



专家与您手拉手系列丛书

野菜

栽培技术问答

徐 践 马 萱 岳 瑾 编著



中国农业大学出版社

专家与您手拉手系列丛书

野菜 栽培技术问答

徐 践 马 萱 岳 瑾 编著

中国农业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

野菜栽培技术问答/徐践,马萱,岳瑾编著. —北京:中国农业大学出版社,2007.4

(专家与您手拉手系列丛书)

ISBN 978-7-81117-180-8

I. 野… II. ①徐…②马…③岳… III. 野生植物:蔬菜-蔬菜园艺-问答 IV. S647-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 027641 号

书 名 野菜栽培技术问答

作 者 徐 践 马 萱 岳 瑾 编著

策划编辑 张秀环

责任编辑 陈巧莲

封面设计 郑 川

责任校对 陈 莹 王晓凤

出版发行 中国农业大学出版社

社 址 北京市海淀区圆明园西路 2 号 邮政编码 100094

电 话 发行部 010-62731190,2620 读者服务部 010-62732336

编辑部 010-62732617,2618 出 版 部 010-62733440

网 址 <http://www.cau.edu.cn/caup> e-mail cbsszs@cau.edu.cn

经 销 新华书店

印 刷 北京鑫丰华彩印刷有限公司

版 次 2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷

规 格 850×1168 32 开本 7.75 印张 170 千字 彩插 1

印 数 1~4 000

定 价 12.00 元

图书如有质量问题本社发行部负责调换

前 言

野菜是自然生长、未经人工栽培的蔬菜。野菜生长在自然无公害的环境中,被誉为天然绿色食品、森林食品。同时,野菜具有无污染、鲜嫩、清醇、芳香等独特滋味,营养价值高于种植蔬菜,大部分野菜还具有极高的药用价值和相应的保健作用。因而,野菜消费热在国内外悄然兴起,野菜已成为现代人渴求回归自然的野味食品,越来越受人们的青睐。

随着改革的深入,人们生活逐渐富裕起来,饮食结构得到了极大的改善,却出现了“富贵病”。当今,围绕饮食健康的因果关系而大力提倡食疗,人们才意识到“吃得好”的含义是吃得科学、吃得合理,食野新潮也逐渐流行起来。正因为如此,野菜具有相当大的药用、食用等商业开发价值,蔬菜市场发展潜力巨大。

因此应加大对野菜野生资源的保护力度,开展野生资源开发利用的立法工作。合理开发,有效利用,限制开发那些濒临灭绝的种类。同时野生蔬菜属于蕴藏在山区的自然资源,在不破坏生态平衡的根本前提下,合理开发山区野生资源,可以增加农民收入。本书就野生蔬菜的引种驯化、无公害栽培模式等进行了介绍。无公害野菜的规模化生产,可以合理调整农村产业结构,促进农业经济的发展。近两年来,随着国家退耕还林政策的实施,农民面临着耕地减少、收入降低的问题,而一些木本野生蔬菜经过引种驯化并大面积繁殖以后,可作为生态林进行栽培,既响应了国家退耕还林的方针政策,又保证了农民在耕地还林之后的经济收入。

编者

2007年1月

目 录

一、一般常识	(1)
1. 什么叫野菜?	(1)
2. 野菜栽培的意义是什么?	(1)
3. 野菜有哪些分类方法?	(2)
4. 按照这些分类方法分别如何划分?	(2)
5. 野菜栽培的基本原则是什么?	(2)
6. 野菜都是安全的吗?	(3)
7. 野菜引种驯化栽培原则是什么?	(3)
二、繁殖技术	(5)
(一) 种子繁殖	(5)
8. 种子休眠的表现是什么?	(5)
9. 种子休眠分为几种?	(5)
10. 生理休眠和强迫性休眠的区别是什么?	(5)
11. 造成生理休眠的原因是什么? 如何打破休眠?	(5)
12. 野菜种子的寿命是多少?	(6)
13. 野菜种子的储藏条件是什么?	(6)
14. 怎样测定野菜种子的质量?	(7)
15. 野菜选种、采种有哪些注意事项?	(8)
16. 种子萌发的条件是什么?	(8)
17. 种子前处理的优点有哪些?	(10)
18. 种子处理的方法有哪些?	(10)
19. 化学物质处理的方式分为哪些?	(10)
20. 物理因素处理的方式分为几种?	(10)
21. 如何进行生物因素处理?	(11)

22. 如何进行种子的浸种? (12)
23. 种子催芽的方法是什么? (12)
24. 如何确定播种期? (12)
25. 如何确定播种量? (13)
26. 如何确定播种深度? (13)
27. 播种时应该掌握的原则是什么? (13)
28. 野菜的播种方式有哪些? (13)
- (二) 扦插繁殖 (14)
29. 什么叫扦插繁殖? (14)
30. 扦插繁殖有何优点? (14)
31. 影响插条成活的因素有哪些? (15)
32. 如何进行扦插繁殖? (16)
33. 何时为扦插繁殖的适宜时期? (17)
34. 促进扦插生根的方法有哪些? (17)
35. 扦插对土壤有哪些要求? (18)
36. 扦插用土壤需要做哪些准备? (18)
37. 扦插枝条该如何选择? (19)
38. 扦插后如何管理? (19)
- (三) 分离繁殖 (19)
39. 什么是分离繁殖? (19)
40. 分离繁殖有哪些方式? (19)
41. 分离繁殖的时期如何确定? (20)
42. 分株繁殖有哪些注意事项? (20)
43. 分株繁殖后如何管理? (20)
- (四) 压条繁殖 (21)
44. 什么是压条繁殖? (21)
45. 如何确定压条繁殖的时期? (21)

46. 压条繁殖的方法有哪些?	(21)
(五)嫁接繁殖	(22)
47. 什么是嫁接繁殖?	(22)
48. 野菜采用嫁接繁殖有哪些优缺点?	(22)
49. 野菜嫁接的方法有哪些?	(22)
(六)孢子繁殖	(24)
50. 哪种野菜适合进行孢子繁殖?	(24)
51. 进行孢子繁殖时有哪些注意事项?	(24)
(七)组织培养	(25)
52. 什么是组织培养?	(25)
53. 组织培养有何意义?	(25)
54. 组织培养常用培养基有哪些?	(25)
55. 怎样配制培养基?	(26)
56. 组织培养一般的步骤是怎样的?	(27)
57. 哪些野菜适于组织培养?	(27)
三、土壤消毒	(28)
58. 土壤消毒的方法有哪几种?	(28)
四、野菜的主要品种	(29)
(一)菜用枸杞	(29)
59. 菜用枸杞有哪些别名?	(29)
60. 菜用枸杞生长要求怎样的环境条件?	(29)
61. 菜用枸杞的繁殖方式有哪些?	(30)
62. 怎样进行菜用枸杞的土壤准备?	(30)
63. 怎样进行菜用枸杞的田间管理?	(31)
64. 菜用枸杞有哪些常见病害? 如何防治?	(31)
65. 如何防治菜用枸杞常见虫害?	(32)
66. 菜用枸杞的膳食功效及营养成分是什么?	(32)

67. 怎样食用菜用枸杞? (33)
- (二)玉竹 (33)
68. 玉竹有哪些别名? (33)
69. 玉竹有怎样的生长习性? (34)
70. 玉竹在什么季节栽培? (34)
71. 玉竹的繁殖方式是什么? (34)
72. 怎样进行玉竹的土壤准备? (35)
73. 玉竹的播种量及对种块大小的要求是什么? (36)
74. 如何确定玉竹的种植密度? (36)
75. 玉竹播种时应注意什么? (36)
76. 怎样进行玉竹的肥水管理? (37)
77. 如何防治玉竹常见病害? (37)
78. 如何防治玉竹常见虫害? (38)
79. 玉竹如何采收? (39)
80. 玉竹的膳食功效及营养成分是什么? (39)
81. 怎样食用玉竹? (39)
- (三)青蓝菜 (39)
82. 青蓝菜有哪些别名? (39)
83. 青蓝菜有怎样的生长习性? (40)
84. 怎样进行青蓝菜的土壤准备? (40)
85. 青蓝菜在采种、留种时应注意些什么? (41)
86. 青蓝菜播种时应注意些什么? (41)
87. 怎样进行青蓝菜的肥水管理? (41)
88. 如何防治青蓝菜常见病害? (42)
89. 如何防治青蓝菜常见虫害? (42)
90. 青蓝菜采收时应注意什么? (43)
91. 青蓝菜的膳食功效及营养成分是什么? (43)

92. 怎样食用青蓝菜?	(44)
(四) 马兰	(44)
93. 马兰有哪些别名?	(44)
94. 马兰有怎样的生长习性?	(45)
95. 怎样进行马兰栽培的土地准备?	(45)
96. 马兰的繁殖方式有哪些?	(45)
97. 怎样进行马兰的田间管理?	(46)
98. 如何防治马兰常见病害?	(46)
99. 如何防治马兰常见虫害?	(47)
100. 马兰采收时应注意什么?	(47)
101. 马兰留种的注意事项有哪些?	(47)
102. 马兰的膳食功效及营养成分是什么?	(48)
103. 怎样食用马兰?	(48)
(五) 荠菜	(48)
104. 荠菜有哪些别名?	(48)
105. 荠菜正常生长需要怎样的环境条件?	(49)
106. 怎样进行荠菜栽培的土地准备?	(50)
107. 荠菜播种的时间及注意事项有哪些?	(50)
108. 怎样进行荠菜的田间管理?	(51)
109. 如何防治荠菜常见病害?	(51)
110. 如何防治荠菜常见虫害?	(52)
111. 荠菜采收时应注意什么?	(53)
112. 荠菜的膳食功效及营养成分是什么?	(53)
113. 怎样食用荠菜?	(53)
(六) 紫苏	(53)
114. 紫苏有哪些别名?	(53)
115. 紫苏有怎样的生长习性?	(54)
116. 怎样进行种植紫苏的土壤准备?	(54)

117. 紫苏有哪些繁殖方式? (55)
118. 紫苏直播时应注意些什么? (55)
119. 紫苏育苗移栽时应注意些什么? (55)
120. 怎样进行紫苏的肥水管理? (56)
121. 如何防治紫苏常见病害? (56)
122. 如何防治紫苏常见虫害? (57)
123. 紫苏采收时应注意什么? (57)
124. 紫苏的膳食功效及营养成分是什么? (57)
125. 怎样食用紫苏? (58)
- (七) 蒲公英 (58)
126. 蒲公英有哪些别名? (58)
127. 蒲公英有怎样的生长习性? (58)
128. 怎样进行蒲公英的土壤准备? (59)
129. 蒲公英的播种时间及方法是什么? (59)
130. 如何防治蒲公英常见病害? (60)
131. 如何防治蒲公英常见虫害? (60)
132. 蒲公英的膳食功效及营养成分是什么? (61)
133. 怎样食用蒲公英? (61)
- (八) 薄荷 (61)
134. 薄荷有哪些别名? (61)
135. 薄荷适宜的生长条件是怎样的? (62)
136. 薄荷的繁殖方式是什么? (63)
137. 怎样进行薄荷的土壤准备? (64)
138. 薄荷根状茎播种时应注意些什么? (64)
139. 怎样进行薄荷的田间管理? (65)
140. 进行薄荷追肥的注意事项有哪些? (67)
141. 如何防治薄荷常见病害? (68)
142. 如何防治薄荷常见虫害? (68)

143. 薄荷的膳食功效及营养成分是什么?	(69)
144. 怎样食用薄荷?	(69)
(九) 车前	(70)
145. 车前有哪些别名?	(70)
146. 车前生长要求怎样的环境条件?	(70)
147. 车前的繁殖方式是什么?	(71)
148. 种植车前应进行怎样的土壤准备?	(71)
149. 车前播种时应注意些什么?	(71)
150. 怎样进行车前的田间管理?	(71)
151. 如何防治车前常见病害?	(72)
152. 如何防治车前常见虫害?	(72)
153. 车前的膳食功效及营养成分是什么?	(73)
154. 怎样食用车前?	(74)
(十) 苦苣菜	(74)
155. 苦苣菜有哪些别名?	(74)
156. 苦苣菜生长要求怎样的环境条件?	(75)
157. 种植苦苣菜前应进行怎样的土壤准备?	(75)
158. 苦苣菜播种时应注意些什么?	(75)
159. 怎样进行苦苣菜播后的肥水管理?	(75)
160. 如何防治苦苣菜常见病害?	(76)
161. 如何防治苦苣菜常见虫害?	(77)
162. 苦苣菜的膳食功效及营养成分是什么?	(77)
163. 怎样食用苦苣菜?	(78)
(十一) 麦兰菜	(78)
164. 麦兰菜有哪些别名?	(78)
165. 麦兰菜生长要求怎样的环境条件?	(78)
166. 怎样进行麦兰菜的种子选择及处理?	(79)
167. 种植麦兰菜前应进行怎样的土壤准备?	(79)

168. 进行麦兰菜露地栽培时应注意什么? (79)
169. 进行麦兰菜秋、冬季温室栽培时应注意什么? (80)
170. 进行麦兰菜春季小拱棚栽培时应注意什么? (81)
171. 如何防治麦兰菜常见病害? (81)
172. 如何防治麦兰菜常见虫害? (82)
173. 麦兰菜的膳食功效及营养成分是什么? (82)
174. 怎样食用麦兰菜? (83)
- (十二) 刺儿菜 (83)
175. 刺儿菜有哪些别名? (83)
176. 刺儿菜生长要求怎样的环境条件? (84)
177. 种植刺儿菜前应进行怎样的土壤准备? (84)
178. 刺儿菜播种时应注意些什么? (84)
179. 怎样进行刺儿菜的田间管理? (84)
180. 如何防治刺儿菜常见病害? (84)
181. 如何防治刺儿菜常见虫害? (85)
182. 刺儿菜采收时有哪些注意事项? (86)
183. 刺儿菜的膳食功效及营养成分是什么?
..... (86)
184. 怎样食用刺儿菜? (86)
- (十三) 苋菜 (87)
185. 苋菜有哪些别名? (87)
186. 苋菜生长要求怎样的环境条件? (87)
187. 种植苋菜前应进行怎样的土壤准备? (88)
188. 苋菜播种时应注意什么? (88)
189. 怎样进行苋菜的肥水管理? (88)
190. 如何防治苋菜常见病害? (88)
191. 如何防治苋菜常见虫害? (89)
192. 苋菜的膳食功效及营养成分是什么? (89)

193. 怎样食用苋菜?	(90)
(十四) 灰菜	(90)
194. 灰菜有哪些别名?	(90)
195. 灰菜生长要求怎样的环境条件?	(91)
196. 种植灰菜前应进行怎样的土壤准备?	(91)
197. 灰菜播种时应注意什么?	(91)
198. 怎样进行灰菜的肥水管理?	(91)
199. 如何防治灰菜常见病害?	(92)
200. 如何防治灰菜常见虫害?	(92)
201. 怎样采收灰菜?	(93)
202. 灰菜的膳食功效及营养成分是什么?	(93)
203. 怎样食用灰菜?	(93)
(十五) 鸭跖草	(94)
204. 鸭跖草有哪些别名?	(94)
205. 鸭跖草生长要求怎样的环境条件?	(94)
206. 鸭跖草的繁殖方式有哪些?	(94)
207. 种植鸭跖草前应进行怎样的土壤准备?	(95)
208. 怎样进行鸭跖草的田间管理?	(95)
209. 如何防治鸭跖草常见病害?	(96)
210. 如何防治鸭跖草常见虫害?	(96)
211. 怎样采收鸭跖草?	(97)
212. 鸭跖草的膳食功效及营养成分是什么?	(97)
213. 怎样食用鸭跖草?	(98)
(十六) 茵陈蒿	(98)
214. 茵陈蒿有哪些别名?	(98)
215. 茵陈蒿生长要求怎样的环境条件?	(98)
216. 种植茵陈蒿前应进行怎样的土壤准备?	(99)
217. 茵陈蒿一般采用什么繁殖方式?	(99)

218. 茵陈蒿的栽培适宜的季节是何时, 注意事项有哪些?
..... (99)
219. 如何防治茵陈蒿常见病害? (100)
220. 如何防治茵陈蒿常见虫害? (101)
221. 茵陈蒿的膳食功效及营养成分是什么? (102)
222. 怎样食用茵陈蒿? (102)
- (十七) 紫菀 (102)
223. 紫菀有哪些别名? (102)
224. 紫菀生长要求怎样的环境条件? (103)
225. 紫菀的繁殖方式及种块选择的条件有哪些? (103)
226. 种植紫菀前应进行怎样的土壤准备? (104)
227. 怎样进行紫菀种块的栽植? (104)
228. 怎样进行紫菀的田间管理? (104)
229. 如何防治紫菀常见病害? (105)
230. 如何防治紫菀常见虫害? (106)
231. 何时是紫菀的采收季节, 注意事项有哪些? (106)
232. 紫菀的膳食功效及营养成分是什么? (106)
233. 怎样食用紫菀? (107)
- (十八) 冬寒菜 (107)
234. 冬寒菜有哪些别名? (107)
235. 冬寒菜生长要求怎样的环境条件? (108)
236. 冬寒菜的栽培季节及方式是什么? (108)
237. 冬寒菜的主要繁殖方式及注意事项有哪些? (108)
238. 种植冬寒菜前应进行怎样的土壤准备? (109)
239. 怎样进行冬寒菜露地栽培及田间管理? (109)
240. 如何防治冬寒菜常见病害? (110)
241. 如何防治冬寒菜常见虫害? (110)
242. 冬寒菜采收时要注意些什么? (111)

243. 冬寒菜的膳食功效及营养成分是什么?	(111)
244. 怎样食用冬寒菜?	(112)
(十九) 茭果蕨	(112)
245. 茭果蕨有哪些别名?	(112)
246. 茭果蕨生长要求怎样的环境条件?	(112)
247. 茭果蕨的繁殖方式有哪些?	(112)
248. 怎样进行茭果蕨的田间管理?	(114)
249. 如何防治茭果蕨常见病害?	(114)
250. 如何防治茭果蕨常见虫害?	(115)
251. 茭果蕨采收的适宜时机是何时, 注意事项有哪些?	(116)
252. 茭果蕨的膳食功效及营养成分是什么?	(116)
253. 怎样食用茭果蕨?	(116)
(二十) 野韭	(117)
254. 野韭生长要求怎样的环境条件?	(117)
255. 野韭的繁殖方式有哪些?	(119)
256. 种植野韭前应进行怎样的土壤准备?	(119)
257. 怎样进行野韭的育苗播种?	(120)
258. 怎样进行野韭的幼苗管理?	(121)
259. 怎样进行野韭的定植?	(122)
260. 怎样进行野韭的田间管理?	(122)
261. 如何防治野韭常见病害?	(123)
262. 如何防治野韭常见虫害?	(123)
263. 野韭的膳食功效及营养成分是什么?	(124)
264. 怎样食用野韭?	(124)
(二十一) 马齿苋	(124)
265. 马齿苋有哪些别名?	(124)
266. 马齿苋生长要求怎样的环境条件?	(125)

267. 马齿苋的繁殖方式有哪些? (125)
268. 种植马齿苋前应进行怎样的土壤准备? (126)
269. 怎样进行马齿苋的田间管理? (126)
270. 如何防治马齿苋常见病害? (127)
271. 如何防治马齿苋常见虫害? (128)
272. 怎样进行马齿苋的采收? (129)
273. 马齿苋的膳食功效及营养成分是什么? (129)
274. 怎样食用马齿苋? (129)
- (二十二) 野黄花菜 (130)
275. 野黄花菜有哪些别名? (130)
276. 野黄花菜生长要求怎样的环境条件? (130)
277. 野黄花菜的繁殖方式有哪些? (131)
278. 怎样进行野黄花菜的栽植? (133)
279. 怎样进行野黄花菜的田间管理? (133)
280. 如何防治野黄花菜常见病害? (134)
281. 如何防治野黄花菜常见虫害? (134)
282. 进行野黄花菜的采收什么时候最适宜? (135)
283. 野黄花菜的膳食功效及营养成分是什么? (135)
284. 怎样食用野黄花菜? (136)
- (二十三) 费菜 (136)
285. 费菜有哪些别名? (136)
286. 费菜生长要求怎样的环境条件? (137)
287. 费菜的一般繁殖方式及操作时的注意事项有哪些?
..... (137)
288. 种植费菜前应进行怎样的土壤准备? (137)
289. 怎样进行费菜的肥水管理? (138)
290. 如何防治费菜常见虫害? (138)
291. 费菜采收的时机及注意事项有哪些? (139)

292. 费菜的膳食功效及营养成分是什么?	(139)
293. 怎样食用费菜?	(139)
(二十四) 小胡麻菜	(139)
294. 小胡麻菜有哪些别名?	(139)
295. 小胡麻菜生长要求怎样的环境条件?	(140)
296. 小胡麻菜的繁殖方式有哪些?	(140)
297. 小胡麻菜的栽培方式有哪些?	(140)
298. 种植小胡麻菜前应进行怎样的土壤准备?	(141)
299. 怎样进行小胡麻菜栽植后的肥水管理?	(142)
300. 如何防治小胡麻菜常见病害?	(142)
301. 如何防治小胡麻菜常见虫害?	(143)
302. 小胡麻菜采收的注意事项有哪些?	(144)
303. 小胡麻菜的膳食功效及营养成分是什么?	(144)
304. 怎样食用小胡麻菜?	(144)
(二十五) 歪头菜	(145)
305. 歪头菜生长要求怎样的环境条件?	(145)
306. 种植歪头菜前应进行怎样的土壤准备?	(145)
307. 怎样进行歪头菜的种子处理?	(146)
308. 歪头菜播种时应注意什么?	(146)
309. 怎样进行歪头菜的田间管理?	(146)
310. 如何防治歪头菜常见病害?	(147)
311. 如何防治歪头菜常见虫害?	(147)
312. 采收歪头菜有哪些注意事项?	(148)
313. 歪头菜的膳食功效及营养成分是什么?	(148)
314. 怎样食用歪头菜?	(148)
(二十六) 兔儿伞	(149)
315. 兔儿伞有哪些别名?	(149)
316. 兔儿伞生长要求怎样的环境条件?	(149)
317. 兔儿伞的繁殖方式有哪些?	(150)