10

GUIA EXTRA

HORTA DE EMERGÊNCIA

Verdura e tempero frescos em vasos, garrafas e caixotes — mesmo em apartamento, em pouco espaço e com pouca água.

Material digital para uso pessoal · imprima quantas vezes quiser

COMIDA FRESCA QUE NÃO DEPENDE DO MERCADO

Numa crise longa, o que some primeiro do prato é o **verde**: verdura e legume fresco estragam rápido e chegam por caminhão. Uma horta pequena não alimenta a família sozinha, mas garante **tempero, folhas e alguns legumes** toda semana — e ensina as crianças de onde vem a comida.

Este guia é para quem tem **pouco espaço**: varanda, janela, laje ou um canto do quintal.

1. O lugar

- **Sol:** a maioria das hortaliças precisa de **pelo menos 4 a 6 horas de sol direto** por dia. Observe por um dia onde o sol bate e por quanto tempo.
- **Água por perto:** quanto mais longe a torneira, menos você rega.
- **Vento forte** quebra mudas: proteja com uma tela ou coloque os vasos encostados na parede.

2. O que plantar primeiro

Comece pelo que é **fácil, rápido e que vocês comem**.

Planta	Recipiente mínimo	Sol	Primeira colheita (aprox.)
Cebolinha	vaso de 15 cm	meia-sombra ok	60 a 75 dias (rebrota)
Salsa	vaso de 15 cm	meia-sombra ok	60 a 90 dias
Alface	vaso de 20 cm	4 h	45 a 60 dias
Rúcula	jardineira	4 h	30 a 40 dias
Couve	vaso de 30 cm	6 h	60 a 80 dias (colhe por meses)
Manjericão	vaso de 20 cm	6 h	45 a 60 dias
Hortelã	vaso próprio (espalha)	meia-sombra	60 dias
Tomate-cereja	vaso de 30 a 40 cm + estaca	6 h	80 a 100 dias
Pimenta	vaso de 25 cm	6 h	90 a 120 dias
Rabanete	jardineira funda	4 h	25 a 35 dias

> **Dica** A cebolinha e a couve de mercado **rebrotam**: plante a base da cebolinha com raiz e o talo de couve com folhas novas, em vez de jogar fora.

3. Recipientes que você já tem

- **Garrafa PET de 2 L** cortada na horizontal: alface, rúcula, temperos. Faça furos no fundo.
- **Galão de 5 L** cortado: couve, tomate-cereja.
- **Caixote de feira** forrado com saco de ráfia ou lona furada: jardineira para rabanete e alface.
- **Balde velho** com furos: pimenta e tomate.

Todos precisam de **furos no fundo** e uma camada de **pedrinhas ou cacos de telha** antes da terra, para a água escorrer.

4. A terra

Misture em partes iguais:

- **1 parte de terra** de jardim ou terra vegetal comprada;
- **1 parte de composto orgânico** ou húmus de minhoca (vende em loja agropecuária e supermercado);
- **1 parte de areia grossa** ou casca de arroz (deixa a terra solta).

Terra de vaso usada pode ser reaproveitada: misture com composto novo antes de plantar de novo.

5. Plantar

Por semente: faça um furinho com o dedo da profundidade de **2 a 3 vezes o tamanho da semente**, coloque 2 ou 3 sementes, cubra e regue devagar. Quando nascerem, deixe só a mais forte.

Por muda: abra um buraco do tamanho do torrão, coloque a muda, aperte a terra em volta e regue.

6. Regar com pouca água

- Regue **de manhã cedo ou no fim da tarde**, direto na terra, não nas folhas.
- Enfie o dedo na terra: **seca até 2 cm de profundidade, regue; úmida, espere**.
- Cubra a terra com **palha, folhas secas ou casca de arroz**: segura a umidade e você rega menos.
- **Garrafa gotejadora:** garrafa PET com 2 furinhos na tampa, enterrada de cabeça para baixo ao lado da planta. Ela libera água devagar.
- Use a água do **enxágue de legumes** e a água de chuva guardada (com tampa, contra a dengue).

7. Pragas sem veneno

- **Olhe as folhas** a cada dois dias, inclusive embaixo. Pegue lagartas e caramujos à mão.
- **Pulgão:** jato de água ou água com um pouco de sabão neutro, borrifada à tardinha.
- **Plantas amigas:** manjericão e cebolinha perto do tomate e das folhas ajudam a confundir os insetos.
- Folha muito atacada: arranque e jogue fora, longe da horta.

8. Colher sem matar a planta

- **Alface e couve:** colha as folhas de fora e deixe o miolo crescer.

- **Temperos:** corte os ramos de cima, nunca mais de um terço da planta de uma vez.
- **Manjericão:** tire as flores assim que aparecerem, para a planta continuar dando folha.

9. Calendário simples

Mês	Faça
Todo mês	semear um pouco de rúcula, rabanete e alface (colheita contínua)
A cada 2 meses	adubar com 1 punhado de composto por vaso
Ao colher	replantar o espaço vazio

Clima de cada região muda o melhor mês de cada planta. O pacote de sementes traz a época certa para a sua região: siga o pacote.

CHECKLIST DA HORTA

- ☐ Lugar com 4 a 6 h de sol escolhido
- ☐ Recipientes com furos + pedrinhas
- ☐ Terra + composto + areia
- ☐ Sementes: rúcula, alface, rabanete, salsa, cebolinha
- ☐ Mudas: couve, tomate-cereja, manjericão
- ☐ Palha ou casca de arroz para cobrir
- ☐ Garrafas gotejadoras
- ☐ Borrifador com água e sabão neutro