, bisogna aspettare che cresca, curarla, osservarla e questo ci regala il tempo per pensare.

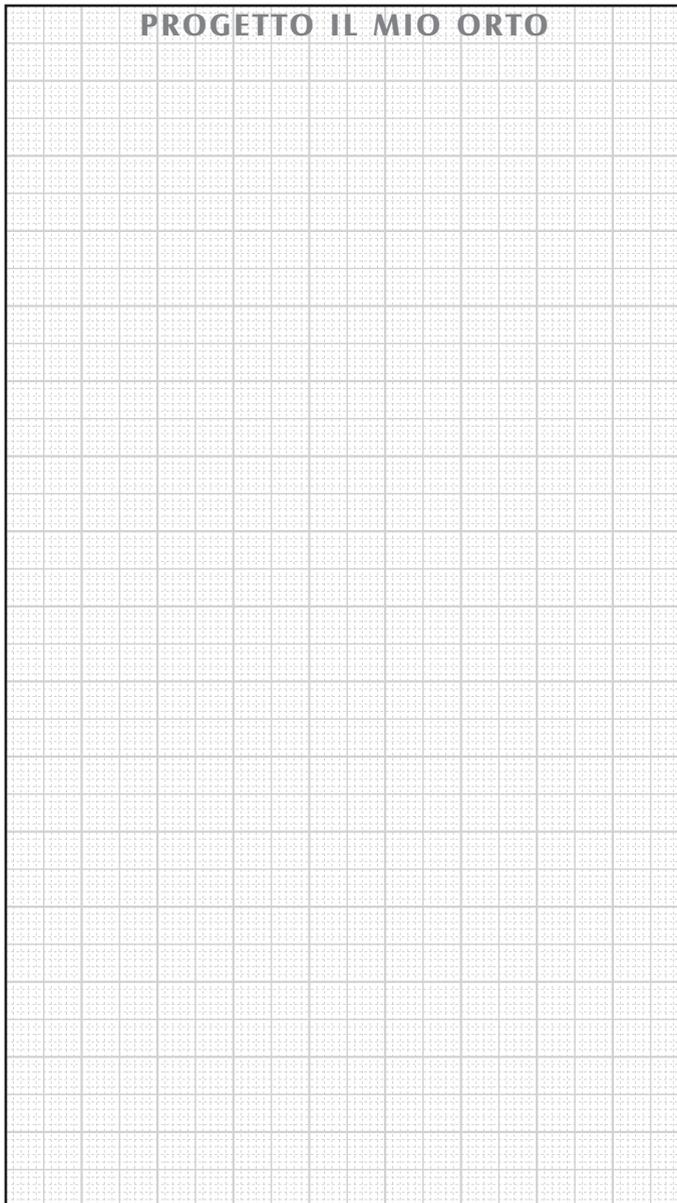
Solo dall'orto prodotti:
SANI ≠ BUONI ≠ POCO COSTOSI

PRINCIPALI DISTANZE DI TRAPIANTO

Anguria-Melone	100 cm. sulla fila x 100 cm. tra le file
Bietola da costa	20 cm. sulla fila x 20 cm. tra le file
Cavoli	40 cm. sulla fila x 50 cm. tra le file
Cetrioli	40 cm. sulla fila x 80 cm. tra le file
Cicoria-Lattuga	25 cm. sulla fila x 30 cm. tra le file
Cipolla	5 cm. sulla fila x 20 cm. tra le file
Finocchio	20 cm. sulla fila x 30 cm. tra le file
Fragole	30 cm. sulla fila x 30 cm. tra le file
Melanzana	40 cm. sulla fila x 80 cm. tra le file
Peperone	40 cm. sulla fila x 80 cm. tra le file
Pomodoro fresco	40 cm. sulla fila x 80 cm. tra le file
Pomodoro industria	40 cm. sulla fila x 80 cm. tra le file
Sedano	20 cm. sulla fila x 30 cm. tra le file
Zucchini	50 cm. sulla fila x 70 cm. tra le file

La soddisfazione di coltivare e produrre i propri ortaggi, il piacere dei sapori ritrovati ed il gusto incomparabile delle verdure appena colte.

PROGETTO IL MIO ORTO



Un omaggio del Vostro rivenditore:



Azienda Agricola Orto mio
e-mail: info@ortomio.it
www.ortomio.it



Edizioni Barzanti
Stampato in Italia

www.ortomio.it

Segui Ortomio su
www.facebook.com/ortomio

Come fare l'Orto

guida e consigli utili



Un capitale in Salute per tutta la Famiglia!

COME COLTIVARE UN ORTO CON SUCCESSO

L'ORTO non è solo un luogo di produzione di **ortaggi sani, freschi e saporiti**, ma è anche una finestra aperta sulla natura e i suoi preziosi insegnamenti. Impariamo ad osservare la natura, a seguire l'evoluzione delle piante, a conoscere il terreno e le varietà per coltivare al meglio il nostro orto familiare. Il successo nella coltivazione dell'orto dipende principalmente dai seguenti quattro fattori:

- **il sole:** l'esposizione del vostro orto deve essere in piena luce
 - **l'acqua:** le piante orticole hanno bisogno di acqua per crescere
 - **la terra:** a medio impasto, fertile e drenante
 - **il fattore umano:** che non è solo braccia e fatica, ma soprattutto buon senso.
- Infine c'è un ulteriore fattore critico di successo: **il meteo**, ma per questo, purtroppo, non possiamo fare nulla.

L'orto deve essere comodo e facile da raggiungere. Non deve essere troppo lontano dalla nostra abitazione. I vasetti devono unire tutte le zone dell'orto ed essere sufficientemente larghi almeno 40 cm.

L'orto: di quanto spazio abbiamo bisogno

Esempio per una famiglia di 3/4 persone:

- **30 mq.** circa sono sufficienti per avere una ottima fornitura di ortaggi freschi
- **60 mq.** circa si possono ottenere verdure per tutto l'anno
- **100 mq.** circa oltre alle verdure si possono coltivare asparagi, patate, carciofi, cardi...

Siete alle prime armi? Non spaventatevi fare un orto pi semplice di quello che sembra. Seguite i nostri consigli ed usate le nostre piante, ne otterrete soddisfazioni inimmaginabili. Nei supermercati, un chilo di pomodoro a cuore di bue costa circa 3 euro. Con 3 euro si acquistano 3/6 piante da orto che arriveranno a produrre da 30 a 60 chilogrammi di pomodoro al costo medio di meno di 10 centesimi al chilogrammo!!!

L'orto: preparare il terreno

Abbiate la cura di eliminare le radici di erbe infestanti che penetrano profondamente nel terreno. Le operazioni di preparazione vanno effettuate in autunno o in inverno (ma non quando gela). Eliminate i sassi più grossi e ogni altro corpo estraneo quindi effettuate una profonda vangatura.

Se il terreno è pesante, duro e compatto, aggiungetevi della sabbia per renderlo più morbido e drenante. Se invece è secco e sabbioso incorporatevi degli appositi composti organici da giardino, mescolati con torba. Lasciate passare tutto l'inverno con le zolle ben esposte e, all'inizio della primavera, praticate un'accurata fresatura. In questa fase potete arricchire il terreno per prepararlo alle coltivazioni. A primavera basta una lavorazione superficiale e pareggiamento o baulatura per favorire lo sgrondo dell'acqua di inaffio o piovana ed evitare pericolosi ristagni. La concimazione (il letame maturo sarebbe perfetto) va effettuata metà in autunno e metà in primavera.



Preferire fertilizzanti complessi e a lenta cessione ricchi anche di microelementi. Infine recintare la superficie per impedire che gli ortaggi vengano danneggiati da animali in libertà. Dopo i lavori preliminari, l'orto va suddiviso in porzioni, in riferimento agli ortaggi che abbiamo deciso di coltivare.



L'orto: come rendere il terreno fertile

Le sostanze nutritive necessarie per le piante vengono normalmente fornite dal terreno. Se è carente di alcune sostanze si avrà una minore produzione o, in alcuni casi, la mancata crescita di alcune specie. Se il terreno è carente di alcune sostanze nutritive è possibile rimediare apportando concimi. Un altro elemento importante per la fertilità è la ricchezza di **"humus"** del terreno. La sua presenza si può rilevare osservando il colore del suolo: se è ricco di sostanza organica ha un colore bruno-nerastro. Un terreno ricco di humus è un terreno ricco di microrganismi che trasformano le sostanze organiche che giungono nel terreno stesso. Un terreno con poco humus tende a diventare sterile. Si può comunque migliorare notevolmente la situazione apportando sostanza organica, sotto forma di letame o con fertilizzanti di **origine biologica**.

Una semplice analisi del terreno vi permetterà di capire quanto il terreno del vostro orto è fertile e quindi produttivo. Per questo rivolgetevi al vostro rivenditore di fiducia.

Per limitare lo sfruttamento del terreno di un piccolo orto, ogni anno consigliabile coltivare, in un quarto dell'orto, trifoglio, da interrare quando arrivato alla fioritura (la tecnica chiamata sovescio), per migliorare in tal modo la fertilità del terreno.

L'orto: l'irrigazione

Una prima regola d'oro è innaffiare l'orto verso il tramonto oppure nelle prime ore del giorno, in maniera da evitare sbalzi termici alle piante e sprechi d'acqua causati dalla evaporazione. **Mai innaffiare in pieno giorno!** Chissà quante volte ci siamo chiesti se è meglio innaffiare la sera o la mattina! Bisogna fare una distinzione. In estate, le piante hanno maggior bisogno di acqua e dovremo bagnarle la sera, verso il tramonto, per far sì che abbiano tutta la notte per assorbire l'acqua. In primavera, dovremo invece innaffiare di mattina, onde evitare che durante la notte l'acqua possa gelare e rovinare le radici. Un orto coltivato di 50 mq. ha un fabbisogno massimo giornaliero di circa 50 litri di acqua. Essendo la portata media di un rubinetto



compresa tra 15 e 25 l/min. saranno necessari 10 minuti al giorno per bagnarli manualmente. Uno dei sistemi più consigliati è l'irrigazione **"goccia a goccia"** con manichetta. Non è altro che un piccolo tubo di plastica con dei microfori che, sistemato vicino alle piante, garantisce una lenta ed inesorabile annaffiatura. Il vostro rivenditore saprà consigliarvi per questa soluzione.

L'orto: la rotazione delle colture

Per non sentirci dire che l'orto del vicino è **più rigoglioso** del nostro, ricordiamoci di cambiare ogni anno la disposizione delle piante da coltivare, in modo da ottenere un equilibrio biologico naturale. La rotazione è di una importanza fondamentale per mantenere vitale e produttivo il terreno del vostro orto. La rotazione più comune e più semplice consiste nel non piantare sempre nella stessa area le stesse piante, ma cambiare comunque posizione ogni anno. Il principio di base è quello di non fare mai succedere le colture a se stesse.

Un esempio: 1° anno: pomodoro 2° anno: ortaggi da foglia 3° anno: legumi 4° anno: cavoli. Alcune piante, se coltivate vicine, favoriscono il reciproco sviluppo e si difendono vicendevolmente dai parassiti. Le sostanze emesse dalle radici dei pomodori stimolano la crescita dei sedani; le carote tengono lontano la mosca delle cipolle, e le cipolle quella della carota. **L'agricoltura biologica** sfrutta proprio queste simpatie fra le piante per evitare l'uso di fertilizzanti chimici e pesticidi.

L'orto: il trapianto

Nella versione più classica di un orto le piante sono disposte in file. E' una soluzione molto pratica ed anche estetica, in quanto risulterà molto gradevole l'incredibile varietà di forme, colori e dimensioni che **la natura ci regala**. E' opportuno preparare nel terreno le buche che accoglieranno le piantine ed innaffiarle a dovere. Quindi, con la maggior cura che potete ed evitando di rovinare le radici, eseguite il trapianto comprimendo bene la terra attorno alle radici. Fate seguire un'abbondante annaffiatura, al limite dell'allagamento.

Richiedete le **"Guide ai trapianti"** al vostro rivenditore, contengono consigli utilissimi sulle varietà delle piante da orto che produciamo.



Coltivare un pezzetto di terra e vedere crescere quei rossi pomodori dona vigore allo spirito e fa dimenticare le preoccupazioni del lavoro quotidiano.

Raccolti gustosi e saporiti in tutte le stagioni, risparmio, benessere e salute a portata di mano.

L'orto: l'orto biologico

Secondo l'agricoltura biologica non è indispensabile, anzi talvolta persino deleterio, **la pratica della rivoltatura del terreno**. Infatti rivoltare il terreno fino ad una profondità di 20/30 centimetri prima della semina, causa un



rimesciamento degli strati superficiali che talvolta provoca la morte dei microrganismi utili al nutrimento della pianta. Per le erbe infestanti l'unico metodo disponibile in agricoltura biologica è lo strappo manuale. Rivolgetevi al vostro rivenditore di fiducia per tutto quello che serve per produrre un orto biologico; terriccio biologico, fertilizzanti e trattamenti biologici ecc. ecc.

L'orto: la compostiera produce fertilizzante naturale

Nell'angolo più nascosto, lasciate un metro quadro per la compostiera. Si tratta di un **"cassone"** di legno nel quale gettare tutti i rifiuti erbacei o comunque organici prodotti dall'orto. Queste sostanze fermentano realizzando un **"composto"** dalle notevoli capacità fertilizzanti che può essere utilizzato per arricchire il terreno di sostanze nutritive assolutamente naturali. La maggior parte dei rifiuti del giardino e di cucina possono essere trasformati in un ottimo fertilizzante, tanto più se gli stessi vengono mescolati tra loro ed inseriti in un contenitore idoneo, che possa mantenere temperatura e umidificazione a livelli adeguati ad una veloce decomposizione. Rifiuti utilizzabili sono foglieame, erba, rametti, tagli di siepi, avanzi di cibi cotti, scarti di frutta, scarti di verdura, fondi di caffè, pane ammuffito o rafferma, fiori e piante appassite. L'ossigeno, l'umidità e i microrganismi presenti nel terreno, insieme all'azione di animaletti che dalle feritoie entrano all'interno della compostiera, consentiranno ai rifiuti di trasformarsi in breve tempo in ottimo humus, indicato per la concimazione di fiori, piante e giardini. Quando i rifiuti si sono trasformati in uno spugnoso terriccio marrone, allora potrete estrarlo con un badile o una paletta e utilizzarlo per concimare.

