

北京科普创作出版专项资金资助

TC

绿岛丛书——名特蔬菜篇

30 种

新兴叶菜

栽培

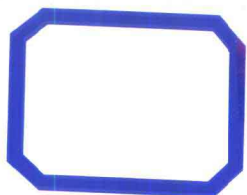


张宝海 孙京涛 韩向阳 编著



中国农业出版社

131
6



绿岛丛书——名特蔬菜篇

◆ 北京科普创作出版专项资金资助

30 种新兴 叶菜栽培

张宝海 孙京涛 韩向阳 编著



中国农业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

30 种新兴叶菜栽培 / 张宝海等编著. —北京: 中国农业出版社, 2002.12

(绿岛丛书. 名特蔬菜篇)

ISBN 7-109-07863-9

I .3... II .张 ... III .绿叶蔬菜—蔬菜园艺
IV .S636

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 083546 号

中国农业出版社出版

(北京市朝阳区农展馆北路 2 号)

(邮政编码 100026)

出版人: 傅玉祥

责任编辑 舒 薇 黄 宇 张洪光 杨金妹

北京东光印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

· 2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月北京第 1 次印刷

开本: 850mm×1168mm 1/32 印张: 4 插页: 4

字数: 96 千字 印数: 1~8 000 册

定价: 8.60 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

图1 荷兰马齿苋



图2 土人参



图3 守宫木

图4 藤三七





图5 大叶木耳菜



图6 紫背天葵



图7 彩色苋(观赏用)



图8 彩色苋(二色)



图9 番杏



图 10 羽衣甘蓝



图 11 结球红菊苣



图 12 花叶苦苣



图 13 宽叶苦苣

图 14 豆瓣菜



图 16 宽柄甜菜

图 15 叶用甜菜

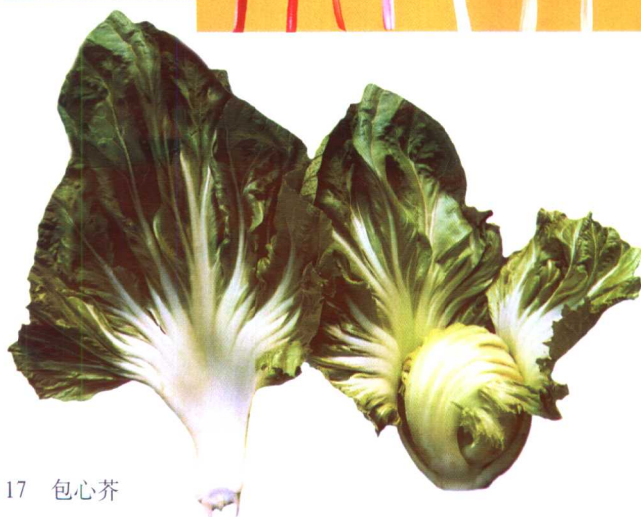


图 17 包心芥



图 18 金花菜



图 19 冬寒菜



图 20 茼蒿 (叶片不同类型)



图 21 左为花叶芥菜
右为板叶芥菜



图 22 夏菠菜 (欧佳美)

图 23 软化菊苣（红、白）



图 24 马 兰



图 25 菊花脑



图 26 菱 蒿

图27 蒲公英 (京夏1号)



图28 水芹

图29 大叶枸杞



图30 苣荬菜

出版说明

随着生活水平的不断提高,人们不但要求餐桌上四季都有新鲜蔬菜,而且要求蔬菜的花色品种更加丰富,希望蔬菜具有更多的营养、保健作用。名特蔬菜由于其口味特色、营养、保健价值,越来越受到人们的青睐。

名特蔬菜是相对于大宗蔬菜而言的,大多是从国外引进的优良品种,也有野生驯化的品种。由于名特蔬菜的售价远远高于普通蔬菜,可给种植者带来可观的收入,大大激发了农民的种植热情。但目前,名特蔬菜的栽培技术还未被广大菜农所掌握。为此,我们组织国内知名蔬菜专家,精心编写了《绿岛丛书——名特蔬菜篇》。

本套丛书共12本,围绕名特蔬菜这一主题,阐述了种子生产、种苗的培育、栽培、病虫害防治、采收、贮运、营养与烹调等内容与技术。适用于名特蔬菜生产者、营销者、农技人员、城乡特菜消费者阅读与参考。

本套丛书的出版得到了北京植物病理学会、北京蔬菜学会的鼎力支持,谨致诚挚的谢意。

前 言

叶菜或绿叶蔬菜是指主要以柔嫩的绿叶、叶柄和嫩茎为食用部分的蔬菜。叶菜类蔬菜在蔬菜中占有重要地位，叶菜类蔬菜有着显著的特点：种类繁多、营养极为丰富、生长期短、植株较矮、栽培容易、食用品质丰富多样等等，是人们生活中不可缺少的一类蔬菜。

众所周知，南方人喜欢食用叶菜类蔬菜，而北方人偏爱果菜类蔬菜，这都是传统习惯所致。随着社会的发展，人们生活水平的提高，国内外、南北方交流的日益频繁，这就要求每个地区尤其是大中城市的蔬菜品种要丰富，因此新兴蔬菜即特菜也就应运而生，当然叶菜类也不例外。近几年来，不管是国外的还是南方的或者是野菜在北方都有很快的发展，并依然存在着良好的发展前景。

北京蔬菜研究中心，自 20 世纪 80 年代以来，一直致力于国外及南方名优蔬菜品种的引种、试种、推广等工作，在一些新兴蔬菜的栽

培上积累了一定的经验。为促进蔬菜事业的发展，为了种植者尽快能掌握新兴蔬菜的种植方法，我们编写了此书。

由于我们知识、经验有限，加之可参考的资料较少，书中难免出现错误及不当之处，敬请专家和广大读者指正。

作 者

2002年9月

目 录

出版说明

前言

一、高温类蔬菜	1
1. 马齿苋	1
2. 土人參	5
3. 守宫木	8
4. 藤三七	12
5. 落葵	15
6. 紫背天葵	21
7. 苋菜	24
8. 叶用黄麻	28
二、喜温类蔬菜	33
9. 番杏	33
三、半耐寒性蔬菜	37
10. 羽衣甘蓝	37
11. 结球红菊苣	41
12. 苦苣	43
13. 豆瓣菜	47

14. 叶用甜菜	52
15. 叶用萝卜	57
16. 叶用芥菜	60
17. 油麦菜	68
18. 金花菜	72
19. 冬寒菜	74
20. 大叶茼蒿	76
四、耐寒类蔬菜	81
21. 芥菜	81
22. 夏菠菜	85
五、耐寒类多年生蔬菜	89
23. 软化型菊苣	89
24. 马兰	94
25. 菊花脑	97
26. 茼蒿	100
27. 蒲公英	103
28. 水芹	107
29. 叶用枸杞	111
30. 苣荬菜	116

一、高温类蔬菜

1. 马齿苋

马齿苋 *Portulaca oleracea* L. 英名 Purslane, 别名荷兰菜、长命菜、长寿菜、马勺菜、酸米菜、王行草、马蛇子草、瓜子菜等。属马齿苋科、马齿苋属一年生肉质草本植物。起源于印度, 后传播到世界各地, 现今于世界温带和热带地区, 广泛分布有野生种。目前欧洲已培育出马齿苋的栽培种, 如荷兰马齿苋。马齿苋营养丰富, 并且生命力异常旺盛, 病虫害少, 为天然的绿色食品。自古以来, 马齿苋在中国就被中医作为药草而广为应用。马齿苋作为一种蔬菜, 具有很多的优点。目前, 野生马齿苋在菜市场与饭店开始走俏, 马齿苋作为一种天然的绿色食品, 发展前景非常广阔。

(1) 栽培特征与特性

1) 马齿苋叶片肥厚, 茎秆粗壮, 具有极强的耐旱能力 (亦为田间难除的杂草——恶性杂草)。

2) 马齿苋属 C_4 植物, 具有较强的光合能力, 性喜高温, 为高温性蔬菜。发芽温度 20°C 以上。适宜的温度 $25\sim 35^{\circ}\text{C}$ 。低温生长缓慢或死亡。北方冬季温室严寒季节不能生长或生长不良。

3) 马齿苋果实边成熟边开裂, 散落在土壤中, 平均每株产种子数可高达14 400粒以上, 种子千粒重 0.48 克, 发芽力能保持 3~4 年, 如贮存在低温干燥处可保存 40 年。种子有 5~6 个

月的休眠期，GA₃可打破休眠，促进种子发芽，适宜的浓度为200毫克/升。适宜发芽的温度为30~35℃，20℃以下发芽困难，浸种时间9~12小时（30℃）。

4) 马齿苋生命力异常旺盛，病虫害少，栽培管理极为容易。

5) 马齿苋对土壤的选择性不强，栽培上以砂质壤土为佳，土壤肥沃，水肥充足时生长最佳。

(2) 类型与品种

1) 类型。按马齿苋的用途分可分为菜用马齿苋与观赏性马齿苋；按植株形态分又可分为直立型、半直立型和匍匐型，大部分属于半直立类型；按花瓣大小又可分为小花瓣类型和大花瓣类型等等，目前野生马齿苋多为匍匐或半直立型、黄花、小瓣。自荷兰引进的荷兰马齿苋为直立型小黄花类型。

2) 品种。

①荷兰马齿苋（台湾农友公司称之为荷兰菜）。植株直立，叶片较大，长5.3厘米，宽2.4厘米，茎粗直立，茎基部达0.7厘米，株高30~35厘米，茎色淡红，花黄色，小花，酸味稍高，生长迅速，产量高。

②野生马齿苋。全株光滑无毛，茎圆柱形，下部平卧，上部斜生或直立，多分枝，常呈紫色。叶互生或对生，叶柄极短，叶肥厚，楔状长圆形或倒卵形，长1.0~2.5厘米，宽0.5~1.5厘米。花小，无梗。

(3) 栽培季节与栽培方式

1) 北方露地栽培。自5月至8月可以分期播种，陆续收获至10月。

2) 冬季温室栽培。自8月至翌年3月可陆续播种，10月至翌年5月分批收获。也可进行夏季生产。不同的地区、不同的设施应根据具体条件进行安排。但因马齿苋为高温类蔬菜，在北方温室冬季生产时一定要给予注意。

(4) 栽培技术 马齿苋目前很少用作蔬菜栽培，多数收取野