

**FICHAS TÉCNICAS DE CULTIVOS DE LANZAROTE****NOMBRE COMÚN:** Arveja**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Pisum sativum*.**ORIGEN:** La arveja es un alimento oriundo de Oriente Medio y de Asia Central, donde se cultiva desde hace miles de años y forma parte de numerosos platos típicos de la gastronomía de los países orientales.**VARIEDADES:** Las variedades de mayor uso son:

- ◆ Arveja de Paloma
- ◆ Arveja de 60 días.

CALENDARIO DE TEMPORADA

E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
	S	S	R					S	S	S	S

S: siembra- R: recolección

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO:

La arveja se ha cultivado en Europa durante siglos y se encuentra hoy día entre las hortalizas más populares en todo el mundo.

Como todas las legumbres, son una importante fuente de fibra. La fibra soluble ayuda a reducir niveles elevados de colesterol y azúcar en sangre, mientras que la fibra insoluble contribuye a regular el buen funcionamiento del intestino, evitando el estreñimiento. Presentan también vitaminas como tiamina (B1), riboflavina (B2), niacina, piridoxina (B6), ácido fólico, vitamina K y vitamina C, así como pequeñas cantidades de alfa y beta-carotenos (precursores de la vitamina A). Es destacable la concentración de vitamina B1.

Además contienen minerales como hierro, fósforo, magnesio, cinc y potasio.



DESCRIPCIÓN BOTÁNICA:

Es planta anual, herbácea. Los tallos son trepadores y angulosos; existen variedades de crecimiento determinado y otras de crecimiento indeterminado, dando lugar a tres tipos de variedades: enanas, de medio enrame y de enrame. Las hojas tienen dos pares de folíolos y terminan en zarcillos.

Las vainas tienen de 5 a 10 cm de largo, suelen tener de 4 a 10 semillas; son de formas y colores variables, según la variedad. El peso medio es de 0,20 gramos por unidad; el poder germinativo es de 3 años como máximo, siendo aconsejable emplear para la siembra semillas que tengan menos de 2 años desde su recolección; en las variedades de grano arrugado la facultad germinativa es aún menor.

CLIMA

Prefiere climas templados y frescos, zonas ventiladas, no soporta el bochorno.

SUELO

Se adapta a un amplio rango de suelos, pero prefiere suelos sueltos, profundos y con un buen drenaje. El pH óptimo está comprendido entre 6 y 6.5

PROPAGACIÓN:

Se reproduce mediante semillas. Para su propagación se utiliza preferiblemente la siembra directa en el campo.

PLANTACIÓN

La plantación se realiza manual con ayuda del plantón o con la tangañilla, manteniendo una adecuada separación entre plantas para favorecer el crecimiento.

Marcos de plantación:

Se suele utilizar un marco de plantación de 20 x 25 cm aproximadamente, en el cultivo en enarenado con sistema de riego por goteo.

LABORES CULTURALES

Escardar: Tiene como objetivo mantener el cultivo limpio para evitar que compita por el agua y los nutrientes.



RIEGO

El riego debe ser moderado pero constante. Es un cultivo que muy sensible a la sequía.

FERTILIZACION

Al ser leguminosas, tienen bacterias en los nódulos de sus raíces que fijan el nitrógeno del aire. Es muy sensible a las deficiencias de manganeso y cinc.

Se aconseja partir de un análisis de suelo para realizar la fertilización que mejor convenga al cultivo y poder hacer las correcciones pertinentes.

PRINCIPALES PLAGAS Y ENFERMEDADES

- ◆ Plagas
- ◆ Lagartas, (vicho camello)
- ◆ Minador.

Enfermedades:

- ◆ Oidiiu.
- ◆ Mildiu
- ◆ Roya

RECOLECCIÓN Y PRODUCCIÓN

La recolección se realiza manual, de forma escalonada(cada 2 o 3 días), retirando las vainas cuando están llenas y tiernas.