

贴近生活◎服务生活◎美化生活◎陶冶生活

# 阳台 种菜种花种香草

白虹/编著



 北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.

63  
271

# 阳台 种菜种花种香草

白虹 编著

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

阳台种菜种花种香草 / 白虹编著. — 北京: 北京联合出版公司, 2015.7

ISBN 978-7-5502-5843-3

I. ①阳… II. ①白… III. ①蔬菜园艺②花卉—观赏园艺 IV. ①S63 ②S68

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 175056 号

## 阳台种菜种花种香草

编 著: 白 虹

责任编辑: 孙志文

封面设计: 李艾红

责任校对: 李 波

美术编辑: 刘欣梅

---

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京鑫海达印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数436千字 720毫米×1020毫米 1/16 20印张

2015年9月第1版 2015年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-5843-3

定价: 29.80元

---

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: (010) 58815825



## 前言


**花** 草植物从来都是我们的朋友，身处钢筋水泥的都市里，对自然的向往便成了现代都市人的一个共同追求。其实想亲近自然在家里也可以做到——小小的阳台经过我们的精心打理，就可以变成一个充满欢乐与健康的乐园。

不需要庭院，只需要容器、种子（或幼苗）、一些土、一点肥料、一些简单工具，然后借助水、阳光和空气，你的阳台就会成为一片充满生机的绿色海洋。从种子到幼苗，再由幼苗变成一棵茁壮的植株，然后开花、结果，这一切的过程都会在你的精心培育下一点点地发生，让你由衷感叹生命的奇妙，尽情领略生活的美好。阳台上的那一抹绿色是人与自然和谐共生的最好见证，拥有了这方美丽的小天地，就仿佛置身于大自然的怀抱之中，那些世俗的烦恼真的会变得不再重要。

你有没有品尝过自己亲手种的菜？纵然没有超市里的漂亮包装，但是品尝自己亲身劳动而获得的果实，心里那种成就感和满足感是不言而喻的；而每天看着阳台上自己种的菜不断地长高、变大，又是一份妙不可言的喜悦与激动。

当进入家门，姹紫嫣红映入眼帘，醉人的花香扑面而来，你心中的烦恼与压力定会随之一扫而空吧？阳台种花，收获的是一种恬淡的心境，一种乐观积极的生活态度，一种生活品质的提升。





种植香草近年来渐成时尚。香草具有很多神奇功效，如净化空气、治疗疾病、美容养颜、制作美食等，而那自然纯粹的清香更是让人着迷。有香草“美人”相伴，那份惬意舒爽自不必多说。

本书从种菜、种花、种香草三个方面教你如何打造私人小农场，相关知识均来自职业园艺师的经验总结，实用性很强。从选种、选土、选工具到施肥、除虫、浇水，从播种、间苗、培土到搭架、摘心、收获，手把手教你在阳台栽培植物的基本要点。具体到每种植物的分步操作，从适合的种植季节、光照条件、浇水量，到种苗选育、种植、培育、收获四个阶段的详细过程，都会事无巨细地予以全程指导。采用手绘插图和实物照片结合的方式详细讲解，直观明了、简单易学，即使毫无基础的初学者也能轻松获得丰收！

嫩芽冒出时的惊喜，抽枝展叶时的愉悦，采摘收获时的满足……在阳台种菜种花种香草的日子里，尽是幸福的瞬间，平凡的岁月从此有了甜蜜的期盼，普通的阳台因此变得生机勃勃、绿意盎然。感受拥抱大自然的快乐，在快节奏的生活中呼吸独有的清新，这样的生活就在眼前，你还在等什么！

**第一篇** 打造一个美丽的阳台, 给DIY植物安个家



**第一章 在种植之前, 要做些什么**

- 容器, 植物的幸福小屋 .....2
- 土壤, 植物的亲密爱人 .....4
- 肥料, 植物的营养源 .....6
- 环境, 我家的阳台合适吗 .....7
- 工具, 栽种时候的小帮手 .....8



**第二章 种植过程中, 要怎么做**

- 温度和阳光 .....9
- 施肥也要讲求方法 .....10
- 给植物补充水分 .....12
- 换盆换土, 空间合适最重要 .....14
- 修枝剪叶和清洁植物 .....20
- 植物繁殖, 花盆变身小花园 .....22
- 合栽好处多 .....38
- 清除杂草 .....38





### 第三章 室内植物常见问题及解决办法

植物虫害 .....41

长势不良 .....46

植物病害 .....44

枯萎现象 .....48

### 第四章 花草的季节养护

春季植物养护要点 .....50

夏季植物的养护要点 .....58

秋季植物的养护要点 .....64

冬季植物的养护要点 .....68



### 第五章 植物种植小创意

制作彩绘花盆 .....74

建造沙漠花园 .....75

建造微缩花园 .....76

建一座玻璃花园 .....77

把旧靴子变成花盆 .....78

布置迷你池塘 .....80

制作草娃娃 .....81

建自己的室内花园 .....82



## 第二篇 种菜, 有机蔬菜自己栽

### 第一章 果实类蔬菜

西红柿 .....84

黄瓜 .....87

迷你南瓜 .....90

草莓 .....92

茄子 .....94

蚕豆 .....96

扁豆 .....98

毛豆 .....100





青椒 .....102

## 第二章 叶类蔬菜

油菜 .....104

苦菊 .....107

西兰花 .....110

生菜 .....112

菠菜 .....114

茼蒿 .....116

小白菜 .....118



## 第三章 根茎类蔬菜

洋葱 .....120

土豆 .....123

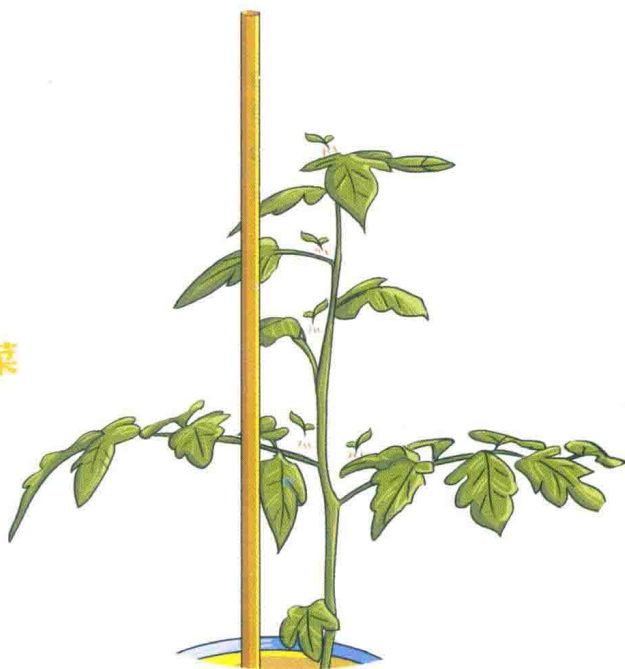
白萝卜 .....126

芥菜 .....128

胡萝卜 .....130

小萝卜 .....132

生姜 .....134



## 第四章 蔬菜种植小创意

分育幼苗 .....136

在报纸筒中种植甜豌豆 .....137

培育卷曲豆藤 .....138

制作水芹蛋壳 .....139

口袋种植番茄 .....140

窗台盆种植 .....140

种蔬菜意大利面 .....141

种植花生 .....142

花盆中种菠萝 .....143

如何利用水果籽 .....144







### 第一章 观花花卉

三色堇 .....146

山茶 .....149

牡丹 .....152

玫瑰 .....154

栀子 .....156

菊花 .....158

百合 .....160

水仙 .....162

### 第二章 观叶花卉

羽衣甘蓝 .....164

常春藤 .....167

芦荟 .....170

龟背竹 .....172

吊兰 .....174

绿萝 .....176

仙人球 .....178

石莲花 .....180

文竹 .....182

### 第三章 观果花卉

量天尺 .....184

金橘 .....187

珊瑚樱 .....190

石榴 .....192

观赏辣椒 .....194

百香果 .....196

### 第四章 阳台种花小创意

播撒野花种子 .....198

种植野花 .....200

变出七彩旱芹和七色花 .....201

压花 .....202





### 第一章 易种植香草

- 薄荷 .....204
- 细香葱 .....207
- 茴香 .....210
- 鼠尾草 .....212
- 甜菊 .....214
- 茉莉 .....216
- 天竺葵 .....218
- 金银花 .....220
- 艾草 .....222
- 罗勒 .....224

### 第二章 功能多香草

- 牛至 .....226
- 洋甘菊 .....229
- 香菜 .....232
- 琉璃苣 .....234
- 莳萝 .....236

### 第三章 柠檬香蜂草

- 欧芹 .....240
- 神香草 .....242
- 西洋菜 .....244
- 柠檬马鞭草 .....246
- 芝麻菜 .....248
- 柠檬香茅 .....250
- 猫薄荷 .....252





## 第四章 香气浓香草

蒲公英 .....254

紫苏 .....257

迷迭香 .....260

薰衣草 .....262

百里香 .....264

金莲花 .....266

夜来香 .....268

月桂 .....270

留兰香 .....272

马郁兰 .....274

灵香草 .....276

番红花 .....278

益母草 .....280

藿香 .....282

千屈菜 .....284



## 第五章 香草妙用小创意

泡制薄荷茶 .....286

制薰衣草香料 .....287

制作干花香料 .....288

泡制香草醋 .....290



附录 1 室内环境污染 .....291

附录 2 正确选用花草可有效去除污染 .....293

附录 3 “有毒花草”会养也健康 .....297

附录 4 常用花草的花意花语 .....298

附录 5 养花无忧的 N 个窍门 .....301

附录 6 种植小词典 .....303



1

第一篇

打造一个美丽的  
阳台, 给DIY植物  
安个家



## 第一章

# 在种植之前，要做什么

## 容器，植物的幸福小屋

我们在打造自己的植物园之前，首先要规划好种些什么植物，因为对于不同的植物而言，对容器的要求也是不尽相同的。

### 不同植物，不同选择

一般来说，蔬菜的植株较大，因此对容器的大小有一定的要求，一般会选择大型或者是中型的容器；而花卉、香草的植株一般偏小，所以对容器的要求并不是很高，可以根据栽植的数量来掌握容器的大小。如果栽植的数量少而植株又不是很大，最好选择小一些的容器，这样有利于植株根部的透气。

大小

### 小型

小型的容器一般指的是直径为 15~20 厘米的容器，比较适合种植猫薄荷、百里香、细香葱、驱蚊草等植株体积很小的香草。



直径为 15~20 厘米的容器

### 中型

中型容器一般指的是直径为 20~30 厘米的容器，长方形的中型容器长一般是 65 厘米左右。这种容器适合种植体型一般的花卉、香草，也可以种植菠菜、油菜等叶类蔬菜。



直径为 20~30 厘米的容器

### 大型

大型容器一般指的是直径为 30~40 厘米的容器，西红柿、茄子等果实类蔬菜的体积较大，比较适合在这种容器中种植。



直径为 30~40 厘米的容器

我们在选购花盆的时候，常常听到店主说8号花盆、12号花盆之类的，那么花盆的号是怎么规定的呢？有一个公式可以计算一下：

**花盆的号数 × 3 = 直径的厘米数**

也就是说，3号盆的直径是9厘米，6号盆的直径是18厘米，8号盆的直径为24厘米，10号盆的直径是30厘米，12号盆的直径为36厘米。通过花盆的号，我们就能马上掌握花盆的大小，从而以最快的速度选到合适的花盆。

在阳台上种植蔬菜，并不像在菜地里种植那么随意，像土豆、小萝卜之类食根茎的蔬菜对容器的深度也有一定的要求，一般深度要达到30厘米以上才可以种植，否则会影响植株的生长。如果实在找不到合适的容器，用塑料袋或者是麻袋来当作容器也是可以的。

质地

## 陶盆

容器在质地上的种类非常多样，如陶盆、塑料盆、釉面盆、木盆、玻璃盆。陶盆无疑是最好的选择，它具有透气、排水性好、重量轻、价格便宜等优点。玻璃容器是用来培植水培植物的最佳选择。当然，你也可以选择塑料盆、釉面盆，但是为了防止因为花盆不透气而导致的根部腐烂，最好在容器下面垫一块竹板。如果选择木盆的话，因为其超强的透气性，花草很容易干燥，所以一定要注意给植物勤浇水才可以。



配合时尚现代的装修，可使用独具风格的花盆，如图中的镀锌花盆。花盆本身就很漂亮，盆中的紫鹅绒与其交相辉映。



用吊盆种植半下垂生长的植物，比用塑料花盆更漂亮，如图中的肾蕨。



图中的瓷制工艺花盆与白色的仙客来花朵交相辉映。



苔藓编成的花篮适合某些春季观花植物，如报春花、番红花。直接将植物种在这种花盆里必须保证浇水时不淋湿花盆表面。



生活中，只要用心就常常会有意想不到的发现。图中别致的花盆居然是用干枯的菌类做的。



紫砂盆适合放在厨房里，图中紫砂盆中的“婴儿泪”和圆形的花盆浑然一体。



镶在墙上的陶瓦花盆室内外都能使用。图中的攀援喜林芋每隔数月需修剪一次，否则就把漂亮的花盆挡住了。



只要和周围环境搭配得当，图中的金属花盆就会散发出迷人的魅力。这样的花盆可填入苔藓，看上去更像悬挂式花盆。



配套的托盘非常实用，可以使盆栽的整体外观更加漂亮。



商店或花店中出售各式各样的工艺花盆，你可以依照自己的品味选择。



有时老式的手工瓦盆效果也很好，盆壁上白白的灰渍有种古老的感觉。图中的两个手工瓦盆种了常春藤。

## 土壤，植物的亲密爱人

### 什么样的土才算是好土呢

植物能否健康成长，土壤的选择很关键，好的土壤可以使植株更好地吸收养分、水分，使植株的根系健壮，这样才可以长得生机勃勃。优质的土壤必须具备四大特性，即排水性、透气性、保水性以及保肥性。

● **排水性** 排水性好的土壤在浇水的时候，水能够迅速地融入其中，不会停留在表面。排水性差的土壤会使植物根部长时间难以干燥，容易出现烂根的现象。

● **透气性** 透气性好的土壤微粒之间不会黏聚在一起，空气可以自如流通，为植株根系有效输送氧气和水分。

● **保水性** 保水性是指土壤在一定时间内可以保持湿润的能力，如果土壤不具备保水性的话，土壤很快就会干燥缺水，这对植株的生长是非常不利的。

● **保肥性** 保肥性指的是土壤可以保持肥料肥性的能力，只有保肥性好的土壤才能够让植物在营养充足的环境里茁壮生长。

## 认识土壤

土壤的种类千差万别，作为栽种用土，常见的主要有3种：培养土、基础用土和改良用土。

● **培养土** 培养土主要是用于球根、宿根等植物种类的栽种，因为是根据养分比例调和好的土壤，所以非常适合初学者使用。

● **基础用土** 指的是调和土壤的时候所使用的基础土，各个基础土之间的差别主要是由当地的土壤性质所决定的。

● **改良用土** 是一种非常优质的土壤，它运用其他的有机质提高了基本用土的透气性、排水性、保水性、保肥性。其中最为人们熟知的就是腐叶土，腐叶土首先是将腐烂的阔叶树树叶弄碎，融合在基础用土之中，这样可以提高土壤中微生物的含量，有效地改善土质。

### ● 配土

配土是一门很深的学问，作为刚刚入门的新手最好在市面上购买已经配置好的优质土，这些土壤已经配置好了腐叶土、肥料等养料，可以直接使用，非常方便。但是要注意土壤包装上的适用作物说明，不同的植物对酸碱性的要求是不同的。



培养土



腐叶土

## 认识酸碱性

种植蔬菜的土壤一般为弱酸的环境，而香草则喜好偏碱性或中性的土壤。而花卉对土壤的要求则比较复杂。

## 部分植物对盆栽土的特殊要求

少数植物对盆栽土有特殊要求，常用的盆栽土并不适用。有些植物不喜欢碱性土，如杜鹃属植物、多数秋海棠属植物、欧石南属植物、非洲紫罗兰，常用的盆栽土不利于这些植物的生长。即使以泥炭藓为基质的盆栽土，也普遍呈碱性，因为为了适应多数室内盆栽植物的需求，盆栽土中会添加少量石灰。不喜欢碱性土壤的植物，可以使用“欧石南属”植物专用盆栽土，这种盆栽土在一般花店就能买到。

凤梨科植物、仙人掌科植物和兰科植物对盆栽土也有特殊要求，可以从专业苗圃或较好的花店购买经过特殊处理的盆栽土。



# 肥料，植物的营养源

不施肥，植物就会显得死气沉沉的，只要正确施肥，植物就能茁壮生长，生机盎然。现代肥料让施肥变得很简单，肥效也更长，因而不需要经常添加。

## 认识肥料

按照肥料的成分来划分，可以分为磷肥、氮肥、钾肥这三种肥料。磷肥主要是用来促进植物花朵和果实的生长，氮肥主要是用来促进植物叶子的生长，钾肥可以有效地滋养植物的根部。



各种肥料对植物的不同作用

## 肥料的量

肥料是植物生长的粮食，挨饿中的植物自然是很难长好的，但是暴饮暴食对于植物的生长也并不是好事，所以和人类讲究合理膳食一样，给植物施肥也要根据植物的特点，讲究适度。

## 追肥

植物在刚刚栽种到土壤中的时候，土壤中是含有一定量的肥力的，但是这些肥力会随着植物的生长而慢慢消耗殆尽，因此盆栽植物在生长过程之中要进行适当追肥。

## 制作肥料



鱼骨



大豆



海带

事实上，一般性的肥料我们并不需要特意在市场上购买，用生活中腐败的食物制成的有机肥就是植物最好的营养品。发霉的花生、豆类、瓜子、杂粮等食物中含有大量的氮元素，将它们发酵后可以用作植物的底肥，也可以将其泡在水中制成溶液追肥时使用。

鱼骨、碎骨、鸡毛、蛋壳、指甲、头发中含有大量的磷元素，我们可以加水发酵，在追肥中使用。

海藻、海带中的钾元素比较多，是制作钾肥最好的原材料。另外，淘米水、生豆芽的水、草木灰水、鱼缸中的陈水等含氮、磷、钾都很丰富，可以在追肥中使用。