

# Perejil Rizado

*Petroselinum crispum* (Mill.) Foss. Umbelíferas

## Siembra

El perejil se cultiva muy bien por semillas, desde finales de invierno hasta finales de verano, aunque puede tardar de 3 a 6 semanas en germinar. Se recomienda hacer varias siembras escalonadas en el tiempo, para tener una producción constante a lo largo de todo el año.

La envoltura de la semilla posee una serie de compuestos químicos que pueden inhibir la germinación de otras semillas, permitiéndole competir con plantas vecinas.

## Necesidades

Necesita un mínimo de 2 h al día de luz, tolerando desde la sombra hasta pleno sol.

Aunque le gusta mucho el calor, se adapta bien a los climas húmedos y resiste muy bien el frío, dejando de desarrollarse a partir de los 7°.

## Sustrato

La tierra tiene que estar suelta para que las raíces profundicen bien. Sustratos a base de compost y mantillo. Mejor en tierras nitrogenadas y húmedas.

## Agua

Le gusta el agua, riegos abundantes. El sustrato siempre debe estar húmedo, pero cuidado con los encharcamientos, que debilitarían a la planta.

## Nutrientes

Abonos ricos en nitrógeno, como por ejemplo humus, para conseguir una buena producción de hojas.

## Cosecha

Se cortan de vez en cuando las hojas, según se necesiten. También se pueden cortar ramilletes enteros, si la planta es vigorosa. Para secar deberemos recolectarlas al final del verano y secarlas rápidamente a temperaturas muy altas (40°) en un horno.

Es una planta bienal, es decir, produce semillas al segundo año de su plantación. En cultivos forzados se pueden conseguir flores el primer año, pero nunca se deben extraer semillas de estas plantas, ya que son genéticamente deficientes. Para cosechar la semilla, esperaremos que la planta produzca las flores con forma de sombrilla típicas de la especie. Se espera hasta finales de verano, antes de las lluvias de otoño; cuando la flor se haya secado la cortaremos y extraeremos las semillas.

## Usos

El perejil es una planta culinaria que se puede añadir a cualquier plato, resaltando el sabor de los otros alimentos y nunca enmascarándolos. Es carminativa, tónica estomacal y digestiva; en la comida ayuda a expulsar las flatulencias y abre el apetito.

Las hojas en infusión antes de la comida alivian los retortijones y la falta de apetito. Además tiene propiedades diuréticas.

Su cultivo se conoce desde hace más de 300 años, siendo una de las plantas aromáticas más populares de la gastronomía mundial.