# CALABAZA TOTANERA

**Rafael García Sarrión**
Red Murciana de Semillas y La Almajara – Semillero Tradicional





## INTRODUCCIÓN

La Calabaza Totanera se cultiva tradicionalmente en el municipio murciano de Totana, situado en una de las comarcas de mayor tradición agrícola, el "Bajo Guadalentín". En la Región de Murcia, el cultivo de esta calabaza está extendido principalmente por municipios como Cehegín, Caravaca de la Cruz, Moratalla, Lorca, Totana, Cartagena, Fortuna y Albudeite, aunque también es muy apreciada en innumerables huertas familiares por toda la región. Esta variedad es un ejemplo de cómo el acervo popular ligado a un producto vegetal puede hacer que se mantenga en el mercado compitiendo con variedades comerciales.

La Calabaza Totanera también ha pasado por procesos de mejora y desde hace años está presente en catálogos de variedades de empresas de semillas como híbrido o estándar. En cualquier caso, es su carácter rústico y adaptado a las condiciones de suelos austeros y temperaturas altas unido a la fácil multiplicación de sus semillas lo que la hace tan apreciable a los hortelanos.

## CARACTERÍSTICAS BOTÁNICAS

Variedad perteneciente a la familia *Cucurbitaceae* especie *Máxima*. Se trata de una planta anual, situada dentro del grupo de calabazas de verano aunque puede admitir temperaturas otoñales al final de su desarrollo. De crecimiento indeterminado y rastrera, produce frutos aplastados, de 18 a 23 cm de largo a 30 a 38 cm de ancho que presentan en la corteza texturas especialmente verrugosas (cualidad que le da nombre en ciertas zonas) y un ligero acostillado superficial. Por otra parte, su peso medio es de unos 5-7 kg y su carne es amarillo-anaranjada y de unos 67 mm de grosor. Cabe destacar una variación moderada de tonalidades y texturas de la piel que pueden presentar debido a su selección en zonas aisladas del noroeste.

## MANEJO DEL CULTIVO

Su siembra en zonas cálidas de la Región de Murcia se realiza de marzo a mayo, para lo cual se suelen realizar hoyos en línea, separados entre sí unos 5 pies, en los que se prepara una mezcla de compost o estiércol bien compostado con la tierra removida. Se entierran de 3-4 semillas en cada golpe a unos 5 cm de profundidad y, una vez germinadas, se eliminan brotes hasta dejar 1 o 2. Alrededor del hoyo se forma un pequeño alcorque para evitar que el riego toque la parte aérea de la planta.

Para que su cultivo sea óptimo necesita gran cantidad de luz diaria y una temperatura que ronde los 20-25ºC. Prefiere suelos ligeros, secos, aireados y bien drenados. Es conveniente binar la zona alrededor del cultivo con asiduidad hasta que la planta comience a producir frutos. Por norma general, esta calabaza necesita frecuentes riegos al pie durante su desarrollo vegetativo. En cultivo tardío, es habitual que los huertanos la coloquen en las entrelineas de los árboles frutales, aprovechando así su sombra para evitar las quemaduras en la piel por sobre exposición solar.

Debe cuidarse la selección de su semilla, pues de forma espontánea se híbrida con otras especies de Cucurbita, e incluso con otros géneros afines. Depende en gran medida de la polinización de abejas para dar fruto. Es una planta bastante resistente pues es capaz de sobrevivir podas extremas reemplazando al poco tiempo con brotes las ramas perdidas. Así, las ramas que se alarguen sin dar fruto se podarán de esta manera.

Se cosecha a los cuatro meses después de la plantación. Se debe recolectar cuando el fruto está totalmente maduro, cuando su corteza adquiere una consistencia dura y un color verde intenso. Es recomendable recortar el fruto de la mata dejando una parte del pedúnculo para su mejor conservación. Preservadas en un lugar fresco, seco y aireado, su gruesa y dura piel permite mantenerlas largos periodos de tiempo.

## USOS CULINARIOS

Se utiliza en la cocina de la Región de Murcia en multitud de recetas, aunque previamente necesitan que su pulpa pierda cierta humedad (debemos eliminar su piel por ser demasiado gruesa para la cocción, así como las pepitas y la zona central fibrosa). La Calabaza Totanera es la más frecuente en las plazas de todo el territorio como calabaza de cocer. Se suele comercializar en porciones y rara vez por piezas. Es frecuente consumirla cocida. Algunas de las recetas más características de la Región contienen esta calabaza como uno de sus ingredientes, entre ellos destacan la olla gitana y el guiso de trigo o trigo entero entre los guisos, y los besos de novia de los puertos, el arrope calabazote, el yogur con arrope, la calabaza en dulce o las tortas fritas de calabaza entre los postres.

Entre sus componentes nutricionales destacan las vitaminas C y A, lo que la convierte en un magnífico antioxidante para el organismo. Su alto contenido en fibra también hace de este alimento un suave laxante que beneficia al aparato digestivo.