

# Cultivando hierbas en Texas

Joseph G. Masabni\*

Las hierbas son plantas que son empleadas como agentes saborizantes. A las hierbas usadas para cocinar se les llama hierbas culinarias. Las hierbas suaves o sabrosas le dan un sabor delicado a las comidas y las hierbas picantes le agregan sazón.

En el caso de muchas hierbas, las hojas son la parte de la planta que se usan; las semillas o las raíces de algunas hierbas también pueden aprovecharse. Debido a que las hierbas se usan en poca cantidad, solo se necesitan algunas plantas para proveer de suficientes hierbas, frescas y secas, para toda la temporada.

El cultivo de hierbas en jardines es muy popular en Texas (Tabla 1). El entusiasmo por alimentos naturales ha incrementado este interés. Además, cualquier receta se puede acentuar con el uso apropiado de hierbas culinarias.

Aunque muchas hierbas pueden usarse con propósitos medicinales o decorativos, este documento se centra en las hierbas culinarias.

## Localización

Las hierbas pueden sembrarse en arriates para flores, como bordes en jardines rocosos o como cultivos de esquina. Algunas hierbas son anuales, lo que significa que se reproducen por semillas y completan su ciclo de vida en un año; otras son perennes y regresan año con año.

Las hierbas anuales pueden sembrarse en jardines de flores anuales o en huertos de vegetales. Las hierbas perennes pueden plantarse a un lado del jardín, en un lugar en donde no interfieran con la preparación del suelo para el siguiente año.

Muchos jardineros establecen un pequeño jardín de hierbas cerca de la casa. Generalmente, un área de 6 a 10 pies cuadrados es suficiente. También pueden usarse diseños circulares o libres. Las hierbas más altas deben plantarse al final de la parcela.

\*Profesor Asistente y Extensionista especialista en Horticultura, Sistema Universitario Texas A&M.



**Tabla 1. Producción estatal de hierbas y área cultivada por región productiva en Texas**

Cultivo	Producción estatal			Área cultivada por región productiva				
	Acres	Valor por acre	\$ Valor total, miles de \$	Valle bajo	Winter garden	Las Planicies	Oeste de Texas	Este de Texas
Albahaca	20	4,200	84	0	10	0	0	10
Cilantro	430	4,200	1,806	400	10	0	0	20
Eneldo	220	3,000	660	200	0	0	0	20
Menta	220	3,400	748	100	100	0	0	20
Perejil, seco	15	2,800	42	0	10	0	0	5
Romero	100	2,800	280	0	10	80	0	10
Otras hierbas	40	2,800	112	10	10	0	0	20
Totales	1,045	3,571	3,732	710	150	80	0	105

Smith, D.T. and J.L. Anciso. 2005. The crops of Texas. Dept. Technical Report SCS-2005-010. Dept. of Soil and Crop Sciences. P.63

## Conforme el jardín crece

Cuide su jardín de hierbas de la misma manera en que cuidaría un jardín de flores o vegetales. Escoja un lugar soleado con buen drenaje. Aplique un fertilizante balanceado pero no use nitrógeno en exceso. Consulte con la oficina de Extensión del condado con respecto a la preparación del suelo, la fertilización del jardín y otras prácticas culturales.

Riegue las hierbas durante los periodos secos tanto como sea necesario. Generalmente, se debe aplicar una pulgada de agua semanalmente en el caso que esta cantidad de agua no sea proporcionada a través de la lluvia. El mantillo ayuda a conservar la humedad en el suelo y reduce el crecimiento de malezas. Debido a que las plantas de menta crecen mejor en suelos húmedos, estas se deben regar frecuentemente

## Establecimiento del jardín de hierbas

En el caso de las hierbas anuales y bianuales, plante las semillas directamente en el jardín o en macetas en el interior de la casa y trasplántelas posteriormente al jardín (Tabla 2). Obtenga semillas en el centro de jardinería local o por catálogo; o guarde las semillas producidas por las hierbas para sembrarlas el año siguiente.

Para guardar sus propias semillas, coseche las cabezas una vez que se hayan secado en la planta. Posteriormente permita que estas se sequen en un lugar seco, fresco y protegido. Después de que las semillas

estén completamente secas depréndalas de las cabezas y descarte la basura.

Almacene las semillas en frascos etiquetados en un lugar fresco y oscuro. Algunas semillas de hierbas como el eneldo, el anís, el comino o el cilantro pueden usarse para dar sabor a la comida.

**Las hierbas perennes pueden** reproducirse por división o por cortes de tallos (Tabla 3).

**División:** divida las plantas cada 3 o 4 años al principio de la primavera. Saque las plantas del suelo y divídalas en varias secciones. El cebollín, el perejil silvestre y el tarragón se pueden propagar dividiendo las raíces o coronas (puntos de crecimiento).

**Cortes de tallos:** corte los tallos en secciones de 4 a 6 pulgadas y colóquelas en arena húmeda, en un lugar sombreado para que desarrollen raíces. Las nuevas raíces deben formarse en 4 a 8 semanas. Hierbas como la salvia, el tomillo y la ajedrea pueden propagarse por tallos.

La menta manzana produce estolones o tallos que crecen a ras del suelo; estos se pueden propagar fácilmente cubriendo una porción del estolón o tallo con suelo, permitiendo así, la formación de raíces.

## Cosecha

Las hojas de muchas hierbas, tales como, el perejil o el cebollín, pueden cosecharse para usarse en fresco. Remueva gradualmente las hojas de estas plantas conforme las vaya necesitando, pero no las remueva todas al mismo tiempo. Con el cuidado apropiado, las plantas

pueden producir por mucho tiempo. En el caso del romero y el tomillo, corte la parte de arriba de las plantas cuando estas estén en plena floración.

## Plagas

En general, la mayoría de las hierbas tienen pocos problemas de plagas y enfermedades. Aunque la mayoría de las hierbas son tolerantes a infestaciones leves de insectos chupadores y masticadores, no permita que las poblaciones de insectos crezcan. Los insectos chupadores/masticadores incluyen áfidos, pulguitas, saltadores de hojas, arañitas, thrips, gorgojos y gusanos alambre.

Las plantas resisten el ataque o daño por insectos si estas crecen vigorosamente y son fertilizadas e irrigadas apropiadamente. Coseche las hierbas regularmente para mantener las poblaciones de insectos al mínimo.

Las enfermedades son un problema más grave para las hierbas, debido a que, cuando se empiezan a notar los síntomas, el daño ya es serio. Para reducir el ataque de enfermedades, siembre las hierbas en un lugar donde circule el aire y el suelo esté bien drenado. Las enfermedades que afectan a las hierbas incluyen tizones (*Alternaria*, *Cercospora*), y enfermedad bacteriana de las hojas, hongos y micoplasmas.

El factor más importante que afecta el crecimiento y desarrollo normal de las hierbas son las malezas. Las hierbas plantadas en macetas o en el jardín deben mantenerse libres de malezas durante toda la temporada de crecimiento. Esto es especialmente importante para hierbas anuales y herbáceas. Una vez que están establecidas, las hierbas perennes arbustivas pueden tolerar algunas malezas.

## Secado

Después de ser cosechadas, cuelgue las hierbas en manojos, en un lugar bien ventilado, también puede extender las ramas en un tamiz o manta de cielo, o coloque las hojas en bandejas si solo estas serán utilizadas. Cúbrelas con un trapo que permita el paso de la humedad.

Generalmente, es mejor dejar que las hierbas se sequen naturalmente en un lugar fresco y oscuro, en vez de usar fuentes artificiales de calor. Los expertos pueden usar fuentes artificiales de calor aunque pueden ocurrir pérdidas de sabor y calidad al usar este método de secado.

## Almacenamiento

Cuando las hierbas estén completamente secas deben colocarse en contenedores herméticos tales como frascos de vidrio. Almacénelas en un lugar fresco y oscuro. Cualquier señal de acumulación de humedad en el frasco, es un indicador de que las hierbas no se secaron completamente.

Muela los tallos antes de ponerlos en los frascos. Almacene las hojas molidas o enteras, dependiendo del uso que les vaya a dar.

## Cultivo de hierbas en macetas

Algunas hierbas se pueden plantar en macetas y mantener en el interior (casa) durante el invierno. Las hierbas más adaptadas a ser cultivadas en macetas son: la albahaca, el cebollín, la menta, el perejil, el romero y la mejorana dulce.

Para cultivar hierbas en macetas, siémbrelas directamente en ellas o trasplántelas del jardín al final de la temporada de crecimiento. Colóquelas en un lugar soleado, cerca de una ventana orientada hacia el sur y cuídelas como lo haría con cualquier otra planta casera.

## Información adicional

Existen varias fuentes de información sobre hierbas. Las bibliotecas locales cuentan con libros acerca del cultivo de hierbas. Algunos grupos organizados interesados en el cultivo de hierbas y sus usos incluyen:

- ◆ Sociedad Americana de Hierbas (Herb Society of America): [www.herbsociety.org](http://www.herbsociety.org)
- ◆ Día Nacional de las Hierbas (National Herb Day): [www.herbdays.org](http://www.herbdays.org)
- ◆ Asociación de Hierbas de Texas (Herb Association of Texas): [www.texasherbs.org](http://www.texasherbs.org)
- ◆ Consejo Americano de Botánica (American Botanical Council): [www.abc.herbalgram.org](http://www.abc.herbalgram.org)
- ◆ Salvadores de Plantas Unidos (United Plant Savers): [www.unitedplantsavers.org](http://www.unitedplantsavers.org)
- ◆ Asociación Americana de Productos Herbales (American Herb Products Association): [www.ahpa.org](http://www.ahpa.org)
- ◆ Farmacopea Americana de Hierbas (American Herbal Pharmacopoeia): [www.herbalahp.org](http://www.herbalahp.org) Semillas/plantas

## Semillas/plantas

Entre muchas otras, las siguientes compañías ofrecen catálogos de semillas y plantas:

- ◆ Burpee: [www.burpee.com](http://www.burpee.com)
- ◆ Semillas Orgánicas (Organica seed):  
[www.organicaseed.com](http://www.organicaseed.com)
- ◆ Semillas Harris (Harris seed):  
[www.harrisseed.com](http://www.harrisseed.com)
- ◆ Compañía de semillas George Park (George Park Seed Company): [www.Parkseed.com](http://www.Parkseed.com)
- ◆ Hierbas y semillas raras Nichols (Nichols Herb and Rare Seed): [www.nicholsgardennursery.com](http://www.nicholsgardennursery.com)
- ◆ Jardin de hierbas (Garden of Herbs):  
[www.gardenherbs.org](http://www.gardenherbs.org)

**Tabla 2. Hierbas anuales y bianuales. Anuales se reproducen por semillas y completan su ciclo de vida en un año. Estas mueren por heladas y deben ser sembradas cada año. Bianuales sobreviven la primera temporada y producen semillas durante la segunda temporada.**





Hierba		Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso
Angélica ( <i>Angelica archangelica</i> )		24–30	Es una planta bianual; se debe ser cuidadoso con ella pues se parece mucho a la cicuta, que es venenosa	Se reproduce por división; se debe plantar en lugares sombreados parcialmente, con una distancia entre plantas de 3 pies	Se cosechan las raíces en el otoño del primer año; se deben secar de inmediato	<b>Tallos:</b> crudos o en ensaladas; <b>Hojas:</b> sopas, guisados, te, manualidades; <b>Raíces:</b> son medicinales
Anís ( <i>Pimpinella anisum</i> )		20–24	Tiene hojas con bordes serrados; flores pequeñas de color blanco; es una planta de baja propagación y crecimiento lento	Se debe plantar en suelos de moderada fertilidad, en un lugar soleado con una distancia entre plantas de 3 a 4 pulgadas y una distancia entre surcos de 12 a 14 pulgadas	Se cosechan las semillas cuando cambian a color café; las hojas se pueden cosechar mientras están verdes y conforme se vayan necesitando	<b>Semillas:</b> repostería, dulces, galletas, bebidas, sazónador para carnes; <b>Hojas:</b> sopas, ensaladas, guarniciones
Albahaca ( <i>Ocimum basilicum</i> )		20–24	Es una planta frondosa con hojas de color verde claro; las flores son de color blanco o lavanda; es una planta anual de rápido crecimiento	Se debe podar con frecuencia para que la planta se mantenga como arbusto; Se debe sembrar con una distancia entre plantas de 12 pulgadas, en lugares sombreados, con suelos bien drenados y en arriates elevados	Las hojas se cosechan cuando empieza la floración, las plantas se deben cortar de 4 a 6 pulgadas del suelo	<b>Hojas:</b> sopas, guisados, omelets, ensaladas, platos de pollo y carne, salsa para pasta
Borrajá ( <i>Borago officinalis</i> )		20–24	Tiene hojas ásperas velludas; produce flores azules en racimos caídos	Las hojas jóvenes se cosechan y secan o se pueden cocinar frescas como las espinacas. Se siembra al inicio de la primavera, directamente en el suelo, en un lugar soleado; las semillas pueden germinar lentamente; se deben sembrar con una distancia de 12 pulgadas entre plantas; se resiembra sola	Las hojas jóvenes se cosechan y secan o se pueden cocinar frescas como las espinacas	<b>Hojas:</b> ensaladas, te; <b>Flores y puntas de las hojas:</b> encurtidos, sopas, guisados



Tabla 2 continuación













Hierba		Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso
Caléndula ( <i>Calendula officinalis</i> )		12	Las hojas son ligeramente vellosas y en un arreglo en espiral; las flores van de un tono amarillo pastel hasta un anaranjado fuerte	Se reproduce por semilla; es una planta de sol o sombra parcial y requiere suelos ricos y bien drenados; se deben sembrar con una distancia de 12 a 18 pulgadas entre plantas	Se cosechan las flores. Las flores muertas se deben eliminar para asegurar una floración continua	<b>Pétalos:</b> sopas, natilla, arroz (para agregar color), galletas, vinagre
Comino ( <i>Carum carvi</i> ) 'Bianual'		12-24	Hojas parecidas a las de la zanahoria; con flores pequeñas y de color blanco cremoso	Se siembra en la primavera, directamente en el suelo, en un lugar soleado; se debe sembrar con una distancia de 6 pulgadas entre plantas; algunas variedades son anuales	Se cosechan las hojas maduras; las semillas se forman a la mitad de la segunda temporada de crecimiento	<b>Hojas:</b> ensaladas, te, guisados, sopas; <b>Semillas:</b> panes, pasteles, sopas, salsas, ensaladas; <b>Raíces:</b> también se pueden cocinar
Perifolio ( <i>Anthriscus cerefolium</i> )		18	Es similar al perejil, con hojas de color verde ligero; las flores son blancas y crecen en pequeños racimos	Se siembra en un lugar húmedo, con sombra parcial; se debe sembrar con una distancia de 6 pulgadas entre plantas; no se trasplanta fácilmente	Se cosechan las hojas maduras en cualquier momento y se pueden secar o usar frescas como guarnición	<b>Hojas:</b> ensaladas, sopas, platillos de pollo y carne, guarniciones, te, mantequilla
Esclarea o salvia romana ( <i>Salvia sclarea</i> )		60	60 Hojas lanosas de 4 a 8 pulgadas de longitud y de 2 a 6 pulgadas de ancho; las flores aparecen en racimos a lo largo de una espiga larga	Es una planta bianual que se reproduce por semilla; se siembra en un lugar soleado; se debe sembrar con una distancia de 24 pulgadas entre plantas	Se cosechan las hojas conforme se vayan necesitando; se deben secar en un lugar bien ventilado para evitar que se ennegrezcan	<b>Hojas:</b> omelets, guisados, saborizante para cerveza o vino

Tabla 2 continuación

Hierba		Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso
Cilantro ( <i>Coriandrum sativum</i> )		36	Es una planta larga y gruesa, con flores blancas	Se siembra directamente en el suelo; requiere de un lugar soleado o parcialmente sombreado; se debe aclarar a una distancia entre plantas de 10 pulgadas	Las semillas se cosechan cuando cambian a un color café	<b>Planta completa;</b> Hojas: guisos y salsa; tallos: agregan sabor a las sopas o el frijol; semillas: repostería, salsas, encurtidos, licor
Eneldo ( <i>Anethum graveolens</i> )		24-36	Es una planta larga con hojas ligeras y de color verde; tiene flores parecidas a una sombrilla abierta	Se siembra en un lugar soleado o con sombra parcial; aclarar a una distancia entre plantas de 12 pulgadas; si las semillas maduran y caen, las plantas volverán a crecer el siguiente año	Las semillas se cosechan antes de que se caigan de la planta, también se pueden cosechar las hojas pequeñas	<b>Ramas de las flores o semillas:</b> encurtidos, pan salsas, carnes, ensaladas, vinagre; <b>Hojas:</b> agrega sabor a salsas y pescados
Berro ( <i>Nasturtium microphyllum</i> or <i>N. officinale</i> )		6-8	El berro está emparentado con el mastuerzo y la mostaza; es una planta con un sabor picante	Se siembra o trasplanta en un lugar sombreado; se deben sembrar con una distancia de 3 pulgadas entre plantas	Se cosecha la planta completa	<b>Se come fresco</b> en ensaladas; es común en la cocina mediterránea
Achicoria ( <i>Cichorium</i> sp.)		12	Es un cultivo de clima templado con cabezas sueltas; la achicoria puede tener hojas con márgenes marcados o rizadas	Se siembra temprano en la primavera y se debe aclarar con una distancia entre plantas de 15 pulgadas	Se cosecha la planta completa	<b>Hojas:</b> ensaladas o en la herbolaria
Hinojo ( <i>Foeniculum vulgare</i> )		36	Es una planta con hojas finas y ligeras con una base amplia parecida a un bulbo	Se siembra temprano en la primavera y se debe aclarar a una distancia entre plantas de 12 pulgadas	Se cosechan las hojas cuando empieza la floración; se pueden cosechar las ramas pequeñas, hojas o semillas	<b>Ramas pequeñas:</b> sopas; hojas: guarnición, pescado, queso para untar; <b>Semillas:</b> sopas, pan, embutidos

**Tabla 2 continuación**

Hierba	Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso
<p>Perejil (<i>Petroselinum crispum</i>)</p> 	5-6	Hojas de color verde oscuro, rizadas o lisas	Se siembra temprano en la primavera, en un lugar soleado, las semillas germinan despacio; se deben sembrar con una distancia de 6 a 8 pulgadas entre plantas; es fácil de trasplantar	Se cosechan las hojas maduras	<b>Hojas:</b> guarnición, tabule (ensalada) guisos diversos, sopas, salsas, aderezos para ensalada
<p>Ajedrea (<i>Satureja hortensis</i>)</p> 	18	Tiene hojas de color verde grisáceo con flores blancas y moradas; tiene un sabor ligeramente picoso	Se siembra después de que la época de heladas haya pasado, en un lugar soleado; se deben sembrar con una distancia de 6 a 9 pulgadas entre plantas	Se cosechan las hojas cuando empieza la floración; se cuelgan de cabeza en manojos, en un lugar bien ventilado; se almacenan en un contenedor hermético	<b>Hojas:</b> ensaladas, sopas, aderezos, guisos de carne y pollo, te, mantequilla, vinagre
<p>Manzanilla (<i>Matricaria recutita</i>)</p> 	12-30	Tiene hojas pequeñas de color verde oscuro con flores blancas, el follaje es muy aromático al tacto	Se deben sembrar con una distancia de 4 a 6 pulgadas entre plantas, en un lugar soleado	Se cosechan las hojas y las flores	<b>Hojas:</b> te, popurrí, adorno



**Tabla 3. Hierbas perennes. Estas hierbas se reproducen por semilla, pero solo se siembran el primer año, después crecen año con año. Se recomienda añadir un mantillo de hojas o paja para protegerlas durante el invierno.**




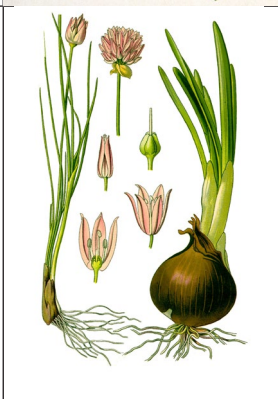







Hierba	Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso	
Hisopo de anís ( <i>Agastache foeniculum</i> )		36–60	Plantas altas, erectas con tallos angulares y hojas con bordes dentados; las flores son usualmente blancas o rosadas	Se reproduce por semilla o división, se debe plantar en lugares soleados o sombreados parcialmente; con una distancia entre plantas de 12 a 24 pulgadas	Se cosechan las semillas maduras antes de que las cabezas se abran; las semillas se deben almacenar en un contenedor hermético	Atraen a las abejas; <b>Las flores</b> son comestibles; <b>Hojas:</b> agrega sabor al te, manualidades; <b>Semillas,</b> galletas, pasteles y panecillos
Monarda balsámica ( <i>Monarda didyma</i> )		24–30	Tiene tallo cuadrados; hojas en lados opuestos del tallo con venas rojizas; los rizomas son invasivos y crecen en grupos densos	Se reproduce por semilla o división, se debe plantar en lugares soleados o sombreados parcialmente; con una distancia entre plantas de 12 a 15 pulgadas; Puede ser difícil de cultivar en Texas	Se cosechan las hojas en la primavera o antes de la floración en el verano; se usan secas o frescas	Atraen a las abejas, mariposas y colibríes; <b>Hojas:</b> te, mermeladas, sopas, guisados y ensaladas de frutas; <b>Las flores</b> son comestibles, <b>Flores secas:</b> manualidades
Nébeda o catnip ( <i>Nepeta cataria</i> )		36–48	Tiene tallos cuadrados y flores pequeñas de color morado	Se reproduce por semilla o división, se debe plantar en lugares soleados o sombreados parcialmente; con una distancia entre plantas de 12 a 18 pulgadas	Se cosechan y secan las hojas maduras	<b>Hojas secas:</b> te, hierba recreacional para gatos
Cebollín ( <i>Allium schoenoprasum</i> ) Ajo chino ( <i>Allium tuberosum</i> )		12	Hojas similares a las de la cebolla; con cabezas florales redondas y de color azul	Se puede cultivar en la primavera, ya sea en contenedores o en el suelo, en lugares soleados o sombreados parcialmente. Se puede dividir para incrementar su número; se debe sembrar con una distancia entre plantas de 5 pulgadas	Se cosechan las hojas conforme se necesiten	<b>Hojas:</b> omelets, ensaladas, salsas, mantequilla; <b>Flores:</b> comestibles; el ajo chino es un sustituto del ajo común
Santa María, Altamisa o Aquilea ( <i>Tanacetum parthenium</i> )		24–30	Es un arbusto pequeño con un aroma a cítrico; las flores son similares a las margaritas	Se reproduce por semilla o división, se debe plantar en lugares soleados o sombreados parcialmente; con una distancia entre plantas de 12 pulgadas	Se cosechan y secan las hojas y las flores	<b>Hojas:</b> te, manualidades, colorantes

Tabla 3 continuación






Hierba	Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso
Marrubio o toronjil ( <i>Marrubium vulgare</i> )	24	Se parece a la menta	Se reproduce por semilla o división, se debe plantar en lugares soleados o sombreados parcialmente; con una distancia entre plantas de 15 pulgadas	Se cosechan y secan las hojas al momento en que inicia la floración	<b>Hojas:</b> te, saborizante en dulces, manualidades
Lavanda ( <i>Lavandula angustifolia</i> )	24–36	Es una planta arbustiva, siempre verde, nativa de la región del mediterráneo; tiene hojas alargadas de color verde oscuro; las hojas y las cabezas de las semillas son aromáticas	Se reproduce por semillas o cortes de tallos, se debe plantar en lugares soleados; con una distancia entre plantas de 18 pulgadas	Se cosechan las hojas al momento en que inicia la floración; se cosecha y seca la cabeza de las semillas	<b>Hojas:</b> vinagre, mermeladas, popurrí, aceite de lavanda; <b>Cabezas de las semillas:</b> almohadas, popurrí
Citronela ( <i>Melissa officinalis</i> )	24	Tiene hojas arrugadas de color verde opaco y flores blancas; tiene un crecimiento vigoroso	Se debe sembrar en un lugar soleado aunque puede tolerar sitios sombreados parcialmente; con una distancia entre plantas de 12 pulgadas	Se cosechan las hojas maduras	<b>Hojas:</b> sopas, carnes, te, bebidas refrescantes
Hierbaluisa o verbena ( <i>Aloysia triphylla</i> )	24–60	Arbusto con hojas largas que huelen a limón al tacto, las flores son pequeñas de color blanco o morado	Se reproduce por tallos; se debe plantear en lugares soleados; con una distancia entre plantas de 24 pulgadas	Se cosechan las hojas maduras	<b>Hojas:</b> bebidas, ensaladas, mermeladas, te
Apio de monte o apio de montaña ( <i>Levisticum officinale</i> )	24–36	Se asemeja al apio crece de 3 a 9 pies	Se puede sembrar en el interior y después trasplantarse a un lugar soleado o sombreado parcialmente; con una distancia entre plantas de 12 a 15 pulgadas	Se cosechan las hojas al principio de la temporada de crecimiento	<b>Semillas:</b> pan, mantequilla, pasteles, te; <b>Hojas:</b> sopas, guisados, quesos, galletas, platillos de pollo; <b>Las raíces</b> son comestibles

Tabla 3 continuación

Hierba	Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso
<p>Orégano (<i>Origanum vulgare</i>)</p> 	24	Se deben escoger variedades inglesas; produce flores rosadas	Se debe plantar en suelos ricos en nutrientes, en áreas protegidas y después trasplantarse a un lugar soleado; se deben sembrar con una distancia entre plantas de 8 a 10 pulgadas	Se cosechan las hojas maduras	<b>Hojas:</b> sopas, asados de carne, guisados, ensaladas
<p>Menta inglesa (<i>Mentha x piperita</i>) Hierbabuena (<i>Mentha spicata</i>)</p> 	18–36	Arbusto vigoroso con flores moradas	Se reproduce por tallos o división; se debe plantar en suelos ricos y húmedos, en un lugar soleado; con una distancia entre plantas de 8 a 10 pulgadas	Se cosechan las hojas jóvenes o maduras	<b>Hojas:</b> sopas, salsas, te, mermeladas; <b>Tallos pequeños:</b> te, salsas, bebidas
<p>Salvia piña (<i>Salvia elegans</i>)</p> 	24–36	Arbusto con muchos tallos erectos; florea en el otoño; es muy sensible al frío	Se reproduce por cortes de tallos; se debe plantar en un lugar soleado; con una distancia entre plantas de 24 pulgadas	Se cosechan las hojas maduras	<b>Hojas:</b> te, popurrí, queso crema, jaleas, mermeladas
<p>Romero (<i>Rosmarinus officinalis</i>)</p> 	36–60	Tiene hojas de color verde oscuro y flores pequeñas de color azul	Se reproduce por cortes de tallos; se debe plantar temprano en la primavera, en un lugar soleado; las semillas germinan lentamente; se debe plantar con una distancia entre plantas de 24 pulgadas	Se cosechan las hojas maduras	<b>Hojas y tallos pequeños:</b> Carnes, salsas, sopas; <b>Hojas secas:</b> sobres para colgar en el closet
<p>Salvia (<i>Salvia officinalis</i>)</p> 	18–36	Arbusto con hojas de color verde grisáceo y flores de color morado	Se reproduce por cortes de tallos; se debe plantar en suelos bien drenados, en un lugar soleado; las semillas germinan lentamente; se debe plantar con una distancia entre plantas de 30 pulgadas	Se cosechan las hojas cuando empieza la floración	<b>Hojas:</b> carnes, pollo, te, pescado, aderezos, guisados
<p>Pimpinela o sanguinaria (<i>Sanguisorba minor</i>)</p> 	12	Los tallos alcanzan una longitud de 12 a 24 pulgadas con un grupo de hojas en la base; las flores son de color blanco a rojo; las hojas tienen un sabor parecido al pepino	Se reproduce por semilla o división; se debe sembrar en un lugar soleado, con suelos bien drenados; con una distancia entre plantas de 18 a 24 pulgadas	Se cosechan las hojas más jóvenes	<b>Hojas:</b> ensaladas, vinagre, mantequilla, queso cottage, queso crema y guarnición



**Tabla 3 continuación**

Hierba		Altura	Descripción	Cultivo	Cosecha	Uso
Geranio ( <i>Pelargonium</i> sp.)		12-24	Tiene tallos erectos con flores de 5 pétalos; las hojas tienen un patrón de color claro oscuro y se localizan en los tallos largos	Se reproduce por cortes de tallos; se debe plantar en un lugar soleado; con una distancia entre plantas de 12 a 24 pulgadas	Se cosechan y secan las hojas conforme se van necesitando	<b>Hojas:</b> te, popurrí, mermeladas, vinagre, postres
Ajenjo ( <i>Artemisia</i> <i>abrotanum</i> )		48	Arbusto con hojas pequeñas, delgadas, ligeras y de color verde grisáceo; las flores son amarillas	Se reproduce por cortes de tallos o división; se debe plantar en un lugar soleado, con suelos bien drenados; con una distancia entre plantas de 18 pulgadas	Se cosechan y secan las hojas conforme se van necesitando	<b>Hojas:</b> te, sobres aromáticos, popurrí
Mejorana ( <i>Origanum</i> <i>majorana</i> )		8-12	Son plantas de textura fina, con flores blancas	Se deben sembrar en lugares sombreados aunque las plantas maduras pueden crecer en lugares soleados; se deben plantar con una distancia entre plantas de 8 a 10 pulgadas	Se cosechan las hojas cuando empieza la floración	<b>Hojas:</b> ensaladas, sopas, aderezos, salsa de tomate
Tarragón ( <i>Artemisia</i> <i>dracuncululus</i> )		24	Se deben seleccionar variedades francesas; tiene hojas finas de color verde oscuro	Se reproduce por división o por las raíces; se debe plantar en suelos bien drenados; con una distancia entre plantas de 12 pulgadas	Se cosechan las hojas cuando empieza la floración	<b>Hojas:</b> ensaladas, salsas, huevos, vegetales, vinagre
Tomillo ( <i>Thymus</i> <i>vulgaris</i> )		8-12	Tiene hojas delgadas, de color verde oscuro	Se debe plantar en un lugar interior, después se debe trasplantar a un lugar soleado, con un suelo bien drenado; con una distancia entre plantas de 10 a 12 pulgadas	Se cosechan las hojas y las flores antes de que las primeras flores se abran	<b>Hojas:</b> sopas, aderezos, omelets, salsas, pan, vegetales



---

*Este documento fue traducido al Español por Teresa Duch-Carvalho, Extensionista Asociada del programa "Beginning Hispanic Farmers and Ranchers Development Program", Texas A&M-Commerce, financiado por la USAD-NIFA, Grant No. 2010-49400-21729.*

## Reconocimiento

Esta publicación es una revisión de una versión anterior escrita por Thomas Longbreak, Profesor Emérito y Horticultor de Extensión

### **Texas A&M AgriLife Extension Service**

*AgriLifeExtension.tamu.edu*

Más publicaciones de Extensión están disponibles en *AgriLifeBookstore.org*

Los programas educativos de Texas A&M AgriLife Extension Service están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, sexo, religión, origen nacional, edad, discapacidad, información genética, o condición de veterano.

---

El Sistema Universitario Texas A&M, el Departamento de Agricultura de EE.UU. y las Cortes de Comisionados de Condado de Texas en Cooperación.