

# PASTERES EN CRESTALL

ADAPTADAS AL MÉTODO GASPAR CABALLERO DE SEGOVIA ®



**COMO CULTIVAR UNA PLANTA DE CALABACIN, 2 DE PEPINOS,  
3 ACELGAS Y 25 LECHUGAS EN MENOS DE 1m<sup>2</sup> DE TIERRA  
Y COSECHAR EL DOBLE EN LECHUGAS.**





## Hoy lo + revolucionario es tener un huerto ecológico Método Gaspar Caballero de Segovia, diseño Parades en Crestall

*La revolución de las revoluciones, están siendo las “Pasteres” mesas de cultivo. Diseñadas por el mismo Gaspar y adaptadas a su método. En menos de 1m2 de tierra se pueden cultivar 31 plantas: 1 calabacín, 2 pepinos, 3 acelgas, 25 lechugas Y cosechar el doble*

Especialmente indicadas para todas aquellas personas que no tengan tierra, pero si un balcón o terraza. Tanto en huertos urbanos, como escuelas, centros de educación especial y de la 3ª edad, para “amos” y amas de casa.

Las “Pasteres” diseñadas por Gaspar son una opción que se complementa con su método y diseño “Parades en Crestall”, que el mismo desarrolló y con el que trabaja impartiendo cursos y creando huertos.

No es necesario tener experiencia en el

cultivo ecológico, el método de Gaspar en Pocas horas se aprende, es de fácil mantenimiento y con una producción espectacular.

Observando este documento de cultivo en “Pasteres”, entenderemos el por que de su éxito y la frase

**“ una imagen vale mas que mil palabras ”.**

Las “Pasteres” miden 1,40m de largo, por 0,60cm de ancho y 0,30cm. de profundidad. En los interiores y exteriores de las “Pasteres” se aplican

productos ecológicos (aceites, barnices, caucho), se rellenan con 5cm de drenaje, 15cm. de tierra y una cobertura de 5cm. de compost. Son unas medidas y materiales mínimos e imprescindibles para poder cultivar y obtener unas hortalizas hermosas, del mismo tamaño y ha veces superiores a las que se venden en el mercado.

Sin necesidad de tener que emplear ningún producto fitosanitario permitido en las normas de agricultura ecológica.

Están hechas en el Centro Especial de Trabajo Aretè, especialistas en elaboración de productos a partir de madera recuperada, como jardineras, compostadores, contenedores, juguetes, todo ello de madera de palés reciclados. Siendo las "Pasteres" uno de los productos mas originales y competitivos

que producen y distribuyen por todo el territorio español, ya que es la única empresa que las fabrica. De las 16 personas que allí trabajan 11 presentan una disminución derivado de una enfermedad mental. El Cet Aretè está gestionado por la Fundación Aretè, con un patronato formado por la Fundación Medico Psicopedagógico de Osona, el Consell Comarcal d'Osona, La Mancomunitat de la Plana, La Asociación de familias de enfermedades mentales d'Osona y Gaspar Caballero de Segovia como asesor.

Según la Gerente de la Fundación Centro Médico Psicopedagógico de Osona, Mercè Generó, cada año se doblan las cifras de ventas de "Pasteres", desde diferentes puntos de España.





En la 1º fotografía arriba a la izquierda hay 18 plantas y 13 cruces. Las tres primeras plantas de la foto son:

En el centro un calabacín y en los laterales 2 plantas de pepinos, las 12 siguientes son lechugas variadas y por último 3 acelgas.

A las lechugas a medida que vayan creciendo les iremos quitando las hojas, igual como se ha ido haciendo toda la vida con las acelgas. De este modo obtendremos unas hojas frescas, sanas y tiernas para hacernos ensaladas de diferentes texturas, colores y sabores.

Cuando a las lechugas les hayamos quitado suficientes hojas, entre lechuga y lechuga plantaremos (exactamente en el lugar donde están las cruces) más lechugas, que irán teniendo espacio suficiente para crecer a medida que vayamos quitando las hojas de la primera siembra.



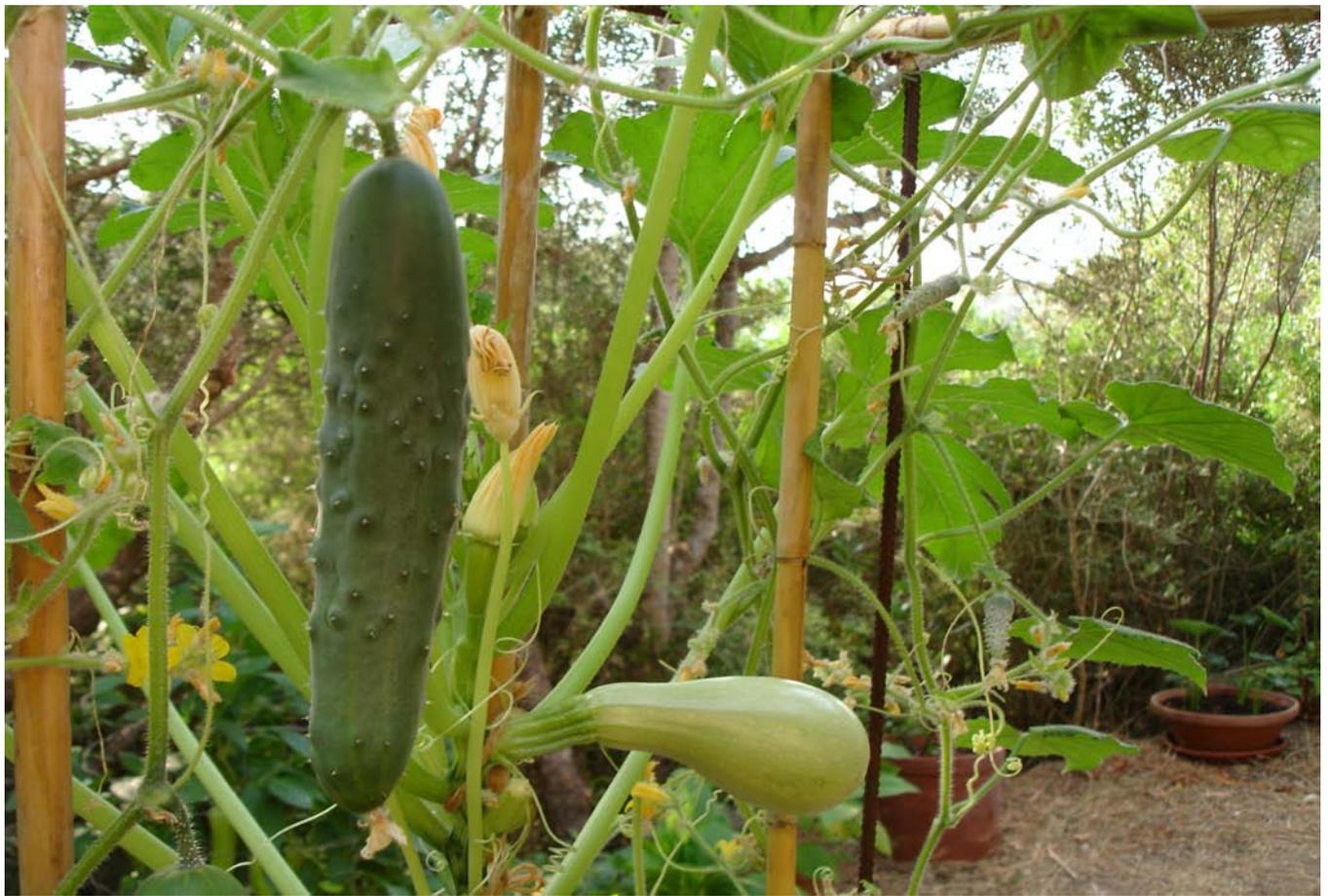


Total, con la primera siembra de 18 plantas y la siguiente de 13, estaremos recogiendo hojas de 28 plantas de lechugas y acelgas durante un largo periodo, más los frutos de dos pepinos y un calabacín. Esto nos da un total de 31 planta en 0,84m<sup>2</sup> de tierra. Si quitamos las hojas en vez de arrancar la lechuga, las hojas interiores tienen un

desarrollo más grande y la cosecha de 25 lechugas es el doble en peso y volumen, como si hubiéramos cultivado 50 lechugas. Estamos hablando de menos de un metro cuadrado de **tierra** (no turbas o sustratos) donde se han cultivado a la vez y con éxito 25 lechugas, 3 acelgas, 2 pepinos y 1 calabacín. Ver para creer.











Si comparamos los troncos de lechuga sin hojas, de la pagina anterior (algunas miden más de 1m de alta) con la lechuga que Gaspar sostiene en la mano, se entiende perfectamente el porque **No** arrancar la lechuga y **Si** quitar las hojas.



En el centro de la foto Vandana Shiva en la terraza comestible admirando la coliflor



**DISEÑOS PARADES EN CRESTALL ©**









PROYECTO PARADES EN CRESTALL S.L.  
Miguel Caspar Caballero de Segovia

DISEÑOS PARADES EN CRESTALL ©

*En algunos países, tener un huerto ecológico y cultivar hortalizas es un “hooby”, una manera de pasar unas horas entretenidas y agradables. Pero también es cierto que hay países en los que la horticultura familiar es una necesidad para la supervivencia de muchas familias. Para estos últimos va dedicado éste documento de 20 páginas, extraído de las 70 páginas que contienen el librito titulado*

***“Balcón y terraza comestible”.***

*En estas 20 páginas, se puede ver con fotografías la gran cantidad de verduras y hortalizas sanas, sabrosas y ecológicas que se pueden cultivar en un espacio muy reducido. Sólo se necesita tierra, un buen Compost, un buen plantel o semilla, agua y una rotación a cuatro años por familias botánicas.*

## AÑO 2004/2005

En la experiencia de cultivo en “pasteres” realizada durante este curso hemos obtenido unos resultados interesantes, sólo hemos tenido problemas desde mediados de junio hasta mediados de septiembre, ya que debido al intenso sol las “pasteres” metálicas han alcanzado temperaturas elevadas, perjudicando las raíces de lo plantado. Intentaremos remediarlo en el próximo curso forrando de madera o corcho las “pasteres” metálicas. **Se ha de decir que conseguimos mantener las plantas tan lozanas y hermosas como se pueden ver en las fotografías, gracias a unas telas de saco mojadas que poníamos alrededor de las “pasteres”,**

**Que volvíamos a mojar cuando se secaban y que quitábamos cuando teníamos visitas. Un trabajo que valió la pena por los resultados obtenidos.**

Se están realizando estudios e investigaciones para mejorar las “pasteres”.

El estudiante del diseño de producto Toni Xango, de la Escuela Superior de Diseño de las Islas Baleares, se ha comprometido a destinar su proyecto de fin de carrera a la evolución de este producto.

Mientras tanto hemos hecho un prototipo en madera impermeabilizado por dentro con caucho butilo.



En el año 2005/06 con unas ideas mas claras de cómo deberían ser las “pasteres” adaptadas al método Gaspar Caballero de Segovia y a través del Centro Especial de Trabajo Aretè, nos propusimos construirlas lo mas ecológicas posibles. Del prototipo de hoy (2011) al del 2005/06 ha habido una gran mejoría. Se ha conseguido que sean de las más ecológicas del mercado, hechas con madera reciclada, tratada con productos ecológicos, robustas y duraderas, forradas interiormente con caucho butilo. Su calidad y diseño hacen de las “pasteres”, un complemento acertado para

cualquier estilo de casa, desde lo mas moderno a lo mas clásico.

**Un punto a destacar de estas “pasteres” es que tienen una profundidad interior de 30 cm, mínimamente suficiente para drenaje, tierra y compost. Donde cualquier hortaliza incluida la zanahoria puede desarrollarse completamente como si estuviera plantada en una Parade en Crestall.**

Desde aquí, en hora buena al gran equipo del centro especial de trabajo Aretè, por su buen hacer.

### **PASTERA DE CULTIVO.**



### **PASTERA DE CULTIVO ESPECIAL PARA PERSONAS CON MOVILIDAD REDUCIDA.**



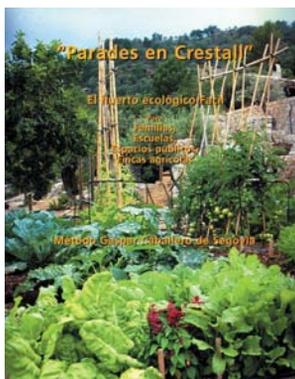
**Avaladas por ADFO**  
**Asociación Disminuidos Físicos Osona**  
[www.fundacioarete.cat](http://www.fundacioarete.cat)

Tel. 93 812 53 27

**“PASTERA” DE CULTIVO ESPECIAL PARA PERSONAS CON MOVILIDAD REDUCIDA**

La rotación por familias botánicas, calendario de siembra,  
medidas y distancia de siembra, tutores,  
herramientas, montaje del riego, etc.  
Todo está ilustrado detalladamente en el libro  
**“Parades en Crestall”**  
El Huerto Ecológico Fácil  
Para familias, escuelas, espacios públicos y fincas agrícolas  
Sólo hay que adaptarlo a las macetas y pasteres.

# Publicaciones de Gaspar Caballero de Segovia Sánchez



## **Parades en Crestall El huerto ecológico fácil**

Autor: Gaspar Caballero de Segovia

Año 2002 (1ª Ed.)

Idiomas: Español-Ingles//Catalán-Japonés//Francés-Alemán.

Paginas: 115

Encuadernación: Rústica; Color

Dimensiones: 28x23 cms.

Peso: 675 grs.

Descripción: En este manual se indica como cultivar el huerto Ecológico fácilmente, para familias, escuelas, espacios públicos y/o fincas agrícolas.

Contenido: Introducción. Herramientas y utensilios. Mini invernadero y tutores. Como hacer una “Parada en Crestall” Paso a paso

Familias botánicas, distribución y rotación por familias, Marco de plantación y calendario de siembra. Realización de un huerto ecológico con el método Gaspar Caballero de Segovia. Rotación. “Fems de Bassa” el compost autóctono de Mallorca. Ecosistema. Algunos ejemplos de huertos ecológicos con el Método de Gaspar.

## **Huerto Ecológico Fácil (DVD) Diseño de Parades en Crestall.**

Autor: Gaspar Caballero de Segovia

Edición año: 2006

Idioma: Español / Catalán

Descripción: En este DVD muestra como diseñar un huerto con 4 Parades en Crestall basándose en el método de Gaspar Caballero de Segovia. Consta de diferentes imágenes que describen el montaje, la rotación de cultivos, el compostaje, La evolución y crecimiento del cultivo, y finalmente la recolección.



[www.gasparcaballerodesegovia.net](http://www.gasparcaballerodesegovia.net)



**DISEÑOS PARADES EN CRESTALL ®**

# *BALCÓN Y TERRAZA COMESTIBLE*

*Adaptado al Método  
GASPAR CABALLERO DE SEGOVIA*

**2ª EDICIÓN  
AÑO 2011**

**Ampliada con el Dosier**

**"Como cultivar 1 calabacín  
2 pepinos, 3 acelgas y  
25 lechugas en menos de  
1m<sup>2</sup> de tierra y cosechar el  
doble en lechugas"**

**MEMORIA FOTOGRÁFICA**

**EXPERIENCIA CURSO DE AGRICULTURA ECOLÓGICA 2004-2005**