

*70 specie  
per ogni stagione*

*Robert Elger*

# *Ortaggi tutto l'anno*



IL CASTELLO

# Sommario

Aria di novità nell'orto!.....	4	Cavolo rapa .....	42
		Pisello e pisello mangiatutto.....	44
<b>Primavera</b>		<b>Luglio</b>	
<b>Marzo</b>		Aglione.....	46
Cicoria.....	18	Basilico.....	48
Erba cipollina.....	20	Carota.....	50
Valeriana .....	22	Cetriolo .....	52
<b>Aprile</b>		Zucchini e p�tisson .....	54
Asparago.....	24	Fagiolo .....	57
Lattuga a cappuccio .....	26	Cipolla e scalogno .....	60
Rucola .....	28	Portulaca .....	62
<b>Maggio</b>		Timo e serpillone .....	64
Fava.....	30	<b>Agosto</b>	
Menta.....	32	Melanzana .....	66
Ravanello .....	34	Cavolo broccolo .....	68
<b>Estate</b>		Finocchio.....	70
<b>Giugno</b>		Lattuga e misticanza.....	72
Carciofo .....	38	Melone e anguria.....	74
Bietola da coste .....	40	Origano e maggiorana.....	76
		Peperone e peperoncino .....	78
		Pomodoro.....	81

## Autunno

### Settembre

Barbabietola rossa .....	86
Sedano da costa.....	88
Cavolfiore.....	90
Coriandolo.....	92
Mais dolce.....	94
Patata .....	96

### Ottobre

Indivia riccia, scarola e pan di zucchero .....	100
Cavolo cappuccio.....	102
Ortaggi orientali .....	104
Rapa.....	106
Alchechengio peruviano.....	108

### Novembre

Sedano rapa.....	110
Cavolo di Pechino e cavolo cinese .....	112
Spinacio.....	114
Prezzemolo .....	116

## Inverno

### Dicembre

Cerfoglio bulboso.....	120
Zucche invernali.....	122
Tuberina.....	124
Cicoria di Bruxelles e barba di cappuccino.....	126

### Gennaio

Cavolo verza e cavolo riccio .....	128
Pastinaca .....	130
Portulaca invernale o spinacio di Cuba.....	132
Rafano.....	134
Topinambur .....	136

### Febbraio

Cavolino di Bruxelles .....	138
Porro .....	141

A wooden crate overflowing with fresh spring produce. The crate contains green onions, purple grape clusters, green peas, asparagus, white onions, and purple radishes. The crate is set in a garden with various green plants and flowers.

*Primavera*

G  
F  
M  
A  
M  
G  
L  
A  
S  
O  
N  
D

# Cicoria

*Cichorium intybus*

**Difficoltà:** facile

**Famiglia:** Asteraceae

**Ciclo:** biennale, annuale per le varietà meno rustiche

**Terreno:** profondo e fresco

**Esposizione:** soleggiata; tollera l'ombra leggera

**Distanza di impianto:**  
sulla fila: da 25 a 35 cm, a seconda della  
varietà • tra le file: 40 cm

**Intervallo tra l'impianto e la raccolta:**  
da 2 a 6 mesi, a seconda della varietà

**Raccolta:** da settembre ad aprile

Ortaggi poco esigenti, le cicorie succedono nell'orto alle patate o alle raccolte dei primi fagiolini. L'unica differenza tra i vari tipi di cicoria è data dalla rusticità, che può variare notevolmente da una varietà all'altra.

**Tagliate le rosette delle cicorie in base alle necessità, dall'autunno alla primavera a seconda della varietà. I piccoli cespi compatti a foglie rosse con nervature bianche della cicoria di Chioggia si formano solo a partire da febbraio.**

## COLTIVAZIONE

### Impianto

Ponete a dimora le piantine di cicoria provviste di pane di terra ad agosto o settembre, dopo un'accurata preparazione del terreno. Se la terra è troppo asciutta annaffiate abbondantemente il giorno prima. Evitate di trapiantare piantine a radice nuda che montano facilmente a seme.

### Cure colturali

Alla ripresa della crescita distribuite uno strato di pacciamatura dello spessore di 5 cm e, soprattutto all'inizio della coltivazione, non fate mai mancare l'acqua. In seguito le prime piogge autunnali vi dispenseranno dalle annaffiature. In autunno tagliate i 2/3 delle foglie della cicoria di Chioggia e del radicchio rosso di Treviso per facilitare la formazione invernale del cespo. In caso di brusca diminuzione della temperatura, proteggete le piante con paglia triturrata o un telo in tessuto-non tessuto.

### PRODURRE LE NUOVE PIANTINE

Tra fine giugno e agosto mettete 3 semi in ciascun alveolo di un contenitore alveolato interrando a una profondità di 3-5 mm. In questo periodo dell'anno la germinazione e la crescita sono molto rapide e le giovani piantine saranno pronte per essere trapiantate 4 settimane dopo la semina.

### LE VARIETÀ

Le varietà di cicoria si distinguono per le foglie arrotondate, appuntite o frastagliate, di colore verde o screziate di rosso bordeaux.

- Cicoria di Chioggia: "Rossa di Chioggia", "Orchidea rossa", "Palla Rossa".
- Cicoria di Treviso: "Radicchio rosso di Treviso".
- Altre varietà: "Migliorata bionda", "Grumolo Verde".

Data la loro limitata rusticità, la "Variegata di Castelfranco" e la "Variegata di Lusìa" sono varietà da raccogliere in autunno, soprattutto nelle regioni più fresche.

### COME FARE

#### Seminare la cicoria direttamente a dimora

Se vengono seminate in piena terra in luglio e

agosto, "Migliorata bionda", "Radicchio rosso di Treviso" e "Grumolo verde" si comportano come varietà di cicoria "da taglio". Piantate i semi in un terreno ben lavorato, eventualmente già annaffiato, interrando solo di poco e livellando poi con un rastrello. La semina deve essere piuttosto rada dato che il tasso di germinazione delle cicorie è sempre molto elevato.

### CATALOGNA PUNTARELLE A FOGLIA FRASTAGLIATA

Le foglie di questa vigorosa cicoria assomigliano a quelle del tarassaco.

Le sue coste larghe e carnose possono essere gustate crude in insalata, oppure tagliate a striscioline sottili prima della cottura. Ciò che la distingue dalle altre cicorie sono i suoi succulenti steli fiorali, che compaiono precocemente in primavera e si consumano come gli asparagi.

Potete seminarla da aprile ad agosto proteggendola con uno spesso strato di paglia triturrata per assicurarvi, a partire da marzo, la raccolta dei suoi turgidi germogli.

### DIFESA DAI PARASSITI

La cicoria comune viene generalmente classificata come "selvatica". In coltivazione è poco soggetta agli attacchi di parassiti e insetti dannosi. Nel peggiore dei casi, bisognerà fare attenzione alle lumache, la cui presenza coincide a volte con le prime piogge autunnali. Ma dato che le piante saranno già ben sviluppate in questo periodo dell'anno, anche i danni saranno minimi.

A photograph of a rustic metal basket filled with fresh vegetables, including purple eggplants, green tomatoes, and various types of squash, set against a background of a sunlit garden. A red rectangular box is overlaid on the right side of the image, containing the word "Estate" in a white, elegant script font.

*Estate*

G

F

M

A

M

G

L

A

S

O

N

D

# Carciofo

*Cynara scolymus*

**Difficoltà:** media

**Famiglia:** Asteraceae

**Ciclo:** perenne coltivata come biennale o triennale

**Terreno:** profondo, ricco di sostanza organica, fresco ma ben drenato

**Esposizione:** calda e soleggiata

**Distanza di impianto:**  
sulla fila: da 60 a 80 cm • tra le file: da 80 cm a 1 m

**Intervallo tra l'impianto e la raccolta:**  
da 4 a 12 mesi, a seconda dell'annata e della varietà

**Raccolta:** da metà maggio a settembre

Questo ortaggio vorace predilige le regioni con inverni miti. Tuttavia, in estate è sensibile al caldo eccessivo (oltre i 22°C) e teme la siccità. Prevedete un abbondante apporto di concime al momento dell'impianto. Per gli impianti primaverili, i capolini si formeranno a fine estate o in autunno (ma a volte bisognerà attendere la primavera successiva); gli impianti dell'anno precedente daranno frutti a fine primavera o inizio estate.

**Tagliate i capolini dei carciofi con le cesoie man mano che si formano, ma prima della completa maturazione. Prevedete 4-5 carciofi per ogni pianta il primo anno d'impianto, 8 o più negli anni successivi.**

## COLTIVAZIONE

### Impianto

In primavera, distribuite 10 kg di compost o letame maturo per ogni pianta di carciofo che prevedete di installare. Lavorate il terreno in profondità con la vanga, poi rastrellatelo superficialmente. Scavate le buche d'impianto distanziandole di 60-80 cm. Collocate le piante

ricoprendole con un miscuglio di terra fine e compost. Pressate il terreno all'altezza del colletto e formate intorno alla base una profonda conca. Annaffiate senza bagnare le foglie.

### Cure colturali

A inizio coltivazione la crescita del carciofo è piuttosto lenta. Fin da giugno provvedete alla pacciamatura e proseguite le irrigazioni per tutta l'estate per evitare che il terreno si asciughi troppo.

## PRODURRE LE NUOVE PIANTINE

A marzo interrate un seme a una profondità di 0,5 cm in ciascun alveolo di una seminiera da tenere in serra fredda. A una temperatura di 15-18°C le piantine spunteranno in una ventina di giorni. Dopo la comparsa della seconda foglia, trasferitele in contenitori di 13 cm di diametro, da collocare sempre in serra fredda. La crescita delle giovani piantine è ottimale tra i 16 e i 20°C, con un elevato tasso di umidità atmosferica. Mettetele a dimora in aprile o maggio.

## LE VARIETÀ

Le varietà di carciofo si differenziano per dimensioni dei capolini al momento della raccolta, per il colore verde o violaceo e per la presenza o meno di brattee spinose. La capacità di entrare in produzione nell'anno d'impianto e la resistenza al freddo invernale differiscono da una varietà all'altra. Tra le più note: "Romanesco", "Catourese", "Violetto di Romagna", "Violetto di Toscana", "Spinoso di Albenga".

## COME FARE

### Proteggere le piante in inverno

In assenza di protezione, un periodo prolun-

gato di freddo intenso unito a un elevato tasso di umidità può distruggere la carciofaia. Dopo aver legato le foglie dei cespi, distribuite al piede delle piante uno spesso strato di paglia triturrata o di foglie secche. Prima dei geli completate la rinalzatura con qualche badilata di terra. Aspettate le prime belle giornate di fine marzo o aprile per eliminare la protezione.

## LA SCARDUCCIATURA

Il prelievo e la messa a dimora dei polloni (carducci) è un metodo tradizionale di propagazione del carciofo, che consente di rendere perenne una varietà coltivata nell'orto. I carducci sono germogli provvisti di fragili radici avventizie che emergono dalla base del ceppo. Potete prelevarli e accorciarli a una quindicina di centimetri prima di trapiantarli in piena terra o interrarli per 3 o 4 settimane in vasetti prima della messa a dimora. Questo metodo di riproduzione vi consentirà di preservare in coltura le caratteristiche di una determinata varietà.

## DIFESA DAI PARASSITI

I parassiti dei carciofi sono numerosi nelle coltivazioni industriali, ma poco presenti negli orti domestici. Una primavera umida è sinonimo di lumache: raccoglietele ed eliminatele. I giovani getti sono a volte infestati da afidi neri: bagnate ripetutamente le piante con un potente getto d'acqua.

A wire mesh basket with a wooden handle is overflowing with fresh autumn vegetables. The basket is filled with several large purple beets, several bright orange carrots, and various leafy greens, including some with reddish-purple leaves. The basket is placed on a patch of dark soil in a garden, surrounded by more green plants and a small yellow flower. An orange rectangular box with the word "Autunno" in white cursive script is overlaid on the right side of the image.

*Autunno*

G

F

M

A

M

G

L

A

S

O

N

D

# Barbabetola rossa

*Beta vulgaris var. conditiva*

**Difficoltà:** facile

**Famiglia:** Chenopodiaceae

**Ciclo:** biennale coltivata come annuale

**Terreno:** fresco e ben drenato, sciolto e ricco di sostanza organica ben decomposta

**Esposizione:** aperta e soleggiata

**Distanza di impianto:**  
sulla fila: da 8 a 15 cm • tra le file: 30 cm

**Intervallo tra la semina e la raccolta:**  
da 2 a 3 mesi

**Raccolta:** da luglio a novembre

All'inizio della crescita le barbabietole rosse temono il freddo, che le fa montare a seme. Le radici acquistano una consistenza legnosa se il terreno è troppo asciutto e le varietà a radice lunga tendono a biforcarsi nei suoli sassosi o concimati con sostanza organica non abbastanza decomposta. Un clima mite e umido favorisce una crescita regolare.

**Tenere e dolci, le prime barbabietole possono essere raccolte, a seconda delle necessità, da fine giugno a settembre; le varietà tardive, destinate allo stoccaggio in cantina, fino ai primi geli. Estraele dal terreno con la vanga, sezionate l'estremità della radice e tagliate il fogliame al colletto.**

## COLTIVAZIONE

### Semina a dimora

Dato che le plantule non tollerano temperature inferiori ai 7°C, non seminate le barbabietole nell'orto prima della seconda metà di aprile. Depositare 2 o 3 semi in buchette distanti 15 cm l'una dall'altra,

oppure un seme ogni 3 cm in un solco profondo altrettanto. Per le radici destinate alla conservazione invernale, la semina può essere effettuata sino alla fine di giugno.

### Cure colturali

Effettuate un graduale diradamento a 15 cm per le varietà a radice tonda, a 8 cm per quelle a radice lunga. Mantenete fresco il terreno con frequenti annaffiature per permettere una crescita rapida ed evitare che le radici risultino insapori, fibrose, spaccate o screpolate.

## PRODURRE LE NUOVE PIANTINE

La barbabietola rossa è uno dei rari ortaggi da radice in grado di sopportare il trapianto senza effetti negativi sulla formazione della radice stessa. Potete quindi effettuare la semina in contenitori alveolati tra aprile e giugno, ponendo un seme in ciascun alveolo. Diradate le piantine e trapiantatele nell'orto quando avranno sviluppato 3 o 4 foglie.

## LE VARIETÀ

A seconda delle varietà, le radici di barbabietola rossa sono globose o cilindriche, a volte emisferiche e più o meno appiattite in cima. Il colore dell'epidermide varia dal giallo dorato al vinaccia. Sezionandola, la polpa appare bianca, gialla o rosso violaceo, percorsa in alcune varietà da anelli concentrici rosa e bianchi. Le varietà recenti presentano generalmente un sapore più dolce.

- "Piatta d'Egitto", "Detroit", "Cylindra", "Tonda di Chioggia".

## COME FARE

### Diradare le barbabietole rosse

Anche se si rispettano le densità di semina,

è comunque necessario effettuare un diradamento delle piantine. Ciascuna semente è in realtà un agglomerato di 2-4 semi, e da ogni "seme" si origineranno più germogli di cui uno solo dovrà essere conservato. Alcune varietà "monogerme" ("Monogram", "Moneta") producono un solo germoglio. Evitando il diradamento, questi "semi di precisione" sono particolarmente apprezzati da orticoltori e vivaisti.

## MINI BARBABIETOLE ROSSE

Tradizionale ortaggio invernale, la barbabietola viene conservata in cantina per essere consumata durante la cattiva stagione. Ma sono le raccolte estive a rendere davvero giustizia a questa radice. Prelevate ancora "piccole" in seguito a interventi di diradamento o a una semina troppo fitta mai o poco "sfoltita", queste mini barbabietole rivelano un delicato sapore zuccherino.

## DIFESA DAI PARASSITI

Alcune malattie crittogamiche (peronospora, cercosporiosi, mal vinato) causano decolorazione delle foglie o macchie più o meno circoscritte sulle radici. Tuttavia accade raramente che queste affezioni fungine compromettano seriamente i raccolti, anche se possono a volte ridurre la durata di conservazione invernale delle radici. Per limitarne l'insorgenza, concentrate le colture nei mesi estivi e anticipate la raccolta, evitando l'esposizione al clima autunnale fresco e umido.

A wicker basket overflowing with fresh winter vegetables. The basket contains several bright orange carrots, several rutabagas with purple and white skin, and several red radishes. There are also some dark-skinned root vegetables, possibly beets or turnips, and some green leafy vegetables. The basket is set on a grassy area with some fallen leaves. A green garden tool, possibly a trowel or a small shovel, is lying on the grass to the right of the basket. The word "Inverno" is written in a white, cursive font on a blue rectangular background in the upper right corner of the image.

*Inverno*

G

F

M

A

M

G

L

A

S

O

N

D

# Cerfoglio bulboso

*Chaerophyllum bulbosum*

**Difficoltà:** media

**Famiglia:** Apiaceae

**Ciclo:** biennale

**Terreno:** fresco ma ben drenato, ricco di humus, leggero e sabbioso

**Esposizione:** leggermente soleggiata o a mezz'ombra

**Distanza di impianto:**  
sulla fila: da 3 a 5 cm • tra le file: 25 cm

**Intervallo tra la semina e la raccolta:** 8 mesi

**Raccolta:** giugno o luglio

Essendo la durata germinativa dei semi molto breve, è necessario utilizzare tutti gli anni sementi fresche. Inoltre, dato che le semine primaverili non sempre garantiscono i risultati sperati, è preferibile avviare la coltivazione in autunno per ottenere raccolti più gratificanti. In ogni caso, la germinazione è sempre piuttosto lenta e imprevedibile.

**Estirpate le radici di cerfoglio tuberoso con una forca o una vanga, dal primo ingiallimento delle foglie al loro completo avvizzimento. Mettetele ad asciugare a terra per 2 o 3 giorni ed eliminate le ultime parti rinsecchite prima di ritirarle in un locale fresco per la conservazione. Dopo 3 mesi potrete gustare in modo ottimale il loro delicato sapore di castagna e patata.**

## COLTIVAZIONE

### Semina a dimora

Effettuate una semina rada in ottobre o novembre, su terreno accuratamente lavorato. Dato che i semi sono molto piccoli, prevedete 2-3 g di sementi per una

fila larga 30 cm e lunga 5 m. Ricoprite leggermente i semi, poi pressate la terra con il dorso del rastrello. In questo periodo dell'anno non è richiesto alcun apporto d'acqua.

### Cure colturali

Le nuove piantine emergono dal terreno in primavera, spesso già a partire da febbraio. Procedete al diradamento, prima a 3 cm, poi a 5 cm. Annaffiate con regolarità per evitare arresti di crescita dovuti alla carenza d'acqua.

## RECUPERARE I SEMI

Dato che il seme di cerfoglio bulboso ha una breve durata germinativa, è consigliabile recuperare ogni anno le sementi prodotte dalle piante coltivate nell'orto. Al momento della raccolta lasciate le radici nel terreno su una superficie di circa 1 m<sup>2</sup>. La primavera successiva, alla ripresa vegetativa diradate le piante conservandone solo una cinquantina, selezionate tra le più vigorose. Quando i semi arrivano a maturazione, in luglio o agosto, tagliate le infiorescenze a ombrella e fatele essiccare su un foglio di carta. Sgranatele tra le dita in autunno e seminate immediatamente.

## LE VARIETÀ

Non esistono in commercio singole varietà di cerfoglio bulboso. Se la specie botanica cresce in tutta Europa e dalla Russia orientale all'Asia occidentale, le piante coltivate nell'orto, a volte proposte con l'appellativo "cerfoglio di Prescott", sarebbero il prodotto di selezioni orticole con radici leggermente più sviluppate.

## COME FARE

### Conservare i semi da piantare a marzo

Nel caso del cerfoglio bulboso è sempre pre-

feribile una semina autunnale. Ma se non è possibile effettuarla, potete rinviarla alla primavera successiva: non dovrete fare altro che conservare i semi. Mescolate ai sottili acheni giallastri appena raccolti 1 o 2 manciate di sabbia fine e versate il tutto in un piccolo recipiente a chiusura ermetica da tenere in frigorifero. A marzo estraete il contenitore e seminate il miscuglio di sabbia e semi secondo la tecnica utilizzata per la semina autunnale.

## IL CERFOGLIO, PIANTA AROMATICA

Se le foglie del cerfoglio bulboso non sono commestibili, in ragione della loro tossicità, è invece possibile consumare quelle di una specie diversa di cerfoglio (*Anthriscus cerefolium*), coltivata come pianta officinale e aromatica. Di forma triangolare, di colore verde chiaro e profondamente divise, assomigliano a quelle del prezzemolo ma hanno un sapore di anice molto particolare. Potete seminare il cerfoglio aromatico direttamente in piena terra, preferibilmente in posizione soleggiata in aprile e settembre, all'ombra in estate.

## DIFESA DAI PARASSITI

Il cerfoglio bulboso viene occasionalmente colpito da marciume dei semenzai in caso di semina troppo fitta, marciume radicale su terreni eccessivamente pesanti e afidi delle radici in suoli troppo asciutti. Tuttavia queste malattie parassitarie solo in rari casi compromettono seriamente i raccolti.