

Q&A 问与答

健康、有趣、环保

自家阳台上 你也可种菜

只要说到种菜,人们马上想到的是在田地里或者自家院子里种菜。住在高楼大厦的人怎么办呢?其实,盆栽蔬菜也会让你收获新鲜的美味,而且是正宗的绿色食品。每天看着阳台上自己种的菜不断长大,又是一份不可言喻的喜悦。

日本菜园园艺专家藤田智,致力于普及家庭种植,被称为“种菜达人”。在《在阳台上种菜》这本书中,他详解每个种菜步骤,教你环保、健康、有趣的种菜方式。“新知”版特选摘部分内容,告诉你既简单又实用的种菜门道。虽说是亲手种菜,但其实种菜的不是我们自己,而是大自然的神奇力量,我们只是打个下手而已。请一定尝试一下。



Q 1.我家的阳台可以种菜吗?

朝南或朝东的阳台阳光充足,对植物来说较理想。不过,朝北的阳台可选择没有充足阳光,也能茁壮成长的蔬菜。需要充足阳光的植物,如西红柿、黄瓜、南瓜、茄子。没有充足阳光也能长大的蔬菜,如姜、茼蒿、油菜、菠菜等。家中是墙壁式阳台,可栽培喜阳蔬菜,将容器放在台子上。夏季过热的阳台,强烈的阳光经混凝土反射,阳台里过热,植物会受不了,可在菜盆下垫竹板。阳光过强,可罩纱布防止过度照射。

A

Q 2.初学者选啥菜?用啥容器种?

初学者可从种植简单的蔬菜开始。简单是指栽培时间较短,所用容器型号为标准型号,如菠菜、小萝卜、洋葱、苦菊。茄子、西红柿、青椒等则栽培时间较长,需要大型或深型的容器。挑战稍难等级的蔬菜时,可直接买菜苗。用素烧盆和土陶花盆,通气性好,适合栽种蔬菜。用木制花盆,通气性不错,但水容易干,要勤于浇水。塑料制花盆水分保持较好,因湿气重,植物根部易腐烂,最好在容器下垫竹板。

A

Q 3.阳台种菜用什么土壤和肥料?

市面上出售的优质土,可直接使用。包装上有“适合作物”,要仔细确认,也要看清楚是否已调至弱酸环境。种菜经验丰富,也可自己试着配土。以赤玉土为主,再添加其他土。

对于植物来说,肥料相当于人的粮食,没有粮食难以成长。肥料里有三大不可缺少的元素,氮(N)、磷(P)、钾(K),分别促进植物的叶、果实、根的生长。初学者可选择复合肥料,肥料的包装上若写着“N:P:K=8:8:8”,表示100克肥料中含氮、磷、钾各8克,成分均衡的复合肥料,适合盆栽植物。

A



Q 4.我怎么装土和选苗?

土和肥料配置完毕,将土放入容器时,步骤一般为:先将盆底网放置在盆底洞上,防止土的流出和害虫的侵入;在盆底铺一层石头;将土放入,放至距盆边约2-3厘米高;轻轻摇动容器,使土均匀,上部较平。

种菜分两种,从种子或从苗开始培育。好的苗子应该是叶的色泽浓,茎粗壮、结实,叶子和叶子的间隔较短、本叶底部有子叶。在底部的洞里,看得见白色的根。选择种子的关键,主要看包装上的标记,种子是否值得信赖,是否标明发芽率,是否在有效期内。没用完的种子可与点心之类的干燥剂一起放入密封塑料袋里,再放入冰箱保存。



Q 5.什么时候浇水?怎么预防、处理害虫?

一般来说,土层表面干了以后浇水,定期查看,觉得湿度不够时浇水,浇到容器底部有水流出来为止。浇水一定要柔和,使水呈喷洒状落下来。在种子发芽前或苗尚小时,喷壶的口向上;枝繁叶茂后喷壶口向下,直接浇到植物底部。不同的季节,不同的浇水时间。夏天,尽量在早晨太阳尚未升高前或傍晚浇水,中午浇水容易使植物腐烂,但在植物正极度干燥时可随时浇水。冬季的早晨和傍晚后水温较低,不适合浇水,应该选择天气较好的上午。

尽量在蔬菜有虫子前,做好预防工作:使用排水性好的土;阳台的通风性强,要关注叶子是否过密,剪去多余的叶子;光照好;及时拔掉得病的植物,因为有些病毒会传染。发现叶子有被吃的迹象或有粪便的痕迹,要加倍注意,发现虫子后用夹子类等捉掉。使用杀虫剂时,最好戴上口罩、手套和眼镜。

A

盆栽蔬菜推荐菜单

推荐一:土豆。易于栽培,吃法多样。其栽培季节为春、夏季,容器型号需选择大、深型。土豆喜欢温凉的气候,高温不利于生长发育。

栽培过程:

开始:育苗。1、装土,将土的一半放入容器里。2、准备种薯,将种薯切开,切时要注意芽要分步均匀,切开后每个重约30-40克。3、将种薯切口向下,放入挖好的洞中。种薯之间的距离为30厘米左右。4、盖土,约5厘米。

6周后,去芽、追肥、加土(第一次)。1、去芽,当新芽长到10-15厘米后,将发育较差的新芽去掉,只留1株或2株。2、追肥,按1千克土配置1克肥料的比例,将土和肥料混合,倒入容器中,大约倒5厘米高,浇水。

8周后,追肥、加土(第二次)。有花蕾后,和上次一样追肥、加土。

13周后,收获。茎、叶变黄、干枯后,就到了收获期。拔出茎,土里的土豆也就出来了。最好选择在好天气时收获,将土豆表皮晒干,土豆不容易坏掉,有芽的或绿化的部分含有毒素,不要食用。

推荐二:青梗菜。栽培时间短,其栽培季节为春、秋季,抗寒、抗暑性强,除了冬季较冷的时候,其余时间都可种。比较不耐旱,要勤于浇水。

栽培过程:

开始:播种。1、造壕,将土层表面弄平,制造深约1厘米的小壕,壕间距为10厘米。2、撒种,每隔1厘米放一粒种子,注意种子之间不要重合。3、轻轻盖土,浇水。

1周后:间苗(第一次)。1、拔苗,苗差不多长出来后,间苗,使苗间距为3厘米。2、培土,为使留下的菜苗不倒下,往苗底适量培土。

2周后:间苗(第二次)·追肥(第一次)。1、拔苗,当本叶长出3-4片时,第二次间苗,使株间距为5-6厘米。2、追肥,施肥10克,撒在壕间,与土混合。3、培土,为防止留下的菜苗倒掉,往根部适量培土。

4周后:间苗(第三次)·追肥(第二次)。1、拔苗,菜株底部逐渐变粗,第三次间苗,使株间距为15厘米左右。2、施肥,施肥10克,撒在壕间,与土混合。3、培土,为防止菜苗倒地,适量培土。

6周后:收获。菜高约15厘米后可收获。从底部用剪刀剪取。如果收获晚,叶肉口感会变差。收获后应该尽快吃完,或用保鲜膜包起来放入冰箱冷藏。

小贴士

自配土成分比例

茼蒿、油菜等以叶子为食用部位的蔬菜,自配土成分比例为6:3:1(赤玉土:腐叶土:堆肥:蛭石土);茄子、西红柿等以果实为食用部位的蔬菜,比例为5:4:1;萝卜等以根部为食用部位的蔬菜,比例为5:3:2。

盆栽容器型号

标准型:适合菠菜、油菜等叶类蔬菜。长方形,长为65厘米;正方形,边长为25厘米;圆形,直径为25厘米。

大型:适合西红柿、茄子等果实类蔬菜。长方形长为85厘米、正方形边长为35厘米,圆形直径为35厘米。大且深型,适合土豆、小萝卜等根部为食用部位的蔬菜,深度在30厘米以上。