

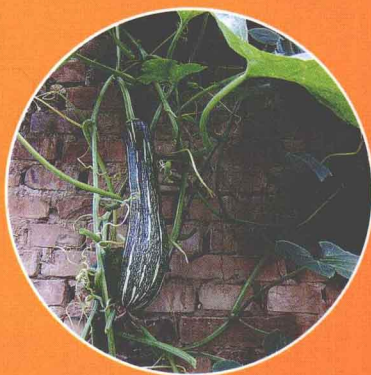
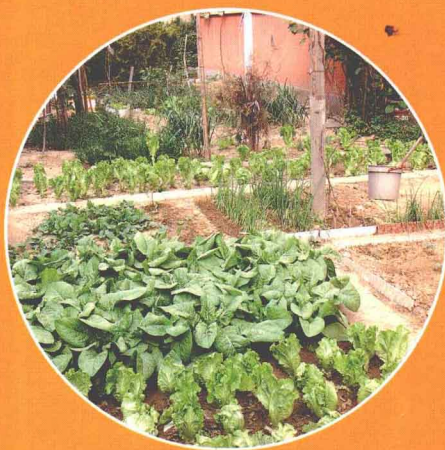
图文俱佳 简明实用 可轻松阅读
阳台楼顶墙边庭院能休闲种菜

城镇 家庭小菜园

崔小伟 刘保才 主编
李世民 贾延钊



中原出版传媒集团
中原农民出版社

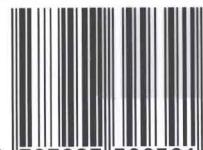


轻松阅读 休闲种菜



策划编辑 段敬杰
 责任编辑 段敬杰
 责任校对 侯智颖
 封面设计 杨 柳
 版式设计 赵洛育

ISBN 978-7-80739-939-1



9 787807 399391 >

定价：38.00元



城镇家庭小菜园

崔小伟 刘保才 李世民 贾延钊 主 编

中原出版传媒集团 中原农民出版社



图书在版编目(CIP)数据

城镇家庭小菜园/崔小伟,刘保才等主编. —郑州:
中原出版传媒集团,中原农民出版社,2011.5
ISBN 978-7-80739-939-1

I. ①城… II. ①崔…②刘… III. ①蔬菜园艺 IV. ①S63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 072661 号

本书作者

主编 崔小伟 刘保才 李世民 贾延钊
参编 王丽霞 刘 迪 刘洪恩 陈 琦
沈海龙 李 杰 李俊红 鲁进恒
范志业 张安全 耿会霞

出版社:中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 电话:0371—65751257

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:河南省瑞光印务股份有限公司

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:10 字数:139 千字

版次:2011 年 5 月第 1 版 印次:2011 年 5 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-80739-939-1 定价:38.00 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

目 录

第一部分 种植家庭小菜园必知	1
引子	2
一、家庭种菜的好处	3
二、家庭种菜场所	7
三、家庭蔬菜种植方式	11
四、家庭种菜常用工具及容器	13
五、适合家庭小菜园使用的土壤及肥料	15
六、适合家庭小菜园种植的蔬菜及品种	20
七、家庭小菜园主要管理环节	27
八、种好家庭小菜园需要注意的几个问题	38
第二部分 家庭小菜园种植技术	41
一、菠菜	42
二、苋菜	45
三、油麦菜	48
四、大叶茼蒿	51
五、落葵	54
六、甘蓝	57
七、苦苣	60
八、菜薹	63

九、生菜	65
十、空心菜	69
十一、芹菜	72
十二、茺荑	76
十三、黄瓜	79
十四、南瓜	84
十五、丝瓜	88
十六、西葫芦	92
十七、苦瓜	95
十八、冬瓜	98
十九、辣椒	101
二十、茄子	104
二十一、番茄	108
二十二、樱桃番茄	111
二十三、大葱	114
二十四、韭菜	117
二十五、大蒜	120
二十六、四季豆	123
二十七、长豆角	126
二十八、大白菜	129
二十九、萝卜	132
三十、樱桃萝卜	135
三十一、甜玉米	138
第三部分 病虫害安全防治技术	141
一、常见病害防治技术	142
二、常见害虫防治技术	152

第一部分

种植家庭小菜园必知



引 子

2009 年以来,在我国流行一种开心农场的网络游戏,或自己种菜,自己收获;或到别人的农场里偷菜、放虫、种草……偷偷地对别人的菜地搞点小破坏,在无聊的时候打发时间,许多人乐此不疲。开心农场游戏虽好玩,但毕竟是在网上,不真实。可是,生活在钢筋水泥丛林中的城里人没有大片的土地,怎么种菜呢?没关系,其实自己的家里也有许多种菜的好地方。自己有块地种菜是很多市民的“梦想”,所以很多小区绿地被居民见缝插针地开成了“私家菜园”、“开心农场”。不过,没有这些条件的家庭,可在自家阳台、楼顶、庭院空地、墙边等地方种菜。在阳台、楼顶、庭院空地、墙边等地方,充分利用自己家里的各个角落,以盆栽、悬挂等各种方式,种植自己喜欢吃的各种蔬菜,想吃什么菜,就到自己的私家菜园里采摘。



家庭菜园里菜种得好,不仅能吃上自己种的无公害蔬菜,而且郁郁葱葱的翠枝绿叶和挂满枝头的五彩缤纷的累累硕果,也可以成为一道美景。

在庭院、房(楼)顶、阳台种菜,打造完全属于自己的家庭小菜园,不但绿化了环境,而且还能体验一下“城市农夫”的快乐,是一种值得推崇的绿色生活方式。

一、家庭种菜的好处

庭院种菜,既可采食安全蔬菜,享受新鲜美味,体验劳动的快乐与生活的喜悦,又可美化环境,遮阳乘凉。下班回家,茶余饭后,享受大自然下的人为景观。



(一) 顿顿饭都吃新鲜、安全、放心菜

部分菜农为了追求个人种菜利益,往往投入大量的农药、化肥、激素等化学物质,来提高蔬菜的产量和外观,致使其收获销售的产品含有大量的农药、重金属等有毒、有害、致病、致畸、致癌物质,对食用者身体健康造成危害。自己种菜自己吃,就可以避免上述危害。

临近中午,该做午饭了,家住河北省灵寿县县城北环的付晨刚,没有上街买菜,而是换了一双鞋子,径直上了自家的楼顶。笔者随付晨刚一起来到了他家楼顶,被眼前的情形惊呆了。只见楼顶上不但种植有黄瓜、豆角、茄子、番茄、韭菜等,而且还有几株已经吐出了“胡须”的玉米。

“放心吃吧,没有任何污染。”付晨刚摘下一个番茄递给笔者。咬上一口,酸甜的汁液沁人心脾。

付晨刚说,从2002年在自己150平方米的楼顶开始种菜后,除了冬春季节,他家的新鲜蔬菜从来没有买过,都是自给自足。

山东省济南市翡翠郡南社区的小杨搬进新居两三年了,看着家里的阳台上除了晾晒衣服、



放洗衣机及一些杂物,还有一些空儿。两人想着在农村自家种的菜,又好吃又放心,便在自己的阳台上放上了种菜的花盆和废箱子,由此当上了“城市菜农”。小杨说,她之所以那么爱种菜,一方面是种菜挺有趣;另一方面,化肥、农药、重金属残留、空气污染、激素毒害等一直是她买菜时比较担心的问题。吃自己种的菜放心。



据报道,蔬菜、水果自采收后,其所含各种营养成分,随着时间而流失。自己种菜,现采、现做、现食,新鲜美味,营养不丢失,好口感有别于市售蔬菜。

(二)庭院种菜可以交流和建立感情

陈先生家漂亮又实用的阳台吸引了不少邻居效仿,其中大部分都是跟他同龄的“80后”。他们互相送菜、交换种子和幼苗,并建立了感情,出门的时候担心没有人浇水,蔬菜会旱死,因此他们发明了自动浇水的系统,就像吊瓶那样,慢慢地滴水。还有人发明了复杂的定时器,定时开阀为蔬菜浇水。

(三)增收节支

自己种菜,不但能起到休闲、养生、空间利用、绿化环境,增加居家生气的作用,而且可起到节能减碳,为地球环保尽心尽力的作用,还能减少家庭买菜支出。

(四)健康身心

用心种菜,戒除网瘾、网聊、网恋、网游。放松身体,愉悦心情,告别网络虚拟偷菜,真实拥抱大自然。种菜过程的搬土、整枝、施肥、浇水、弯腰、蹲下、站起等操作,不但可缓解视力疲劳,调整僵化坐姿,恢复健康体态。

而且可锻炼人们的手脚及腰的肌肉运动,获得情绪、认知、体能、创意及精神各方面的健康发展(园艺治疗),不论是对老年人,还是压力大的年轻人,都是健康舒压的好方法。

(五)家庭和睦

全家人共同为蔬菜的生长进行浇水、施肥、捉虫、除草、整枝……培养家人共同兴趣,全家人不但可以共享成功与丰收的喜悦,而且可以使家庭更具凝聚力、向心力,更温馨惬意,这些是用钱买不到的!

(六)环保卫生

厨余回收,制作有机肥,用于庭院蔬菜施肥,环保节约,一举数得。

有了家庭菜园后,家中的淘米水、剩饭菜、包括米(面)汤、豆浆、刷锅泔水等不必再随手倒掉,可倒入事先备好的一个带盖的塑料水桶或泡菜坛里,待水上长泡沫后,说明已发酵腐熟,就可作肥料浇到菜园里了。



二、家庭种菜场所

(一) 平房屋顶、院落、房前屋后空闲隙地种植蔬菜

居住在平房或楼房一层的住户可利用房前屋后的空闲土地种植蔬菜。一般靠近房屋处种植丝瓜、扁豆、豇豆、南瓜等棚架蔬菜；中间通风透光条件好的空地用以种植黄瓜、菜豆、辣椒、茄子、萝卜、白菜、番茄等蔬菜。



屋顶用防水剂做适当处理,使之不漏水,然后铺上肥沃的菜土(最好选用质地轻松、养分齐全的营养土),便可种植各种蔬菜。河南省漯河市市民张先生在自家 120 平方米的房顶铺上厚约 30 厘米的营养土,栽种丝瓜、茄子、空心菜、韭菜、菠菜、大葱、荆芥、辣椒、萝卜等蔬菜,自给有余。



(二) 楼房阳台、楼顶种植蔬菜

居住楼房的住户,可充分利用阳台、楼顶,采用花盆、木箱、塑料制品等容器盛装营养土种植蔬菜,或进行无土种植蔬菜。楼顶可采用特殊结构装置种植蔬菜,实现屋顶绿化。阳



台、楼顶种菜既可调节家庭用菜,又可观赏,增加生活乐趣。



(三)院墙及地下室利用

1. 墙边种植

我国城镇居民多有沿庭院院墙、篱笆种植瓜果和花草的习惯。根据各地经验,墙体(包括墙头墙壁、篱笆等)对所种植的作物,应有所选择。在进行院墙墙体(墙壁)、篱笆利用时,宜选用有攀缘习性的作物,如丝瓜、南瓜、豇豆、扁豆等蔬菜。



2. 地下种植

一般多利用车库、原有地窖、地下储藏室等作为生产场地,但也有在修建新的住宅时专门设计建造的地下室,作为生产场地,用来培养食用菌,生产豆芽。资金、技术等条件较好的,则通过补助光照等措施,于冬季进行冬季蔬菜生产,或作为一些名贵花卉、苗木的越冬保护场地,经济效益都相当显著。



(四) 立体种植——人造柱种植蔬菜

人造柱种植蔬菜,已有许多人开始在家庭采光较好的客厅、窗台、阳台

上进行叶菜的生产。这样做不但可生产出自己食用放心的安全蔬菜,又美化了环境。

人造柱里的营养土营养成分齐全,经消毒后,一般无病虫、杂草危害。因此蔬菜生产期间,除经常浇施营养液(营养土、营养液的配制及使用方法见本部分“五、适合家庭小菜园使用的土壤及肥料”中有详细介绍)外,无须施用肥水,一般也不需中耕除草和防治病虫,故管理简便。



温馨提示

如果当地买不到立体种植蔬菜柱,可自行去花卉市场购置大小不同的花盆,将大的放在下面,往上逐层放小盆,自制立体种植蔬菜柱。