

阳台种菜 | 大全

在阳台上玩出健康菜！

徐晔春 孙光闻◎编 著

- ◆ 专家教，容易学，每个人都能会种菜！
- ◆ 小空间，大健康，天天都吃自己的菜！
- ◆ 国内种菜品种最多的原创图书，近百种家庭常见菜品。



赠
生菜种子
种植方法

阳台种菜大全

徐晔春 孙光闻◎编 著



图书在版编目 (CIP) 数据

阳台种菜大全 / 徐晔春, 孙光闻编著. ——长春: 吉林科学技术出版社, 2013. 9
ISBN 978-7-5384-7105-2

I. ① 阳… II. ① 徐…② 孙… III. ① 蔬菜园艺
IV. ① S63

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第212524号

阳台种菜大全

Yangtai Zhongcai Daquan

编 著 徐晔春 孙光闻
出版人 李 梁
责任编辑 张胜利
插 图 王子诺
封面设计 长春美印图文设计有限公司
制 版 长春美印图文设计有限公司
开 本 710mm×1000mm 1/16
字 数 250千字
印 张 16.5
印 数 1-8000册
版 次 2014年3月第1版
印 次 2014年3月第1次印刷



出 版 吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话 / 传真 0431-85677817 85635177 85651759
85651628 85600311 85670016

储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85635186
网 址 www.jlstp.net
印 刷 长春第二新华印刷有限责任公司

书 号 ISBN 978-7-5384-7105-2
定 价 35.00元

如有印装质量问题可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185

第一章

基础知识

- 蔬菜的分类方法 / 12
- 盆栽蔬菜可利用的场所 / 16
- 家庭种菜常用的工具 / 18
- 常用的花盆种类 / 20
- 用于配制营养土的土料有哪些 / 22
- 常用肥料 / 24
- 种子处理及催芽 / 26
- 播种与移苗 / 27



第二章

根菜类

- 萝卜 / 30
- 樱桃萝卜 / 33
- 胡萝卜 / 36
- 红薯 / 39



第三章

茎菜类

兰州百合 / 44



第四章

叶菜类



- 菜心 / 50
- 小白菜 / 53
- 大白菜 / 65
- 甘蓝 / 68
- 叶用芥菜 / 72
- 银丝菜 / 76
- 厚皮菜 / 79
- 菠菜 / 82
- 空心菜 / 85
- 散叶生菜 / 88
- 油麦菜 / 96
- 结球生菜 / 101
- 汉斯八宝菜 / 104
- 汉堡九叶香 / 105
- 茼蒿 / 106



- 苦 苣 / 109
- 蒲公英 / 112
- 紫背菜 / 115
- 苋 菜 / 118
- 锦绣苋 / 121
- 冬寒菜 / 124
- 木耳菜 / 127
- 马齿苋 / 130
- 土人參 / 133
- 蕺 菜 / 136



第五章

花菜类



黄花菜 / 140

花椰菜 / 143

第六章

果菜类



补肾菜 / 148

辣 椒 / 151

- 番 茄 / 156
- 樱桃番茄 / 159
- 茄 子 / 164
- 黄 瓜 / 168
- 棱角丝瓜 / 171
- 苦 瓜 / 174
- 瓠 瓜 / 177
- 西葫芦 / 180
- 南 瓜 / 185
- 甜 瓜 / 189
- 菜 豆 / 192
- 豇 豆 / 195
- 豌 豆 / 198
- 毛 豆 / 202
- 扁 豆 / 205
- 草 莓 / 208



第七章

香辛类

- 芹 菜 / 214
- 欧 芹 / 217



- 香 菜 / 220
- 茴 香 / 223
- 姜 / 226
- 韭 菜 / 229
- 大 蒜 / 232
- 大 葱 / 235
- 分 葱 / 238
- 洋 葱 / 242
- 紫 苏 / 245
- 保健叶宝菜 / 248

第八章

芽菜类

- 豌豆苗 / 254
- 黄豆芽苗 / 255
- 绿豆苗 / 256
- 红小豆苗 / 257
- 黑豆苗 / 258
- 蚕豆苗 / 259
- 花生苗 / 260
- 荞麦苗 / 261
- 萝卜苗 / 262



阳台种菜大全

徐晔春 孙光闻◎编 著



图书在版编目 (CIP) 数据

阳台种菜大全 / 徐晔春, 孙光闻编著. ——长春: 吉林科学技术出版社, 2013. 9
ISBN 978-7-5384-7105-2

I. ① 阳… II. ① 徐…② 孙… III. ① 蔬菜园艺
IV. ① S63

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第212524号

阳台种菜大全

Yangtai Zhongcai Daquan



编 著 徐晔春 孙光闻
出 版 人 李 梁
责任编辑 张胜利
插 图 王子诺
封面设计 长春美印图文设计有限公司
制 版 长春美印图文设计有限公司
开 本 710mm×1000mm 1/16
字 数 250千字
印 张 16.5
印 数 1-8000册
版 次 2014年3月第1版
印 次 2014年3月第1次印刷

出 版 吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021

发行部电话 / 传真 0431-85677817 85635177 85651759
85651628 85600311 85670016

储运部电话 0431-84612872

编辑部电话 0431-85635186

网 址 www.jlstp.net

印 刷 长春第二新华印刷有限责任公司

书 号 ISBN 978-7-5384-7105-2

定 价 35.00元

如有印装质量问题可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185



前言

蔬菜水果胜鱼翅，自己种来放心吃。亲戚朋友来相聚，健康环保齐种植。

如何健康饮食，已经成为人们日常非常关心的话题。“久违”的自己在家种菜逐步回归生活中非常重要的部分，繁忙的城市生活中那相对狭小的阳台正散发着浓郁的自然气息——小巧的西红柿、美丽的花椰菜、可口的小香瓜……大到南瓜，小到草莓；常见的葱、辣椒，不常见的茴香、紫苏等不一而足。

蔬菜是人们日常生活中不可缺少的重要副食品，随着人们生活水平的提高，蔬菜的营养、保健及安全性日益受到关注。能种上几盆自己喜欢的蔬菜，是生活在高楼林立的都市人的梦想。本书内容包括阳台种菜基础知识，根菜、茎菜、叶菜、花菜、香辛菜、芽苗菜的种植方法，系统介绍了常见

的100种蔬菜的播种、水肥、温度、光照等管理过程，每一步均配有实操的精美图片，直观性强。您只需用阳台、天台、庭院甚至案几、厨房的小小空间，就可种出新鲜、美味、有营养、放心的蔬菜，同时还能享受种植过程中回归自然及收获丰硕果实的乐趣。生活在繁忙都市的朋友们，还犹豫什么呢，赶快行动吧！播下希望的种子，给你一个美味的明天。

由于编者水平有限，书中难免出现错误和疏漏，敬请广大读者批评指正。

一句话：自己的阳台，种绿色的菜！



第一章

基础知识

- 蔬菜的分类方法 / 12
- 盆栽蔬菜可利用的场所 / 16
- 家庭种菜常用的工具 / 18
- 常用的花盆种类 / 20
- 用于配制营养土的土料有哪些 / 22
- 常用肥料 / 24
- 种子处理及催芽 / 26
- 播种与移苗 / 27



第二章

根菜类

- 萝卜 / 30
- 樱桃萝卜 / 33
- 胡萝卜 / 36
- 红薯 / 39



第三章

茎菜类

兰州百合 / 44

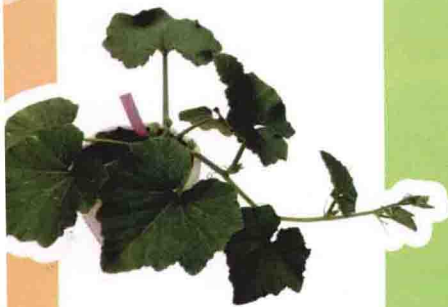


第四章

叶菜类



- 菜 心 / 50
- 小白菜 / 53
- 大白菜 / 65
- 甘 蓝 / 68
- 叶用芥菜 / 72
- 银丝菜 / 76
- 厚皮菜 / 79
- 菠 菜 / 82
- 空心菜 / 85
- 散叶生菜 / 88
- 油麦菜 / 96
- 结球生菜 / 101
- 汉斯八宝菜 / 104
- 汉堡九叶香 / 105
- 茼蒿 / 106



- 苦 苣 / 109
- 蒲公英 / 112
- 紫背菜 / 115
- 苋 菜 / 118
- 锦绣苋 / 121
- 冬寒菜 / 124
- 木耳菜 / 127
- 马齿苋 / 130
- 土人参 / 133
- 蕺 菜 / 136



第五章

花菜类



黄花菜 / 140

花椰菜 / 143

第六章

果菜类



补肾菜 / 148

辣 椒 / 151

- 番 茄 / 156
- 樱桃番茄 / 159
- 茄 子 / 164
- 黄 瓜 / 168
- 棱角丝瓜 / 171
- 苦 瓜 / 174
- 瓠 瓜 / 177
- 西葫芦 / 180
- 南 瓜 / 185
- 甜 瓜 / 189
- 菜 豆 / 192
- 豇 豆 / 195
- 豌 豆 / 198
- 毛 豆 / 202
- 扁 豆 / 205
- 草 莓 / 208



第七章

香辛类

- 芹 菜 / 214
- 欧 芹 / 217



- 香 菜 / 220
- 茴 香 / 223
- 姜 / 226
- 韭 菜 / 229
- 大 蒜 / 232
- 大 葱 / 235
- 分 葱 / 238
- 洋 葱 / 242
- 紫 苏 / 245
- 保健叶宝菜 / 248

第八章

芽菜类

- 豌豆苗 / 254
- 黄豆芽苗 / 255
- 绿豆苗 / 256
- 红小豆苗 / 257
- 黑豆苗 / 258
- 蚕豆苗 / 259
- 花生苗 / 260
- 荞麦苗 / 261
- 萝卜苗 / 262

