

# Lechuga



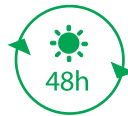
## Descripción

La lechuga, que se consume sobre todo cruda en ensaladas, aporta el frescor necesario a sus platos.

De bajo mantenimiento, la lechuga es muy fácil de cultivar, incluso para los principiantes.

Además, es rica en vitaminas, hierro, calcio, fósforo y manganeso.

## Riego



Riegue regularmente para mantener el suelo húmedo.



No moje el follaje para proteger la planta de las plagas.

## Siembra

1



Siembra en hileras: cava surcos de 1 a 2 cm de profundidad, espaciados 30 cm. Colocar las semillas y cubrir con tierra. Regar con lluvia fina.

2



En cuanto aparezcan 4-5 hojas, conservar sólo las plantas más vigorosas.

## Cosecha



La cosecha se efectúa unos 2 meses después de la siembra, según las necesidades.

Las lechugas deben estar bien formadas antes de cortarlas con un cuchillo por encima de la cabeza. Este corte producirá nuevos brotes para la próxima cosecha.

## Mantenimiento

Desherrar y escardar con regularidad para limitar las malas hierbas y la llegada de ciertas plagas.

Si la presencia de caracoles o babosas es muy grande, se puede instalar una red.

El uso del mantillo reducirá la frecuencia de riego.



## Consejos

Se pueden combinar varias plantas con las lechugas para protegerlas de las plagas y asegurar su crecimiento: plantas aromáticas como el eneldo, la remolacha, la zanahoria y el pepino.

Plantas de compañía ✓



Para evitar ✗

