

## ZERBA - ACELGA

*(Beta cycla)*

|                              |                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Familia:</b>              | Kenopodiazeak                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Jatorria:</b>             | Afrika edo Asia.                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Konposizioa:</b>          | Ura 88%<br>Karbohidratoak 45%<br>Proteinak 2%<br>Lipidoak 0,4%<br>Potasioa 200 mg/100 g<br>Sodioa 20 mg/100 g<br>Kaltzioa 110 mg/100 g<br>Burdina 3mg/100g<br>Fosforoa 30 mg/100 g<br>C Bitamina 20 mg/100 g<br>A Bitamina 330 microg/100 g |
| <b>Noiz landatu:</b>         | Urte osoan zehar. Halere egokiena urria-martxo bitartean zonalde hotzetan.                                                                                                                                                                  |
| <b>Tenperatura:</b>          | Hotza ondo jasan harren 7 °C behera garapena gelditzen du. Egokiena 15-25 °C artean.                                                                                                                                                        |
| <b>Lurra:</b>                | Freskoa, sakona eta ondo ongarritutako lurra behar du. PH-a 6-8 artekoa.                                                                                                                                                                    |
| <b>Landaketa markoa:</b>     | Landareen artean 30 cm<br>Hilaren artean 40 cm                                                                                                                                                                                              |
| <b>Ureztaketa:</b>           | Lurra heze mantentzeko beharrezkoa den ureztaketa. Lurra lehor egon ezker bere garapena gelditu egiten da.                                                                                                                                  |
| <b>Uzta-biltzea:</b>         | 2 hilabete ondoren garapena egokia bada kanpoaldean dituen hostoak batzen hasi gaitezke eta hilabetetan zehar uzta biltzen etengabe jarraitu.                                                                                               |
| <b>Erlazio onuragarriak:</b> | Berakatza, uraza, errefautxoak, azenarioak,                                                                                                                                                                                                 |

|                              |                                                                   |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|                              | azak eta tipulak.                                                 |
| <b>Erlazio kaltegarriak:</b> | Bere familiako beste ortuariak adibidez espinakak, erremolatxa... |
| <b>Izurriak:</b>             | Barraskiloak, bareak eta pulgoia.                                 |
| <b>Oinarrizko aholkuak:</b>  | Ez du eguzki zuzena behar eta gerizpetan ondo garatu daiteke.     |