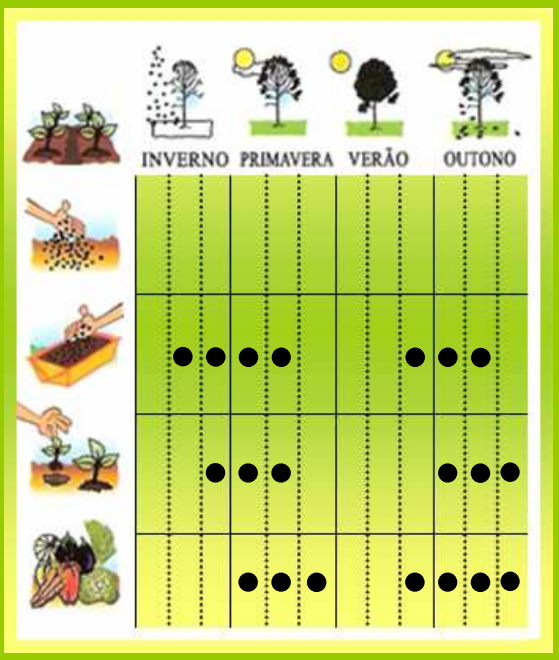
ALFACE

DESCRIÇÃO
Planta herbácea, anual, compacta, hermafrodita, com raíz aprumada e muito curta, não ultrapassando geralmente os 25 cm de profundidade e com pequenas ramificações. Enquanto a planta está na fase de roseta o caule é imperceptível mas quando atinge o estado de perfeito repolhamento já se pode considerar como um pequeno caule em forma cónica e na fase de espigamento surge então um de maior tamanho e ramificado, que vai sustentar as flores.

SEMENTEIRA
No local definitivo entre Março/Setembro, podendo-se semear em tabuleiros ou alvéolos e depois transplantar para o terreno quando a planta tiver cerca de 5-6 folhas verdadeiras e 7-8 cm de altura. A sementeira deve ser feita a pequena profundidade, entre 0,5-1 cm.

CRESCIMENTO
Rápido.

TRANSPLANTAÇÃO
Entre Abril/Setembro, com espaçamento de cerca de 20 cm. No Outono/Inverno deve-se aumentar o espaçamento.



LUZ
Requer boa luminosidade (sol/sombra).

TEMPERATURA
Planta de clima fresco ou temperado. A alface consegue germinar bem a temperaturas baixas, aumentando a velocidade dessa germinação com temperaturas até 20-25 Cº. A temperatura óptima situa-se entre os 15-21 Cº. Acima dos 25-27 Cº a semente pode entrar em dormência sendo a percentagem de germinação muito baixa.

HUMIDADE
Entre 60-80 %

SOLOS
Férteis, ricos em azoto, ligeiros e bem drenados, com pH ideal entre os 6,5-7,5.

REGA
Evitar o excesso de água no solo pois pode provocar asfixia radicular, paragem de crescimento e aparecimento de doenças. Evitar regar em horas de calor para prevenir certas doenças e evitar molhar as folhas pois são sensíveis a podridões.

ADUBAÇÃO
Fertilizar antes da plantação incorporando matéria orgânica bem composta no solo bem mobilizado.

PRAGAS E DOENÇAS
Larva mineira, mosca branca, pulgões, tripes, lesmas e caracóis, Agrotis segetum, Spodoptera littoralis, Phorbia platura, Plusia gamma. Míldio, podridão cinzenta, Antracnose, Esclerotinia (Sclerotinia sclerotiorum), etc.

MULTIPLICAÇÃO
Semente.

COLHEITA
Entre Junho/Outubro.

Fonte: http://www.receitasemenus.net