
ZEPINA MALABA

Zepina, Indian-spinach, Malabar-nightshade, espinaca blanca (Sp.)

Basella alba, *Basella rubra*

Fanmi Basellaceae

FICH TEKNIK ECHO

DESKRIPSYON- Zepina malaba se yon lyann ki grenpe sou lot plant. Nan rejyon twopikal yo li perèn, men nan rejyon cho tanpere yo, li anyel. Bel fey vet fouse oubyen rouj ak tij blan li yo pare pou manje 57 jou apre plantasyon.

ITILITE- Menm lè se pa yon veritab zepina, se yon legim ki renmen chalè, ou ka manje li toukri nan salad, bouyi oubyen nan soup.

KONDISYON OPTIMAL POU KILTIVE -

- **Altitid**-kwasans plant-la limite lè tanperati-a ap monte desann nan yon elevasyon ki depase 500 m (1600 pye).
- **Lapli**- li tolere anpil lapli. Irigasyon nesesè pou mentni pwodiksyon fey nan klima sek. Pou kenbe tè-a imid, payaj rekomande.
- **Sol**-li tolere anpil kondisyon sol, men li devlope pi byen nan sol lejèman asid (pH 6-6.7) rich ak imis, sablo-limone, angrè azote stimile li.
- **Tanperati**- Zepina malaba pa tolere fredi. Li grandi lantman nan tan fredi. Li devlope pi byen nan tanperati 25°-30°C (77°-86°F) lajounen ak 17°-20°C (62°-68°F) lanwit.
- **Longè jounen**-Li fleri selman lè li resevwa mwens pase 13 è soley nan yon jounen.

PWOPAGASYON, REKOT- Propagasyon-an fet ak semi direk, transplantasyon ak bouti. Ou ka plante li direktman apre tan-an te jele, epi tanperati nwit la pi-wo pase 14° C (60°F). Plante semans yo nan pwofondè 2.5 sm (1 pous), 2.5 sm (1 pous) separeman nan ranje 75 sm (2.5 pye) distans. Depareye plantil ki etabli yo jouk yo rive 30 sm (1 pye) distans yonn ak lot. Plante grenn yon an po epi andedan epi mete yo deyo lè tanperati nwit la pi-wo pase 14° C (60°F). Bouti ap komanse fè rasin nan lonbraj. Sipòte lyann yo ak titè pou kenbe pati komestib yo pwop. Lonbraj pasyel favorize fey leje, fen nan bouch.

Lè lyann nan rive 6-7 sm (2 pye) longè, li komanse encline; rekolte pwent teminal-la. Rekot repete lyann vigoure yo stimile devlopman branch. Menm lè nou manje pedonkil jenn flè yo, evite rekolte pedonkil ansyen flè yo pou manje. Pou konsève semans, retire pilp ki sou fwi yo. Kom altènatif ,nou ka seche semans yo sou griyaj nan soley, jiskaske grenn nan sech ase pou pa kite kanni devlope. Semans yo ka rete viab pou 5 ane si yo byen konseve nan kontenè pwoteje konte lè, yon kote ki fe nwa, fre, sek.

PES AK MALADI- Pes ni maladi pa atake zepina malaba menm lè nou konnen tè ki gen nematod pa ka kenbe yon plant an santé pandan plis pase kek mwa.

KONSOMASYON AK NITRISYON Jenn fey zepina malaba komestib toukri. Fey ki pi mati yo ka manje separeman tankou legim, oubyen melanje ak lot legim nan sos, vyann ou bouyon. Pa kite yo bouyi depase paske yo ka vin anmè, epi jelatin. Fey ak tij yo se bon sous vitamin A, C, kalsyom ak fè.