

ANO 03 - EDIÇÃO 03 - 2021

Espantalho

A REVISTINHA DA HORTA

FAÇA A SUA HORTINHA



Embrapa
Hortaliças

Espantelho é uma publicação da Embrapa Hortaliças, Unidade Descentralizada da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa), vinculada ao Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento.

Projeto gráfico e diagramação

Gustavo Coelho Taya

Conteúdo

Débora Albernaz

Paula Rodrigues (MTB 61.403/SP)

Carla Timm

Revisão

Paula Rodrigues (MTB 61.403/SP)

Gislene Alencar (MTB 05.653/MG)

Impressão

Lisandro Tavares

Tiragem

1.000 exemplares

Contato

hortalicas.imprensa@embrapa.br

Telefone: (61) 3385.9000

www.embrapa.br/hortalicas

**QUE TAL APRENDER A FAZER UMA HORTINHA?
É FÁCIL COMEÇAR!
A EMBRAPA HORTALIÇAS VAI DAR ALGUMAS DICAS
PARA VOCÊ APRENDER A CULTIVAR EM CASA.
SUJE AS MÃOS. PLANTE! É MUITO LEGAL!**



**Onde plantar?
Quais materiais
posso usar?**



Você vai precisar de algumas ferramentas:

1) POTES, YASOS OU GARRAFAS PET DE 10 CM DE LARGURA E 15 CM DE PROFUNDIDADE, COM FUROS NA PARTE DE BAIXO



2) LUYAS (DE JARDINAGEM, DE BORRACHA OU DE YINIL)



3) PÁ DE JARDINAGEM



4) MUDAS DE HORTALIÇAS E SEMENTES

5) SOLO

6) REGADOR OU MANGUEIRA COM ESGUICHO



7) ESTACAS OU SUPORTES DE MADEIRA, BAMBU OU PLÁSTICO



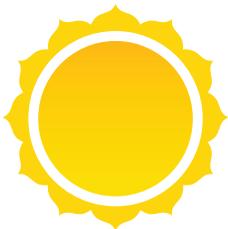
8) BARBANTE

9) RÉGUA OU FITA DE MEDIR



Por onde começar?

ANTES DE COMEÇAR A PLANTAR SUA HORTINHA, PROCURE O AMBIENTE IDEAL PARA AS SUAS PLANTINHAS CRESCEREM FORTES E SAUDÁVEIS. NESSE LUGAR PRECISA TER:



Luz - É PRINCIPALMENTE DA LUZ DO SOL QUE AS PLANTAS RETIRAM A ENERGIA PARA CRESCER.

SEM LUZ, AS PLANTAS FICAM AMARELADAS! SUAS PLANTINHAS DEVEM FICAR NO LOCAL MAIS ILUMINADO DA CASA, ONDE BATE MAIS SOL. DE 4 A 5 HORAS, PELO MENOS!

Água - AS PLANTAS PRECISAM DE ÁGUA. É PELAS RAÍZES QUE ELAS ABSORVEM A ÁGUA, ENTÃO, O SOLO TEM QUE ESTAR SEMPRE ÚMIDO! USE UM REGADOR OU UMA MANGUEIRA COM ESGUICHO.



SOLO - O LUGAR ONDE AS PLANTAS SE FIXAM PRECISA ESTAR BEM FOFINHO, SEM PEDRAS OU GALHOS, QUE PODEM IMPEDIR O CRESCIMENTO DAS RAÍZES. É PRINCIPALMENTE NO SOLO QUE ESTÃO A COMIDA DAS PLANTAS, OU SEJA, OS NUTRIENTES PARA ELAS CRESCEREM. NO SOLO TAMBÉM TEM O AR QUE AS RAÍZES PRECISAM PARA RESPIRAR. QUANTO MAIS FOFO, MAIS AS PLANTAS VÃO SE DESENVOLVER!

PEÇA AJUDA A UM ADULTO PARA USAR FERRAMENTAS QUE PODEM CORTAR OU SE PRECISAR MOYER ALGO PESADO.



Hora de colocar a mão na terra!

AJUDE AS PLANTAS A OBTEREM OS NUTRIENTES QUE PRECISAM.

1) ENCONTRE UM RECIPIENTE.

2) ESCOLHA O MELHOR SOLO PARA SUAS PLANTAS. COMPRA TERRA ADUBADA OU COMPRA O ADUBO E MISTURE À TERRA QUE VOCÊ TEM EM CASA. SE PRECISAR DE AJUDA, PERGUNTE A UM JARDINEIRO OU AO VENDEDOR NAS LOJAS AGROPECUÁRIAS OU DO SETOR DE JARDINAGEM DO SUPERMERCADO.

3) REMEXA O SOLO COM A ESPÁTULA E COM AS MÃOS ATÉ FICAR BEM SOLTINHO! MISTURE TUDO.

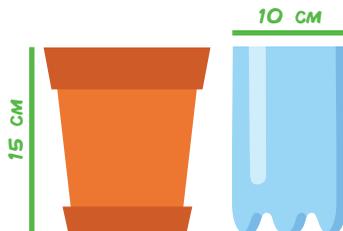
4) RETIRE AS PEDRAS E GALHOS QUE ENCONTRAR.

5) ADUBE, SE A TERRA JÁ NÃO ESTIVER ADUBADA. O ADUBO OU FERTILIZANTE É O ALIMENTO DAS PLANTAS. A MAIORIA DELAS PRECISA DE FERTILIZANTE A CADA POUCAS SEMANAS. LEIA NA EMBALAGEM O QUANTO DEVE USAR.

6) COLOQUE O SOLO NOS RECIPIENTES COM FURO NA PARTE DE BAIXO, PARA QUE O EXCESSO DE ÁGUA ESCORRA E NÃO ENCHARQUE AS RAÍZES!



ANTES DE PLANTAR SUA HORTINHA, COLOQUE AS LUVAS!



FAÇA SUJEIRA, SEM PROBLEMA! DEIXE O SOLO BEM FOFINHO!



GUSTAVO TAVIA



Posso plantar qualquer hortalica?

Sim! As plantinhas das quais comemos a folha ou o fruto são mais fáceis de crescerem em pequenos espaços. As raízes, como cenoura, e batata-doce, precisam de vasos maiores e mais espaço.



Cebolinha



SABERHORTIFRUTI

COMECE COM AS HORTALIÇAS QUE VOCÊ E SUA FAMÍLIA GOSTAM DE COMER E QUE SEJAM DE CICLO MAIS CURTO, OU SEJA, QUE DEMORAM MENOS PARA ESTAREM PRONTAS PARA A COLHEITA, COMO A ALFACE E OS TEMPEROS DE FOLHAS, COMO A CEBOLINHA E O COENTRO.



FREEPIK - JCOMP

Alface

VOCÊ VAI SE SENTIR MAIS ANIMADO EM CONTINUAR A CULTIVAR, POIS LOGO JÁ IRÁ COLHER!

Coentro



TROPICALESTUFAS

PLANEJE UM TEMPINHO POR SEMANA PARA PLANTAR. ASSIM, NUNCA VAI FALTAR PLANTINHAS NA SUA HORTA.

Hora de plantar!

**VOCÊ PODE COMPRAR SEMENTES
OU MUDAS PRONTAS**

SEMENTES (COENTRO,
SALSINHA, CEBOLINHA, ALFACE,
CENOURA)

**1) NO YASO QUE VOCÊ
PREPAROU COM O SOLO, FAÇA
PEQUENOS BURAUQUINHOS,
USANDO A PONTA DO DEDO, NA
PROFUNDIDADE DE MAIS OU
MENOS 1 CM PARA COLOCAR AS
SEMENTES. ESSÉS BURAUQUINHOS
SÃO COMO BERÇOS PARA SUAS
PLANTINHAS.
COLOQUE 2 OU 3 SEMENTES EM
CADA BERGINHO.
A DISTÂNCIA ENTRE UM BERGINHO
E OUTRO DEVE SER DE, PELO
MENOS, 5 CM (4 DEDINHOS),
PARA AS RAÍZES TEREM ESPAÇO
PARA CRESCEREM.**

**2) CUBRA COM UMA CAMADA
BEM FININHA DE TERRA.**



GUSTAVO TAVIA



GUSTAVO TAVIA

**3) MOLHE EM SEGUIDA COM O
REGADOR. AS GOTINHAS TÊM
QUE SER BEM FININHAS PARA
AS SEMENTES NÃO FICAREM
DESCOBERTAS. AS SEMENTES
PODEM DEMORAR ATÉ 10 DIAS
PARA GERMINAR. CONTINUE
MOLHANDO TODOS OS DIAS, QUE
ELA YAI NASCER!**

***COLOQUE PLAQUINHAS COM O NOME
DE CADA PLANTINHA PARA NÃO
ESQUECER QUAL É QUAL.**

MUDAS OU SEMENTES

(TOMATE, PIMENTÃO, PEPINO OU COUVE).

1) MOLHE A BANDEJA OU SACO DA MUDINHA COM O REGADOR. RETIRE A MUDA DE TOMATE DA BANDEJA OU DO SAQUINHO. PUXE SUAVEMENTE AS RAÍZES PARA SOLTAR.

2) COLOQUE A MUDA NO YASO QUE VOCÊ PREPAROU.

3) APERTE EM VOLTA DA MUDINHA PARA FICAR BEM FIRME.

4) MOLHE COM O REGADOR OU COM A MANGUEIRA.

SE NECESSÁRIO, COLOQUE UM SUPORTE DE MADEIRA, DE BAMBU OU DE PLÁSTICO PERTO DA MUDA. AMARRE A PLANTA AO SUPORTE OU À ESTACA COM UM BARBANTE.

5) PRONTO! AGORA É SÓ COLOCAR A PLAQUINHA COM O NOME DA SUA PLANTINHA!

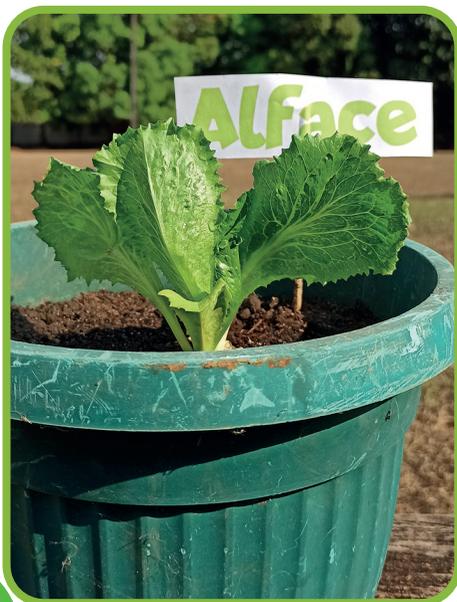


GUSTAVO TAVIA

COMO DEVO CUIDAR DELAS?

MOLHAR TODOS OS DIAS É MUITO IMPORTANTE, PRINCIPALMENTE QUANDO ELAS AINDA SÃO PEQUENINAS. A MAIORIA DAS PLANTAS PRECISA DO SOLO ÚMIDO SEMPRE.

OBSERVE TODOS OS DIAS COMO ELAS ESTÃO SE DESENVOLVENDO. SE PERCEBER QUE O SOLO ESTÁ SECO, COLOQUE ÁGUA ATÉ QUE ELA COMECE A SAIR PELOS FURINHOS NA PARTE DE BAIXO DO YASO. PARE EM SEGUIDA PARA NÃO ENCHARCAR DEMAIS, POIS AS RAÍZES TAMBÉM PRECISAM RESPIRAR.



GUSTAVO TAVIA

Hora de colher!

GUSTAVO TAYÁ



CEBOLINHA, SALSINHA E COENTRO, COUVE

YÁ COLHENDO AS FOLHAS SEMPRE QUE QUISER USAR! A PLANTA YAI CONTINUAR CRESCENDO.

ALFACE

VOCE PODE COLHER TODA A PLANTA CORTANDO NA BASE PERTO DO SOLO (30 A 40 DIAS). ENQUANTO A ALFACE FOR NOVINHA VOCE PODE TAMBÉM IR COLHENDO AS FOLHAS EXTERNAS PARA COLOCAR NA SUA SALADA. SE COLHER ASSIM, A PLANTA YAI CONTINUAR CRESCENDO! MAS NÃO ESPERE ATÉ TER FLORES! POIS QUANDO ISSO ACONTECE, AS FOLHAS FICAM AMARGAS!



FREPIK



BANCO DE IMAGENS

TOMATES

PODE COLHER ASSIM QUE OS FRUTOS COMEÇAREM A MUDAR DA COR VERDE PARA A COR YERMELHA E ESPERAR QUE AMADUREÇAM NA SUA FRUTEIRA OU PODE COLHER ASSIM QUE ELES ESTIVEREM YERMELHOS.

PEPINOS

COLHA QUANDO ESTIVEREM AINDA VERDES, MAS COM 15 CM A 20 CM DE COMPRIMENTO.



EDUARD GORICEY

Por que é importante comer hortaliças?

As hortaliças são fontes de nutrientes muito importantes para nossa saúde e nosso bem-estar como vitaminas, minerais e fibras. O consumo regular de hortaliças ajuda a prevenir doenças como diabetes, sobrepeso, obesidade, pressão alta e colesterol alto.



A Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura recomenda que, por dia, cada pessoa deve comer 400 gramas de frutas e hortaliças. As hortaliças deixam qualquer refeição mais colorida e divertida. E um prato colorido é sinônimo de uma dieta equilibrada e saudável!





MINISTÉRIO DA
AGRICULTURA, PECUÁRIA
E ABASTECIMENTO



PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL