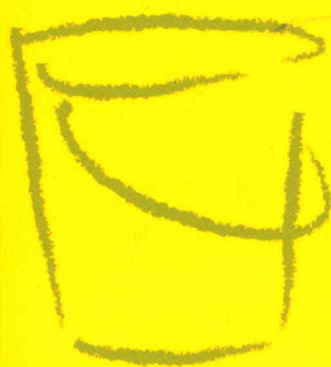


种植、美食、家居
有香草相伴的温馨生活

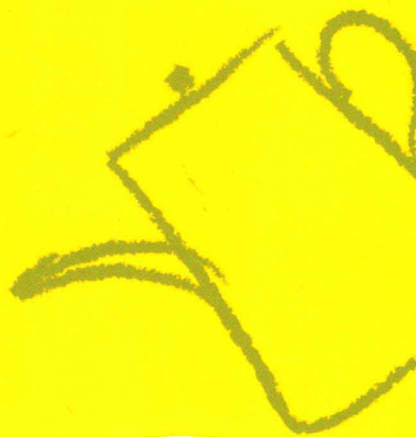
栽培时间短
当日即可收获新鲜美味
精致食谱好吃可口
尽享花草装饰之乐



利用小空间充分享受
香草给生活增添的色彩



时尚花草· 〔日〕学研社 编著 徐茜 译 香草生活



电子工业出版社
ELECTRONICS INDUSTRY
PUBLISHING HOUSE
www.phei.com.cn

时尚花草· 〔日〕学研社 编著 徐茜 译 香草生活



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Herb · Life Book © Gakken Publishing 2011

First published in Japan 2011 by Gakken Publishing Co., Ltd., Tokyo

Chinese simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co., Ltd.

through Shinwon Agency Co. in Korea

This simplified Chinese copyright © 2012, Publishing House of Electronics Industry (PHEI)

All rights reserved.

本书简体中文版经由 Gakken Publishing Co., Ltd 会同Shinwon Agency Co. 授予电子工业出版社在中国大陆出版与发行。专有出版权受法律保护。

版权贸易合同登记号 图字：01-2012-1120

图书在版编目 (CIP) 数据

时尚花草. 香草生活 / 日本学研社编著; 徐茜译. — 北京: 电子工业出版社, 2012.4

ISBN 978-7-121-16527-6

I. ①时… II. ①日… ②徐… III. ①香料作物—栽培技术 IV. ①S573

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第046435号

策划编辑: 白 兰

责任编辑: 鄂卫华

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

装 订: 中国电影出版社印刷厂

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编: 100036

开 本: 889×1194 1/24 印张: 4 字数: 60千字

印 次: 2012年4月第1次印刷

定 价: 26.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。



种植、食用，用途广泛，美好生活由此开始

时间在轻松舒畅中流逝 香草生活 book

CONTENTS

利用小空间充分享受
香草给生活增添的色彩 6

特别推荐 enjoy herbal life

来看看香草达人富有自然气息的生活 10

香草是装饰生活空间、创造快乐生活的点缀 11

让香草稍稍地渗入到日常生活中 16



第1章

想快点上手！

让生活变美好的香草植物种植法 20

Part1 适合香草生长的庭院及室内位置 22

Part2 令人期待不已的香草种植术 36

Part3 用香草装饰生活的 17 种方法 40

Part4 令人爱不释手的香草品种 46





第2章

种植后收获的喜悦

香草有益于身体健康，并让生活充满香气..... 49

Part1 享受香草带来的自然生活 50

Part2 美味香草的品种 62

第3章

生活中的广泛用途

种植香草，享受乐趣！ 65

Part1 将香草混合式栽培的4种方法 66

Part2 轻松进行庭院种植的可爱工具 70

Part3 香草种植的13个技巧..... 74

Part4 完全掌握5种基本的香草种植 80



时尚花草· 香草生活

〔日〕学研社 编著 徐茜 译



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Herb · Life Book © Gakken Publishing 2011

First published in Japan 2011 by Gakken Publishing Co., Ltd., Tokyo

Chinese simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co., Ltd.
through Shinwon Agency Co. in Korea

This simplified Chinese copyright © 2012, Publishing House of Electronics Industry (PHEI)

All rights reserved.

本书简体中文版经由 Gakken Publishing Co., Ltd 会同Shinwon Agency Co. 授予电子工业出版社在中国大陆出版
与发行。专有出版权受法律保护。

版权贸易合同登记号 图字：01-2012-1120

图书在版编目 (CIP) 数据

时尚花草. 香草生活 / 日本学研社编著; 徐茜译. — 北京: 电子工业出版社, 2012.4
ISBN 978-7-121-16527-6

I. ①时… II. ①日… ②徐… III. ①香料作物—栽培技术 IV. ①S573

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第046435号

策划编辑: 白 兰

责任编辑: 鄂卫华

印 刷: 中国电影出版社印刷厂

装 订: 中国电影出版社印刷厂

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编: 100036

开 本: 889 × 1194 1/24 印张: 4 字数: 60千字

印 次: 2012年4月第1次印刷

定 价: 26.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zltts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。



种植、食用，用途广泛，美好生活由此开始

时间在轻松舒畅中流逝 香草生活 book





种植、食用，用途广泛，美好生活由此开始

时间在轻松舒畅中流逝 香草生活 book

CONTENTS

利用小空间充分享受
香草给生活增添的色彩 6

特别推荐 enjoy herbal life

来看看香草达人富有自然气息的生活 10

香草是装饰生活空间、创造快乐生活的点缀 11

让香草稍稍地渗入到日常生活中 16



第1章

想快点上手！

让生活变美好的香草植物种植法 20

Part1 适合香草生长的庭院及室内位置 22

Part2 令人期待不已的香草种植术 36

Part3 用香草装饰生活的 17 种方法 40

Part4 令人爱不释手的香草品种 46





第2章

种植后收获的喜悦

香草有益于身体健康，并让生活充满香气..... 49

Part1 享受香草带来的自然生活 50

Part2 美味香草的品种 62

第3章

生活中的广泛用途

种植香草，享受乐趣！ 65

Part1 将香草混合式栽培的4种方法 66

Part2 轻松进行庭院种植的可爱工具 70

Part3 香草种植的13个技巧..... 74

Part4 完全掌握5种基本的香草种植 80



利用小空间充分享受 香草给生活增添的色彩

料理的调味料、点心的装饰品、化妆水里的电解液、香烛等，香草改变了许多东西的姿态，丰富了生活的色彩，呵护着我们的身心。

重要的是香草在花盆中也可茁壮生长，于是我们就能在厨房或阳台种植的时候，充分观赏香草生长的样子、叶子的形状、可爱的花姿。

这本书从看、吃、用三方面充分介绍香草的魅力及活用方法。

你也亲身体验一下香草生活吧！



表情丰富的香草世界

Point 1



种植简单是一大魅力

香草是种生命力旺盛的植物，
初学者也能轻松种植。

Point 2

香气也有功效

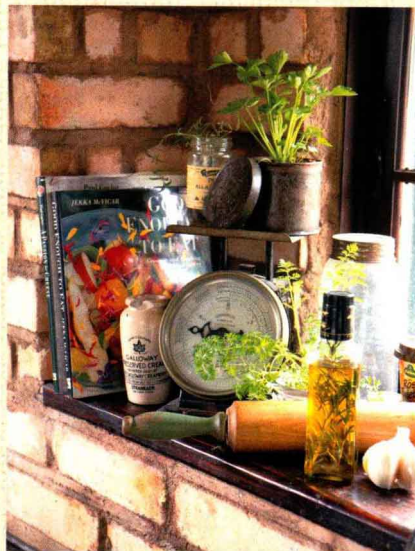
和日用品一起装饰出的香气四溢
的房间一隅。

Point 3



利于身体健康的香草功效

有其他植物没有的功效，令人
喜爱。



Point 4



收割后好好保存

大量种植后保存起来以备长久之需。

Point 5

活用干燥香草

单独使用或混合使用。干燥的香草使用的时间更加长久。



Point 6



益于身体健康的香草功效

搭配日用品或花盆，制造舒心的室内一隅。





Now Let's start!



特别推荐

enjoy herbal life 

来看看香草达人富有自然气息的生活

我们拜访了两位香草达人的家。她们在日常生
活中积累了很多值得借鉴的使用香草的方法。



用复古的植物盒或
赤土陶器演绎自然
气息。主要种植薄
荷、油橄榄等比较
容易生长的植物。



剩下的香草可以用来泡脚

众人喜爱的薰衣草经常被用在一些工
艺品中。平日剩下的可以泡在洗脚水
中，享受身心放松的时光。

让香草进驻你的房间和美食

白井小姐完美搭配着自己的生活空间，让人
不禁赞叹“不愧是生活精品店的老板！”将花
草和日用品搭配在木板上，将环境打造得协调
舒心。种植的植物均以香草为主，看着它们茁
壮成长的姿态，感觉自己也变得有干劲起来。香
草的用途广泛，新鲜香草的香味清新，做料理及
装饰房间时可以使用，干的香草或花瓣可以用
来做工艺品。

白井敦子小姐

日用品及手工制品店“Sunny Days”
的老板。在告诉我们幸福度日的方法
的同时还推荐了合理的生活方式。

<http://sunnyblog.exblog.jp/>



香草是装饰生活空间、创造快乐生活的点缀

白井敦子小姐的家中并排摆放着几张桌子，陈列着很多品位高雅的日用杂货，随处都可以看到香草的身影。

初夏，在映着香草翠绿身影的桌子上，搭配着蕾丝龙边的清新雅致桌布及玻璃茶具。

