

NOME SPECIE

Lattuga gentilina

NOME DELLA VARIETÀ

Follomy



GENERALITÀ

Lattuga gentilina a ciclo medio. Il cespo, di medio volume, aperto, che non si chiude neanche a maturazione completa, ha foglie con bordi finemente dentellati, di colore verde biondo e fondo semi-eretto. Grazie all'elevata resistenza al freddo, si può raccogliere fino a giugno e da settembre fino alle ultime raccolte. Adatta per i trapianti precoci.

TIPO DI TERRENO IDEALE

Predilige terreni da medio impasto a sciolti, ricchi di humus, freschi e ben drenati. Per le colture primaverili ed autunnali, periodi in cui si verificano le maggiori precipitazioni, sono preferibili terreni sciolti con capacità di drenare l'acqua in eccesso; per le colture estive sono da preferire terreni capaci di trattenere l'acqua.

PERIODO DI TRAPIANTO

in nord italia e pieno campo

Da marzo ad aprile e da agosto a settembre.

CONCIMAZIONI NECESSARIE

prima di trapiantare e durante la coltivazione

La distribuzione diretta di concimi organici è sconsigliata. Si consiglia di distribuire un fertilizzante bilanciato al momento del trapianto ed eventualmente intervenire con concimi nitrici in 2-3 volte al momento della sarchiatura o erpicatura.

DISTANZE DI TRAPIANTO

sulla fila e tra le file

Sulla fila: 25-30 cm

Tra le file: 30-40 cm

PERIODO DI RACCOLTA

da-a, oppure dopo quanti giorni/mesi dal trapianto

Da aprile a giugno e da settembre ad ottobre.

PRINCIPALI AVVERSITÀ

Molto apprezzata anche dalle lumache. Il colletto e l'apparato radicale sono soggetti agli attacchi di funghi. Tra le avversità ricordiamo le gelate persistenti, comune alla specie "lattuga".

CONSIGLI DI COLTIVAZIONE

da legare su tutore, da cimare, ecc

Per mantenere pulito il terreno dalle erbe infestanti si consiglia di trapiantare su pacciamatura nera che inoltre favorisce l'anticipo del raccolto.

CARATTERISTICHE

organolettiche e proprietà nutritive

Si distingue e si fa apprezzare per il sapore e la croccantezza. Gode di ottime proprietà diuretiche per il rapporto potassio/sodio e la presenza elevata di fibre.

CURIOSITÀ E/O RICETTE

campo facoltativo

Conservabile fino ad una settimana in frigorifero, chiusa in sacchetti per alimenti.