

朱 鑫 主编

# 稀特蔬菜 家庭种植 技术

XI TE SHU CAI  
JIA TING  
ZHONG ZHI  
JI SHU



天津科技翻译出版公司



# 稀特蔬菜家庭种植技术

主编 朱鑫

编者 王萱 李响 王俊杰

审定 刘书亭



天津科技翻译出版公司

---

**图书在版编目(CIP)数据**

稀特蔬菜家庭种植技术 / 朱鑫主编. —天津:天津科技翻译出版公司,2012.1  
ISBN 978-7-5433-2966-9

I. ①稀… II. ①朱… III. ①蔬菜园艺 IV. ①S63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 274368 号

---

出 版:天津科技翻译出版公司

出 版 人:刘 庆

地 址:天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码:300192

电 话:022-87894896

传 真:022-87895650

网 址:www.tsttpc.com

印 刷:天津泰宇印务有限公司

发 行:全国新华书店

版本记录:700×960 16 开本 10.75 印张 80 千字

2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷

定价:22.00 元

(如有印装问题,可与出版社调换)

# 前 言

随着收入水平的提高,人们对生活质量和生活情趣的要求也日益提高,追求自然、健康的生活已为多数人所推崇。在吃的方面,不仅要求蔬菜的品质达到绿色、无公害等标准,而且要求蔬菜花色品种丰富,同时还要有一定的保健功能,这种消费需求使得特种蔬菜近几年受到大家的青睐。现在人们的居住条件较以前得到很大改善,居室面积不断增加,结构更加优化,阳台、露台、庭院甚至暖房的拥有使家庭种植稀特蔬菜成为可能。因此,越来越多的人希望能够利用休闲时间通过自己的劳动,动手栽培稀特蔬菜,既可修身养性、陶冶情操,增加生活情趣,丰富生活内容,也可收获健康、富有营养、市场上不常见的蔬菜果实,同时还可绿化、美化生活环境,可谓是“一举三得”。特别是有些离退休的老年人,还特意购买郊区的房子居住,在自家的庭院里打造小菜园。除此之外,许多科学研究也证明,植物可以为家里提供负氧离子,负氧离子有“空气维生素”之美誉,是天然的“保健医生”。还有一些蔬菜可吸收空气里的有毒物质,起到净化空气的作用。因此家庭种植稀特蔬菜对人们的身心健康大有裨益。

编者近几年一直从事稀特蔬菜的研究工作,引进了一批适宜在北方地区种植的特菜品种,研究总结了相应的栽培技术及病虫害防治技术,并已经开展了家庭盆栽蔬菜的研究工作。由于家庭种植稀特蔬菜刚刚兴起,许多种植爱好



者还不能掌握种植技术，为此本书重点向种植爱好者推荐一些适宜于家庭种植、既具观赏性又具食用性的新蔬菜品种；深入浅出、详尽地叙述从播种、育苗到采摘各个阶段的技术要点，不同蔬菜品种对水肥、温度的不同要求以及所需采取的种植管理方法和注意的事项，以期为广大种植爱好者提供切实可行的种植技术。

在编写过程中，本书力求突出科学性、新颖性和可操作性，努力做到语言通俗易懂，理论深入浅出，技术切实可行。但由于水平所限，书中误漏之处在所难免，敬请读者批评指正。

编者

2011年12月



# 目 录

## 第一章 特种蔬菜家庭种植所需条件 1

种植场地、容器及品种的选择 2

种植土壤及肥料 3

病虫害防治方法 6

家庭种植的辅助措施 8

## 第二章 绿叶菜类 9

菊苣 10

苋菜 14

叶用甜菜 17



番杏 22

羽衣甘蓝 25

紫背天葵 30

京水菜 34

生菜 38

茼蒿 42

落葵 45

蕹菜 48

乌塌菜 50

西洋菜 54

芥菜 59

菊花脑 62

### **第三章 芳香叶菜类 65**

迷迭香 66

薄荷 70

罗勒 73

海索草 79

百里香 81

牛至 85

鼠尾草 88

香芹 91

球茎茴香 94

芝麻菜 97

紫苏 100

欧当归 104

香蜂草 106

留兰香 108

菜用黄麻 111

#### **第四章 果菜类、根菜类 113**

美洲防风 114

五彩辣椒 116

樱桃番茄 122



秋葵 128

玩具南瓜 131

根甜菜 137

水果黄瓜 140

蛇豆 146

四棱豆 150

樱桃萝卜 153

扁豆 158





# 第一章 特种蔬菜家庭种植 所需条件



## 种植场地、容器及品种的选择

家庭种植特种蔬菜可根据居室的结构,选择窗台、阳台、楼顶、露台及庭院等处。使用的容器除了种花用的花盆外,生活中的许多废弃物品都可用来改装成种菜容器,如旧的塑料桶、塑料盆、泡沫箱、铁皮箱、铝皮箱、木头箱、吃过食品用的铁盒子,甚至麻袋、厚塑料袋等都可以作为种菜的容器。另外,还可以自己动手制作简易的种菜容器,如简易木箱,在顶楼还可以用砖搭建成简易栽培槽。但不管哪种栽培容器都要满足以下几个条件:一是结构要足够稳定,不能在种菜的过程中散架子;二是要有植物生长的足够空间,要根据不同种类蔬菜的要求确定容器的大小;三是要有排水孔,如果容器本身没有排水孔,记得种菜之前一定要人工钻一些排水孔,大小和多少根据容器本身的大小来定,且要保证排水通畅。为避免浇水时泥土流失,可用碎的花盆片、瓦片、窗纱、粗沙砾或小石子覆盖住排水孔,要求既能挡住排水孔,又能保持排水通畅。

家庭种植特种蔬菜除了根据个人的喜好外,还要根据种植环境和条件进行选择。阳台和露台可在春季到秋季选择种植应季菜,冬季不能种植,一般采用容器栽培;庭院可种植长季节栽培的蔬菜,采用直接作畦种植为宜,同时可实行高矮品种间作套种,增加种植观赏性;朝阳的阳台春季可种植较耐寒的叶菜,4~5月份可种植喜温的果菜类,比如水果黄瓜、五彩辣椒、樱桃番茄等,这些品种收获后可种植耐热的叶菜,比如小白菜、香菜、菜心等,到秋季可种些喜冷凉的叶菜类,冬季可根据阳台温度选择适宜品种;阴面的阳台主要适宜种植叶菜类;窗台上可盆栽株型较小的芳香型叶菜类。



# 种植土壤及肥料

城市里土壤比较难找,富含有机质的土壤更是少见,因此首先介绍几种可替代土壤的基质。基质要选择成本低、能透气、性能好、固根牢、保水强的材料,一般选用炉渣、沙砾等无机粒状的基质较好。炉渣质轻,搬运方便,持水性好,适宜楼顶、阳台、平房顶等场地使用;沙砾较稳定,易清洗,好消毒,持水性差,质地较重,不易搬运,宜在庭院、露地使用。一般选用粒径0.1~0.5毫米、1.0~2.5毫米和2.5~5.0毫米三级颗粒各为三分之一的混合沙砾,总孔隙度可达45%~50%,其中空气孔隙占25%。多次使用的基质,应先过筛后放入水池或适宜容器里,不断搅拌,流水冲洗,漂去残根和污物,然后加入0.1%高锰酸钾或0.1%福尔马林溶液浸泡12~24小时,用流水冲净后使用。

有发酵场地的家庭,可以自己堆制营养土。秋季收集松针叶、柳树叶、杨树叶,单独或混合装入大花盆、黑色塑料袋或大缸内,一层树叶加一层泥炭土或翻盆下来的陈土,再加入四分之一的人粪尿和少许硫酸亚铁或柠檬酸铁,浸足水后封盖,压实。经过一个秋冬季的发酵便制成了营养土。也可利用家中的下脚料自制营养土:先在缸中铺一层陈土,把家中各种食物下脚料、瓜果皮、动物肠等加在上面,再铺一层陈土,稍压实,浇些淘米水,以后有了各种下脚料再铺在上面,再加一层陈土,这样一层隔一层,经3~6个月腐熟后,翻拌使混合均匀,让它慢慢干燥,就可以作为种植蔬菜的营养土使用。

我们日常生活中可以作为肥料的东西很多,它们用于家庭种植蔬菜既经济实惠又可保证蔬菜的安全性。

### 麻酱渣

家里长时间放置的麻酱底是沤制高效有机肥料的好原料。沤制液肥的大体过程为:将麻酱渣粉碎后置于罐头瓶中,加10倍量的水搅拌均匀后加盖盖

严。夏季15天左右便能发酵,泡制成腐熟了的浆状发酵物。使用时,根据用量再加水稀释20~50倍,仔细搅匀后,便制成了浓茶色的上等有机液体肥料。沤制和施用麻酱渣必须注意以下几点:第一,施用的液肥必须充分腐熟;第二,必须按一定比例加水稀释降低浓度后,方可使用,且应少量多次地施用为宜。除了沤制液肥外,还可以将麻酱渣、豆粕饼与园土按1:5混合,经堆积腐熟,粉碎制成颗粒肥料,作为基肥施用。

### 豆渣

现在许多家庭自制豆浆,剩下的豆渣也是非常好的肥料之一,它含有蛋白质、多种维生素和碳水化合物等营养物质。制作肥料的过程为:将豆渣收集装入大可乐塑料瓶中,加入5倍清水,密闭瓶口,使其充分发酵,发酵时应注意瓶内要留有空气,因为发酵过程中微生物要进行有氧呼吸。夏季约10天左右,春秋季节约20天左右即可使用,使用时再按1:1的比例加入清水。

### 淘米水、洗肉水、洗鱼水、剩牛奶等

找出一个大口径的塑料瓶或塑料桶,把我们日常生活的淘米水、洗肉水、洗鱼水、剩牛奶、洗酸奶瓶的水等倒进去,再加点烂菜叶、苹果皮、鱼内脏等,然后盖紧瓶盖促进发酵,同时要防止臭味溢出。隔段时间摇晃混合几次,经过一段时间的放置,就可以经稀释使用了。另外,发酵完全的液体臭味也会消失。

### 中草药渣

中药煎煮后的剩渣是一种很好的养花肥料。因为中药大多是植物的根、茎、叶、花、实、皮,以及禽兽的肢体、脏器、外壳,还有部分矿物质,其含有丰富的有机物和无机物。植物生长所需的氮、磷、钾类肥料,在中药里都有。用中药渣作肥料,对种植有很多益处,而且还可以改善土壤的通透性。制作过程:首先将中药渣装入缸、钵等容器内,拌进园田土,再掺些水,沤上一段时间,待药渣腐烂变成腐殖质后方可使用。一般都把药渣当做底肥放入盆内,也可以直接拌

## 第一章 特种蔬菜家庭种植所需条件

入栽培土中。

### 草木灰

收集完全干的树叶或枯草，使其充分燃烧，剩下的灰烬是一种很好的钾肥。种植果菜类蔬菜时，在结果期施入一定量的草木灰，可起到促进果实膨大的作用，同时草木灰还有防治病虫害的作用。

如有庭院，还可以自己制作基肥。方法：挖一土坑，深60~80厘米，垫10厘米炉灰末，将烂菜叶、禽畜内脏、鱼鳞、鸡鸭粪、蛋壳、肉类废弃物以及碎骨等物放入坑内，撒一些杀虫剂，上面再盖一层约10厘米厚的园土，坑内保持湿润，以促进肥料腐熟。自制肥料最好在秋冬季堆制，经春季升温腐熟无恶臭气体时，即可掺入培养土中作基肥；也可用4毫米筛子趁湿过筛搓成团粒，细的作追肥，粗的作基肥。堆制基肥的过程中如果放入蚯蚓，效果更好，也可直接购买商品有机肥。目前市场上商品有机肥多为腐熟的鸡粪。



## 病虫害防治方法

家庭种植蔬菜一是为了美化生活环境,增加生趣,更主要的是为了能够吃到自己种植的绿色蔬菜甚至是有机蔬菜。另外,家庭种植面积小,病虫害发生较轻,因此如果出现潜叶蝇、钻心虫、棉铃虫、蚜虫等可固定在植株上的害虫时,建议还是采用人工捕捉的方法,一般虫害出现初期连续捕捉两天就可彻底消灭害虫。对于粉虱这类易迁飞的害虫,建议采用黄色粘虫板粘逮的方法,一只手持黄板,另一只手摇动植株,使粉虱飞动起来,植株与黄板之间大约15厘米,由于粉虱对黄色有很强的趋向性,所以会飞到黄板上,继而被粘住。黄色粘虫板市场有售,也可自己制作,将硬塑料板或纸板先涂上黄色油漆,晾干后,再涂上有黏性的机油即可,随用随做。家庭种植若需要用药,防治方法上也不能等同于生产实际,为此介绍几种环保型的适于家庭种植使用的病虫害防治方法。

### 草木灰法

落叶、秸秆、谷壳、果藤、稻草、木柴、杂草等燃烧后的残灰,含有大量的氧化钙和碳酸钾,呈碱性。用草木灰20~30千克沟施或穴施于蔬菜根部周围,对葱、蒜、韭菜、瓜类蔬菜的害虫,如种蝇、葱蝇的蛆有极好的防治效果。在早晨有露水时,将草木灰撒施在瓜地周围的土面和瓜叶上,能有效杀灭黄守瓜等害虫。用草木灰15~20千克,浸泡于50~75千克清水中,一昼夜后过滤取滤液喷施,可防治菜蚜、蓟马等害虫,效果为95%以上。草木灰同时又是很好的肥料,能提高蔬菜的抗性,有显著的增产效果。

### 红糖液法

取红糖300克放入500毫升水中,待完全溶化后加入10克酵母,每天搅拌1次,放置约20天后表面会出现一层白膜,此时再加米醋、白酒兑水各50千克,喷

## 第一章 特种蔬菜家庭种植所需条件

洒于发病的黄瓜,隔7天喷1次,能有效防治黄瓜灰霉病和细菌性角斑病。

### 尿洗合剂法

用尿素5克、洗衣粉2克加清水1千克搅拌配成“尿洗合剂”,待洗衣粉全部溶解后喷雾,不仅对蔬菜蚜虫有较好的防治效果,而且具有叶面施肥促生长的作用。但“尿洗合剂”要现配现用,以防尿素挥发失效。

### 石灰法

雨季在地势低洼、土壤湿度大的地方生长的叶菜类蔬菜,易受蜗牛为害,一般用药剂防治难以奏效。抓住晴天或阴天露水干后空气湿度较小的时机,将过筛的干细石灰粉撒于菜坑四周或菜行间土面上。当蜗牛爬过,身上所沾石灰会使其软体干燥失水死亡,但阴雨天使用该法杀虫无效。

### 面粉糊法

取250克面粉,加2千克水调湿,放在盆或桶内,再加入8千克开水充分搅拌均匀,冷却后直接喷洒在被红蜘蛛为害的菜叶背面,大约10分钟后,红蜘蛛就会被面糊粘住而死。喷施时间以下午2时后为佳。

### 高锰酸钾法

用高锰酸钾800倍液,于茄果类蔬菜定植活棵后灌根,可预防枯萎病、猝倒病。如已发生枯萎病蔫苗,可立即用400倍液灌根,有效率达80%以上。用高锰酸钾800倍液还可防治细菌性病害。配制高锰酸钾溶液必须用未污染的清水,随配随用,否则会降低药效,甚至失效。

### 食醋法

棉球蘸些食醋揩花叶,可令介壳虫、红蜘蛛、蚜虫等骚动不安,然后扫下来集中消灭。

## 家庭种植的辅助措施

### 增加温度

蔬菜在出苗阶段需温度较高,阳台或露台温度达不到时,可将塑料袋罩在花盆上,有如实际生产上的小拱棚,以达到提高温度、保证湿度的效果。

### 防止鸟吃

有些蔬菜例如番茄,在果实成熟时特别吸引鸟类啄食,此时可以在盆内用竹竿搭个支架,外罩一个纱网,纱网用普通窗纱即可。有些矮生的蔬菜如韭菜,春天刚出苗时鸟类也喜欢啄食,此时可用装橘子的塑料小筐倒扣过来防止鸟啄。

