



A. Ruiz

Campos de cebolla
y a la dercha
en primer plano
albahaca
en Bardena
(Zaragoza)

La cebolla: hortaliza, condimento y remedio medicinal

► Texto y fotografías: David Olmo

En la agricultura ecológica actual, la cebolla es un cultivo muy extendido. Alimento clave en nuestra gastronomía, la cebolla cuida nuestra salud pero también la de nuestros cultivos, al facilitarnos sustancias muy interesantes para proteger de plagas y depredadores a otras hortalizas. Cultivar cebollas es relativamente sencillo, el reto está sobre todo en saber cómo controlar las adventicias. En este artículo contamos con la experiencia de dos familias de agricultores ecológicos de Aragón, quienes nos explican el manejo de este cultivo y la forma de aprovechar sus beneficios en asociaciones y rotaciones

La cebolla forma parte del género *Allium* y de la familia de las Liliáceas, o Aliáceas según autores. De las aproximadamente 700 especies de este género (110 localizadas en Europa, y de ellas 44 en España) son unas 20 las que nos interesan como alimento: el ajo, el chalote, el puerro, el cebollino, las cebolletas... *Allium* deriva de la palabra celta *All*, que significa pungir, herir con un objeto puntiagudo, lo que hace referencia a una de las características de ajos y cebollas, su picor, debido a que al crecer la planta absorbe azufre de la tierra y lo incorpora a sus fluidos celulares. Si alguna parte de la planta es dañada, se forman moléculas sulfurosas irritantes (efecto lacrimógeno) de

un olor fuerte y sabor picante. Es la defensa química de la propia planta, que así resulta menos apetitosa a hongos e insectos.

El bulbo de la cebolla es el lugar donde la planta almacena la energía para el comienzo de la siguiente temporada de crecimiento. Las carencias en la fertilización nitrogenada adelantarán la formación del bulbo, el exceso la retrasarán. El fotoperíodo (horas de sol durante el día) también influye en la formación del bulbo, viéndose favorecido con fotoperíodos largos, ya que cuando el fotoperíodo es corto la planta sólo formará raíces y hojas. La raíz de la cebolla es superficial, raramente sobrepasa los 20cm de profundidad.

Según la fecha de recolección tendremos cebollas tiernas (primavera) o de guardar (final de verano, principios de otoño). Además, se comportará como planta anual si aprovechamos su bulbo, o bianual si queremos aprovechar sus semillas, que son negras, de pequeño tamaño y de forma triangular (la semilla hay que conservarla muy seca, ya que le afecta especialmente la humedad).

La cebolla como condimento

Es originaria de Asia Central y mediante evidencias arqueológicas sabemos no sólo que su cultivo se remonta a 5.000 años a.C., sino que en el Antiguo Egipto por sus propiedades curativas los faraones, como atestiguan numerosos jeroglíficos, se las ofrecían a los dioses. Su uso en la cocina enriquecerá nuestros platos ya que su versatilidad e importancia queda demostrada tanto por sus diferentes usos (cocinada, encurtida, cruda) como por su riqueza en variedades: Babosa, Valenciana, Grano de Oro, Figueres, Amposta, Blanca Castellana, Cebolla Dulce de Fuentes de Ebro, etc. ⁽¹⁾.

Comer cebollas aporta muchos beneficios a nuestra salud, entre otros y dicho de forma resumida: reduce la pérdida de calcio en los huesos, fomenta el crecimiento de bacterias beneficiosas en el intestino, es una de las horta-

lizas con mayor contenido antioxidante (en mayor cantidad en las cebollas de color rojo), previene la arteriosclerosis y las enfermedades coronarias, es un remedio casero muy eficaz para curar la tos, los resfriados y el dolor de garganta. Además, contiene compuestos azufrados que son antibacterianos y antifúngicos.

Los retos de su cultivo

Uno de los grandes retos en el cultivo de la cebolla es el control de plantas adventicias. Se trata de un cultivo en el que los primeros estadios de crecimiento son muy duraderos en el tiempo, por lo que las plantas adventicias proliferan fácilmente sin competencia. Para evitarlo habría que optar o bien por introducirla en una rotación en la que le favorezca la ausencia de plantas adventicias antes de realizar la siembra de cebollas, o bien realizar un semillero hasta que el cultivo tenga entre 10-15cm (alrededor de 60 días) y luego trasplantarla al campo. Con el trasplante evitaremos complicarnos con las plantas adventicias durante nada menos que dos meses, que además son los meses más difíciles de mecanizar.

Para introducirnos en el cultivo ecológico de la cebolla viajaremos a dos fincas de dos familias de agricultores ecológicos con varios años de experiencia en dicho cultivo, con ellos aprenderemos los entresijos de su manejo, los hermanos Laviña y la familia de Ruiz-Beguería, todos ellos en Aragón.

LOS HERMANOS LAVIÑA

En Perdiguera (Zaragoza) se encuentran Fernando y Gerardo Laviña, quienes llevan varios años cultivando

La cebolla como remedio para otros cultivos

La cebolla también favorece la salud de nuestros cultivos. Aprovechando sus compuestos azufrados, podemos aplicar maceraciones hechas con su piel y sus hojas, la podemos triturar y filtrar para luego aplicarla como insecticida y/o fungicida en el control de plagas y parásitos de los cultivos. ⁽²⁾

Por ejemplo, si ponemos a macerar cebolla troceada en agua, controlando que no fermente y durante un máximo de 3 días, una vez filtrada la podemos pulverizar sobre nuestras coles, consiguiendo que sean poco apetecibles para la oruga de la col. También se usa como acaricida contra la araña roja, o como repelente de caracoles y babosas y previene el oidio. El extracto de las peladuras de la cebolla es eficaz contra la mosca de la zanahoria y hay quien las planta alrededor de su huerto para evitar que entren los conejos.

Además de ser una pieza clave en las rotaciones y asociaciones de nuestros cultivos (asociación favorable con col, lechuga, fresa, remolacha, pepino, tomate y zanahoria, asociación desfavorable con leguminosas) es muy sencillo introducirla en nuestras rotaciones, porque existen muy pocos cultivos que sean de su misma familia. A esto hay que añadir su poder "curativo", porque disminuye las poblaciones de hongos patógenos y bacterias de nuestros campos.



El cultivo ecológico respeta a la fauna auxiliar, en esta imagen una libélula sobre hojas de cebolla



Los hermanos Fernando y Gerardo Laviña alternan el cultivo ecológico de variedades de cebolla y cereales

cebollas en una parcela de secano. Las riegan con agua de un pozo y con el cultivo de cebollas rompen la monotonía del cereal.

Trabajan con variedades autóctonas –Cebolla dulce de Fuentes, Grano de Oro, de Amposta y de Figueres...– por su aceptación en el mercado, su fácil conservación y por su rusticidad frente a las inclemencias externas (clima y plagas).

Plantación y rotaciones

La rotación que hacen es: cebolla – patata – cereal – barbecho, este último en función de la cantidad de plantas adventicias que tengan en su parcela, por lo que como mínimo pasarán 3 años entre un cultivo de cebolla y otro, evitando que las líneas de las cebollas anteriores coincidan con las líneas nuevas.

Las labores preparatorias consisten en un subsolado de unos 35cm de profundidad y varios pases de cultivador, aportando a finales de febrero unos 30.000kg/ha de estiércol de ovino compostado, procedente de una ganadería extensiva de su zona.

Se suele plantar la cebolla a mediados de abril. Lo hacen plantando directamente las plantitas en la tierra de la parcela, con cubierta plástica en las líneas, a una den-

sidad de 150.000 cepellones/ha, con 2-3 plantas por cepellón. La separación entre los cepellones es de 28cm, y entre las líneas 10cm. Su distribución es al tresbolillo, evitando de esta manera que coincidan las cebollas entre sí con las de las líneas vecinas. La plantación la realizan sobre una meseta de tierra, previamente preparada, de 70cm de ancho y 10cm de altura. La meseta permite que el riego por goteo sea homogéneo y evita el encharcamiento del bulbo, además de permitir preparar mejor la tierra para el transplante.

Con este tipo de cultivo se facilitan las labores de escarda mecánica, evitando el aporcado de las cebollas. Si el tiempo se lo permite, el control de las plantas adventicias lo realiza con su yegua “Chata” en vez de con el tractor, repasando posteriormente a mano.

Riego diario por goteo

Los hermanos Laviña suelen regar diariamente las cebollas, aportando 1,6 litros por gotero y hora durante una hora y media. Los goteros van por el centro de la meseta, separados entre sí unos 33cm. Los goteros de la otra meseta están a 165cm. No debemos olvidar que la cebolla es un órgano de reserva, por lo cual en los periodos de engorde no debe sufrir estrés hídrico.

Este es el primero año que han tenido que tratar la cebolla por posibles problemas de hongos, debido a las copiosas lluvias de mayo. Para controlar los hongos emplean dos productos comerciales: uno a base de maceraciones de cola de caballo y tomillo, y el otro una combinación de lecitina de soja y cobre.

Si la planta viene bien del vivero, no tienen problemas de que se les suba a flor.

Una vez acabado el periodo de engorde, los tallos se empiezan a marchitar y se van cayendo. Es el momento de dejar de regar el cultivo y dejar que se forme una capa exterior de tierra seca que protege a la cebolla en su conservación.

En agosto se arrancan y se dejan secar sobre la superficie de la parcela durante una semana. Después les cortan las hojas y las dejan dos días más en el campo antes de llevarlas al almacén.

FAMILIA RUIZ-BEGUERÍA

En las Cinco Villas Aragonesas, en el pueblo de Bardenas (Zaragoza) se encuentra la familia Ruiz-Beguería. Antonio, Feli y sus hijos Antonio y Sergio son de los pocos hortelanos de su zona que todavía sobreviven al monocultivo de maíz y alfalfa.

En sus parcelas, todas de regadío, llevan varios años introduciendo el cultivo de la cebolla en sus rotaciones. Rotan alfalfa (5 años) – pimiento – cebolla – tomate – cereal – brócoli, por lo que pasan más de 15 años antes de que se repita el cultivo de la cebolla en la misma parcela. La cebolla es un gran desinfectante de la tierra de cultivo, algo que se puede aprovechar eligiendo como siguien-

te cultivo hortalizas sensibles a hongos y bacterias de la tierra.

Plantar en días adecuados

La siembra y trasplante lo hacen siguiendo el calendario biodinámico. Para la siembra de las semillas en las bandejas eligen hacerlo en “día raíz”, en los meses de marzo – abril. Una vez que la planta se ha desarrollado la trasplantan al campo, en “época de plantación” y mejor todavía si coincide con “día raíz”.

Hay agricultores que identifican la cebolla –a efectos del calendario biodinámico– como “hoja” y otros como “raíz” (el bulbo de la cebolla es un falso tallo subterráneo que sirve como reserva de nutrientes), esta última opción es la que ha tomado la familia Ruiz–Beguería, pero es mejor que cada uno experimente.

Las variedades de cebolla con las que trabajan son Castillo (cebolla de guardar) y Citación (cebolla fresca). Las líneas las suelen orientar de norte a sur, para facilitar su insolación.

Un mes antes del trasplante de la cebolla a la parcela, aportan unos 20.000 kg/ha de estiércol de ovino bien compostado de ganadería extensiva.

Plantan en líneas sobre plástico negro, directamente sobre la parcela. En cada plástico ponen 4 líneas de plantas al tresbolillo, manteniendo una distancia de 15cm entre líneas y la misma distancia de cepellón a cepellón.

La dosis de plantas suele ser de 70.000 cepellones/ha, conteniendo cada cepellón 3-4 plantas. Entre plástico y plástico hay 150cm, habiendo una línea de goteros debajo de cada plástico, distanciados los goteros entre sí 30 cm.

Dos tipos de riego y cultivos asociados

Además del riego por goteo, tiene como apoyo riego por aspersión, sobre todo en los momentos de engorde del bulbo. Este riego es también muy eficaz para minimizar los ataques por trips (*Thrips tabaci* Lind), apareciendo los daños en forma de placas blanquecinas de contorno irregular y ligeramente deprimidas en la parte interna de las hojas interiores (mayor densidad de individuos cuando la cebolla tiene 7-11 hojas).



A. Ruiz

Antonio Ruiz y su hijo Antonio Ruiz Beguería cultivan hortalizas ecológicas en Bardena (Zaragoza)

El riego por aspersión ayudará a que los trips caigan de las hojas de la cebolla al suelo, imposibilitando así que puedan picarlas. La gran cantidad de depredadores naturales (*Orius* sp., *Aeolothrips intermedius* Bagnal, etc.) que tienen los trips serían suficientes para su control, pero desgraciadamente el abuso de productos químicos los ha reducido en gran número.

La dosis de riego la van modificando en función del estado vegetativo de la planta y de la climatología.

Suelen asociar el cultivo de la cebolla con plantas de albahaca en el principio de las líneas, y en los márgenes plantas de milenrama y tagetes, para atraer a un gran número de depredadores naturales.

Un mes antes de la recolección hacen un tratamiento con sílice para mejorar la maduración y la conservación de la cebolla. Según su experiencia personal, han comprobado que la recolección en “días hoja”, según el calendario biodinámico, no favorece la conservación de la cebolla. Tampoco arrancan la cebolla en días en los que el calendario biodinámico no recomienda trabajar la tierra (= días inhábiles, días señalados con una línea de puntos:), por lo cual lo hacen el resto de los días.

La recolección la suelen hacer a finales de agosto. Consiste en arrancar las plantas y dejarlas sobre la tierra de la parcela hasta que se seca el cuello del tallo (8-10 días). Posteriormente cortan el tallo en el campo y la recojen en el almacén.

De una forma u otra, la cebolla aporta múltiples beneficios; ya sea como alimento, como condimento o como remedio natural para nuestra salud o la de nuestras plantas. Sirvan estas experiencias para que cada uno elija la manera de cultivarla y de incorporarla a sus rotaciones. En la variedad está nuestra riqueza. ■

Notas

(1) Carravedo, M., Mallor, C. 2007. *Variedades autóctonas de cebollas españolas*. Ed. CITA (Centro de Investigación de Tecnología Agroalimentaria de Aragón). Zaragoza. 382 pp.

(2) Ver artículo “Purín de cebolla”. *La Fertilidad de la Tierra* n° 20