

# en febrero

## Sembramos

- **En almácigos** (Solo bajo media sombra): Brócoli, Cebollas (*colorada, valcatorce, valencianita y de verdeo*). Coliflor, Hinojo, Repollos (*blanco, corazón de buey y brunswick*).
- **Siembra directa:** Acelga bressane penca ancha, Ajo (*diente*), Escarola, Espinaca amadeo, Lechugas (*gran rapid, criolla, gallega, crimor y maravilla 4 estaciones*), Papa (*huinkul*), Rabanito, Radicheta, Remolacha (*green top bunch*) y Zanahoria (*criolla*).
- Además se pueden sembrar borraja, caléndula, melisa y salvia blanca.

## Trasplantamos

- **A partir del día 15 se pueden realizar trasplantes de:** Hijuelos de alcaucil, Apio de cabeza, Repollo (*corazón de buey*) y Repollito de bruselas. En días nublados o por la tardecita, (*ver calendario*)

## Recolectamos

- Mes ideal para cosechar semillas (*en días secos y de sol pleno*) (*ver calendario*)

## Recomendamos

- Mantener los yuyos cortados en los caminos para equilibrar el ecosistema. Carpir los canteros para eliminar los yuyos.
- Continuar con las prácticas de riego y cobertura para proteger las plantas de verduras de hojas de las altas temperaturas. Última siembra a golpes de zapallitos de tronco y zuchini.

## Importante

- Es el mejor mes para realizar siembra directa de dientes de Ajo. Previamente, dejar 24 horas en la parte de las hortalizas de la heladera.

# hortaliza de mes

## Berenjena

*Solanum melongena*

### Propiedades y utilización:

debido a su contenido en sales minerales, entre las que se destaca el potasio, es un alimento alcalinizante. Además contiene magnesio, hierro, fósforo, y calcio. Respecto a su contenido en vitaminas, presenta en su mayor parte vitaminas A, C y ácido fólico, además de pequeñas cantidades de vitaminas B1, B2, B3 (Niacina) y B6. La berenjena cocida y pelada es muy digerible, apropiada incluso para quienes presentan padecimientos estomacales e intestinales. También tiene propiedades diuréticas, laxantes y relajantes.

## BERENJENA A LA PIZZA

Se pelan un kilo de berenjenas se cortan en rodajas se espolvorean con sal para sacarles el sabor amargo (durante media hora) Se lavan y se enjuagan.

Se pone en una olla un poco de aceite y agua, una capa de cebollas cortada, unas hojas de laurel, después una capa de las berenjenas y por último una capa de tomates cortados en rodajas. Cada capa se condimenta a gusto con una pizca de sal y orégano.

Se cocina a fuego lento y cuando estén cocidas (se comprueba pinchando con el tenedor) se le puede agregar queso cortado se apaga el fuego se deja tapada la olla unos minutos, se corta en porciones como pizza para servir.

## MILANESAS O ESCALOPES DE BERENJENAS

Se pelan y se cortan las berenjenas en lonjas, se espolvorean con sal, se deja media hora (para sacarles el sabor amargo) se lavan, se pasan por harina y huevo o por pan rallado y huevo y se fríen o se cocinan al horno