



# MANZANO (MALUS SPP.)

## DATOS DEL MANZANO

Los manzanos (*Malus pumila*) se han cultivado durante miles de años en Asia y Europa, **originarios de Asia Central**. El antepasado salvaje (*Malus sieversii*) de nuestro manzano común aún se encuentra allí hoy en día. **Malus pumila ahora se cultiva en todo el mundo**, y hay más de 7400 diferentes variedades de manzanos. En nuestros huertos comunitarios, POP en general favorece variedades de cultivos como **Goldrush, Liberty, Enterprise, Chehalis** debido a su resistencia a enfermedades y su delicioso sabor. Los manzanos pertenecen a la familia botánica de la rosa (**ROSACEAE**), que también incluye frutas como cerezas, duraznos y peras. **Según el portainjerto**, los manzanos enanos crecen 6-10 pies de alto, los semienanos crecen 10-18 pies de alto y los manzanos estándar crecen 18-25 pies de alto. Los manzanos no se vuelven realidad de la semilla, por lo tanto, la propagación requiere el injerto de **vástago** a portainjerto seleccionado o injerto de brotes en el portainjerto de los árboles existentes.

## CUIDADO POR ESTACIÓN

Los manzanos son uno de los árboles más difíciles de cuidar porque hay docenas de plagas y enfermedades comunes. Es posible que se requiera monitoreo y fumigación frecuentes para un cuidado estacional exitoso. *Malus pumila* crece en **zonas de rusticidad 5-8**.

**INVIERNO/PRIMAVERA:** Es necesario realizar una poda anual de invierno durante el período aletargado de la planta. La primavera es el momento clave para el manejo de plagas y enfermedades, incluso la aplicación de té de compost, aceite de neem y otros pulverizadores según sea necesario. Fruta fina a 5" de distancia en mayo/junio.

**VERANO:** Monitoreo frecuente de los árboles, especialmente en climas húmedos o mojados. Consulte la guía de exploración de POP para más información sobre el monitoreo de plagas comunes como barrenadores de manzanos, polillas del manzano, *Cydia pomonella*, áfidos, gusanos de manzanas, chinche hedionda y más. Las enfermedades comunes incluyen sarna de la manzana, roya del cedro, fuego bacteriano, sooty blotch & flyspeck (manchas de hollín y motas de mosca), pudrición negra, mancha amarga, cenicilla y bitter pit.

**OTOÑO:** Aplicación de compost a fines de otoño, pulverizadores orgánicos para el manejo de diferentes plagas y enfermedades según sea necesario. Cosechar y procesar la fruta de agosto a noviembre, dependiendo de la variedad.

## BENEFICIOS NUTRICIONALES

**Las manzanas tienen muchos nutrientes, incluso vitamina C. La vitamina C, también llamada ácido ascórbico**, es un antioxidante común de las frutas y es un nutriente esencial que tiene muchas funciones importantes en el cuerpo. Las manzanas también son una buena fuente de **fibra**, por eso hay una razón por la que existe la frase "una manzana al día mantiene al médico en la lejanía". Las hojas se han utilizado **como un agente antibacterial**. Las manzanas duran muchos meses si se guardan bien y se pueden secar, congelar o convertir en **sidra, jarabes, mermeladas, tés, jugos, tartas y mucho más**.

## FÁCIL RECETA DE COMPOTA DE MANZANA

4 libras de manzanas cocidas  
1 taza de vinagre de manzana  
2 tazas de agua Azúcar  
(aproximadamente 4 tazas)  
Sal  
2 cucharaditas de canela  
1/2 cucharadita de clavos  
molidos  
1/2 cucharadita de pimienta  
inglesa

1. Cortar las manzanas y colocarlas en una olla eléctrica de cocción lenta con agua. 2. Agregar azúcar, vinagre de manzana, canela, sal, clavos, pimienta inglesa y el limón en la olla eléctrica de cocción lenta. Mezclar bien. 3. Cocinar en la olla eléctrica de cocción lenta en bajo por aproximadamente 10 horas, y revolver cada dos horas. 4. Si se desea, usar una batidora para hacer puré de compota de manzana hasta que quede uniforme. 5. Cubrir y refrigerar por hasta dos semanas o congelar en contenedores pequeños.

**Consejo extra: ¡Puede usar los restos de manzana para hacer su propio vinagre de manzana!**



PHILADELPHIA  
ORCHARD PROJECT