



# TÉRANGA

## AFRO GASTRO BAR

### COMO CULTIVAR JENGIBRE EN TU CASA

1. Ve a un supermercado que ofrezca una amplia variedad de vegetales frescos y busca jengibre. Escoge un tubérculo hinchado y firme cuya piel no se vea arrugada ni marchita. La piel debería ser algo brillante y de color beige claro.

2. Prepara el suelo. Al jengibre le gusta crecer a la luz, en un suelo húmedo y prefiere la sombra al sol. Se cultiva casi como el bambú, que produce rizomas bajo la superficie, desde donde crece hacia afuera. Usa una tierra liviana y agrega una parte de arena por cada tres partes de tierra. Mezcla bien y llena la maceta hasta tres cuartos de su capacidad.

3. Haz un hueco en la tierra y coloca el jengibre de lado en el medio de la maceta. Los brotes deben apuntar hacia arriba ya que son el nacimiento de los tallos nuevos. Cúbrela con una pulgada de tierra aproximadamente y presiona con suavidad. Coloca la maceta en una ventana con luz indirecta. Asegúrate de tener un buen drenaje debajo. El mayor requerimiento del jengibre es el calor.

4. Utiliza una mezcla equilibrada en nitrógeno, fósforo y potasio ya que el jengibre necesita muchos nutrientes. Asegúrate de mantener el suelo húmedo. La típica planta de supermercado no produce frutos y florece rara vez, de modo que al tener mayor cantidad de hojas se favorecerá la fotosíntesis haciendo que los rizomas crezcan aún más rápido. Riega el jengibre a diario pero cuida de mantener el suelo húmedo y no encharcado. Mantén la bandeja de drenaje separada de la maceta colocando algunas piedras entre una y otra. Esto mantendrá un buen desagote. De cualquier modo, si ves que el agua llega al borde de la maceta, retírala.

5. Cuando hayan crecido tallos y hojas fuertes, luego de algunas semanas, observa bajo la superficie del suelo buscando nuevos rizomas. Córtalos limpiamente y prueba el sabor del jengibre fresco por primera vez. Sabrás que hay un crecimiento nuevo cuando aparezcan pequeños tallos asomando en distintos sectores de la maceta. Este jengibre no será tan picante como los rizomas maduros que irás cosechando en el futuro. Habitualmente el jengibre crece por unos diez meses y luego las hojas se tornan amarillentas y caen. Esto es normal y será el momento de dejar de regarlo a diario y comenzar a hacerlo sólo una vez al mes para evitar que los rizomas se sequen. Cada año, si no cosechas demasiado, tus rizomas serán más y podrás desenterrarlos en el otoño. Déjalos secar y utilízalos en tus recetas favoritas.



TERANGA

Pintorería 55, Vitoria-Gasteiz  
[www.terangabarvitoria.com](http://www.terangabarvitoria.com)