

像养花一样 在阳台种菜

盆栽蔬菜40例

赵晶/著

种菜不仅要好吃，更要好看！
种菜也能自由发挥，充满创意，你信吗？
盆栽蔬菜就像花卉一样能绿化环境，美化家居！
阳台种菜正在掀起一股全民热潮，成为时下最IN，
最时尚的休闲娱乐方式！
再不行动，你就OUT了！



化学工业出版社

像养花一样 在阳台种菜

盆栽蔬菜40例

赵晶/著



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

像养花一样在阳台种菜：盆栽蔬菜 40 例 / 赵晶著.
北京：化学工业出版社，2013.4
ISBN 978-7-122-16660-9

I. ①像… II. ①赵… III. ①蔬菜-盆栽 IV. ①S63

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 044599 号

责任编辑：李 丽 邵桂林
责任校对：边 涛

装帧设计：史利平

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011）
印 装：北京画中画印刷有限公司
880mm×1230mm 1/24 印张 7 字数 145 千字 2013 年 7 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899
网 址：<http://www.cip.com.cn>
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：39.80 元

版权所有 违者必究

前言

种菜除了吃， 还能干什么？



种菜除了吃，还能干什么？

如果说能像花卉一样供人观赏，美化家居，陶冶情操，你信吗？

如果你有过种花的经验，那么像养花一样种菜，对你来说，是再简单不过的事情了。

当住宅越来越密集，庭院变得可遇而不可求，当阳台不再宽阔之后，把蔬菜种在有限容器内的种植方法逐渐得到重视。盆栽蔬菜的最大好处是，你可以随意搬动，将它们放在家庭里的任何角落，就像绿色植物一样，而当你的厨房缺点新鲜感的时候，你可以随时取材，做出最新鲜的美食。

当盆栽技术比较成熟之后，又开始设法将盆栽蔬菜移到室内来栽培，并在容器的样式、质地，蔬菜的栽培、造型的改变、装饰品的添加等方面开拓新的思路，引入更新的种植模式——像养花一样种菜，便是种菜的更高境界。

本书前半部分介绍盆栽蔬菜的基本知识，例如如何播种育苗，如何选取花盆、土壤，如何浇水施肥，后半部分则选取了近40例盆栽蔬菜，详细介绍它们选盆、修剪、造型、收获等方面的知识，让您在最短的时间，用最简单的方法把蔬菜种成美丽的盆栽。



目录

第一章

像养花一样种菜，您准备好了吗



一、原来蔬菜可以这样美·····	2
二、本书适合阅读人群·····	5
1. 初级种菜爱好者·····	5
2. 资深种菜爱好者·····	6
3. 爱好养花但屡养不活者·····	7
4. 资深养花者转战家庭种菜者·····	8
三、像养花一样种菜·····	8
1. 种菜与养花的区别·····	8
2. 像养花一样种菜的益处·····	9
3. 种菜与养花的完美结合——盆栽蔬菜·····	10
四、小结：一起来“乐活”·····	12

第二章

种植盆栽蔬菜前，这些东西不可少



一、蔬菜的立“根”之本——培养土·····	14
1. 什么叫培养土·····	14
2. 培养土的原料有哪些·····	14

3.不同用途的土，配制方法也不同	15
4.培养土也要更新	16
二、蔬菜的“食物”——肥料	16
1.什么是有机肥料	16
2.常见的有机肥料	17
3.施肥的原则	18
4.施肥的方法	19
5.家庭自制三类有机肥	20
6.购买有机肥	21
三、盆栽蔬菜的“房子”——各式容器	21
1.盆栽容器的主要类型	21
2.个性化花盆	23
3.这些问题要考虑	23
4.这些问题要注意	24
四、必备的种植工具	25



第三章

这些技巧您一定要知道



一、选对品种才更美	27
1.千姿百态叶菜类	27
2.五彩缤纷果实类	27
3.婀娜多姿观花类	28
二、花盆种菜就这么几步	29
1.播种	29

2. 育苗	31
3. 移栽（上盆）	33
三、掌握造型方法，为美丽加分	34
1. 色彩法	34
2. 悬（垂）挂法	35
3. 搭架法	35
4. 修剪（整枝）法	37
5. 套种	39
6. 人工授粉	40
7. 运用装饰物品	40
四、如何让蔬菜长得更漂亮	41
1. 水灵灵的蔬菜更可爱	41
2. 适宜的温度也很重要	42
3. 蔬菜“美容”小偏方	43
五、如何让您的蔬菜更健康	43
1. 这些小病自己就能治	43
2. 害虫也没那么可怕	44
3. 这些小诀窍，知道一些会更好	45

第四章

欣欣向荣篇——叶类菜也有春天

一、苋菜——五彩斑斓	47
二、空心菜——造型多变	50
三、薯叶——绕蔓垂绿	54

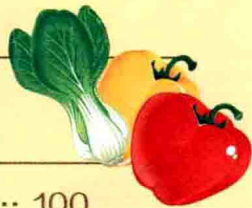


四、木耳菜——多肉精灵·····	57
五、菠菜——赤根绿叶·····	60
六、芹菜——碧绿可人·····	63
七、香菜——芳香佳品·····	66
八、小白菜——翡翠玉菜·····	69
九、蒜苗——积极向上·····	72
十、小葱——翠绿可爱·····	75
十一、韭菜——清香怡人·····	78
十二、生菜——翠嫩欲滴·····	81
十三、雪里蕻——春不老菜·····	83
十四、茼蒿——花美似菊·····	86
十五、塌棵菜——清新爽脆·····	89
十六、油麦菜——凤尾翻飞·····	92
十七、卷心菜——含“苞”待放·····	95

第五章

硕果累累篇——五彩宝石放光芒

一、黄瓜——果蔬两宜·····	100
二、苦瓜——清热高手·····	104
三、辣椒——鲜辣开胃·····	107
四、矮豇豆——双豆情深·····	110
五、四季豆——四季平安·····	113
六、扁豆——娇艳月牙·····	116
七、观赏椒——五彩珍珠·····	120



八、西葫芦——美洲南瓜·····	123
九、番茄——爱情宝石·····	126
十、茄子——紫色皇后·····	129
十一、樱桃萝卜——小巧玲珑·····	132



第六章

花儿朵朵篇——幸福像花儿一样



一、紫罗勒——花叶精灵·····	136
二、凉薯——脆嫩多汁·····	138
三、菜心——绿叶黄花·····	141
四、红菜薹——红色妖姬·····	144
五、豌豆——姿态优美·····	147
六、生姜——谦谦君子·····	150
七、芋头——片片翠玉·····	154
八、西兰花——幸福美满·····	157



后记

爱上种菜的日子

160

第一章



像养花一样种菜，
您准备好了吗



一、原来蔬菜可以这样美

现代社会，种菜早就不是农民伯伯的“专利”了。越来越多的朋友把种菜作为了日常生活的调剂和最重要的一项业余爱好，越来越多的朋友体会到家庭种菜带来的快乐、健康和成就感。生活在大都市的朋友们，甚至比一般人更热爱蔬菜所带来的绿色和生机。家庭种菜正在掀起一股全民热潮，成为时下最IN、最时尚的休闲娱乐方式。

不要认为养花是阳春白雪，种菜就是下里巴人；也不要认为家庭种菜就一定要搞得泥水横流、臭气熏天、蚊虫乱舞。其实，只要您花一点点小心思，就能把蔬菜种得像盆栽花卉一样美！

什么？您不信！不要紧，咱们有图为证！

猜猜看，下列分别是什么植物？（答案请在本章结尾找）

① 牵牛花 OR 空心菜花？



② 蝴蝶兰 OR 扁豆花？



③ 菊花 OR 茼蒿花?



④ 滴水观音 OR 芋头?



⑤ 绿萝 OR 薯叶?



⑥ 水仙 OR 蒜苗?





还有这些果实，当它们挂满枝头，将给居家环境带来多么红红火火的景象！

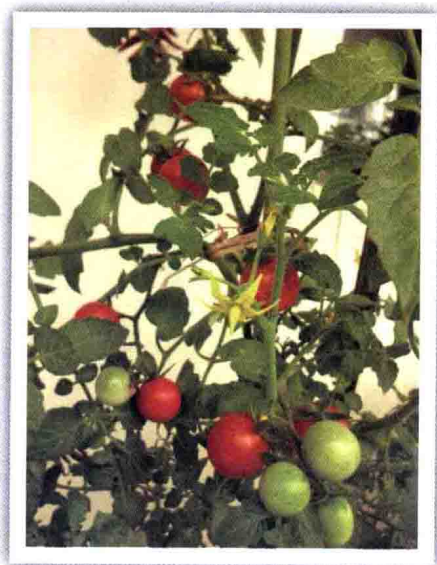
① 五彩椒



② 非洲红茄



③ 樱桃番茄



怎么样？看得还不过瘾？不要急，接着往下看，后面的内容更有趣。

二、本书适合阅读人群

请根据描述对号入座，以便您能更好地阅读和使用本书。

1. 初级种菜爱好者

特征描述 无侍弄任何植物的经验，就连宠物都很少养，因为偶然机缘喜欢上种菜，并且想尝试在家种植。看过一些相关书籍或泡过几天种菜论坛，热情有余而信心不足。

Q 我从来没有种菜经验，也能把蔬菜种得这么好吗？

A 经验不足没关系，每个“大虾”也都是从“菜鸟”成长起来的。而且，把蔬菜种得好，种得美，虽然和技巧经验有一定关系，但是更重要的是用心。本书深入浅出地讲述方法，只要您跟着本书的步骤，一步步来，就一定会成功种出美丽的蔬菜。





2. 资深种菜爱好者

特征描述 至少有过一年或一季的种菜经验，种植成功的蔬菜品种超过5个，论坛、QQ群、微博内容50%以上都与种菜相关，甚至达到如痴如醉的地步，三更半夜爬起来抓虫子，暴雨前请假回家把蔬菜搬进屋子的事件屡见不鲜。已经不满足于种出点菜就行，而是向往更高的层次——种出美感，种出精神境界。

Q 种菜已经难不倒我，但盆栽蔬菜会不会只中看，不中吃呢？种起来会不会很麻烦？

A 这个问题本书已经帮您考虑到了，盆栽蔬菜的种植过程其实与您之前的种植方法是差不多的，仅仅只需要在容器的选择方面稍加注意，并在定植的时候进行简单的造型就可以了。书中所讲述的方法，就像日常的田间管理那样简单好用，一点也不会让您觉得麻烦，反而会让您觉得很有趣呢！只要您做了，蔬菜一定会为您展现出最美的姿态。至于盆栽蔬菜的产量，只要水肥适当，多加管理，它们就是您家餐桌上当之无愧的主力军！



3. 爱好养花但屡养不活者

特征描述 喜欢美丽的鲜花，数次购买盆栽花卉，但始终逃脱不了“第一年养花，第二年养土”的命运。家中空花盆堆积如山，各类种花的工具、书籍束之高阁，留之无用，弃之可惜。

Q 我养什么死什么，如果我来种菜，会不会成为“蔬菜杀手”？

A 朋友，请不要为之前养花的失败经历沮丧和懊恼。花卉，尤其是一些名贵稀有花卉，都是比较娇弱的，需要具备很强的专业水平才能养好，再加上现在市场上所售的花卉多产自南方或温室，在家庭环境下很容易“水土不服”而凋亡。

蔬菜就不一样了，如果说花卉是弱不禁风的林妹妹，那蔬菜就是身强体健的葫芦娃，它们的生命力顽强，只要给点基本的肥水和阳光，它们就能茁壮成长。如果您选择种植盆栽蔬菜，家里那些美丽的花盆和种植工具，直接就可以拿来使用，不是物尽其用了吗？





4. 资深养花者转战家庭种菜者

特征描述 养花多年，品种繁多，经验老到。因为受到全民种菜热的鼓舞，也打算用养花的一技之长来种菜，热情经验皆有，可谓天时地利人和。

Q 俗话说：“隔行如隔山”，我养花的经验可以应用到种菜上面来吗？

A 养花和种菜有许多相通的地方，您的养花经验是非常难得的宝贵财富，在今后的种菜过程中，大部分都是通用的。但是花卉是以观赏为主，盆栽蔬菜最终的目的却是食用，因此，食用的口感和安全性是非常重要的问题。后面的章节，我们会有专门篇幅讨论如何种出无化肥、无农药、无激素的“三无蔬菜”。



三、像养花一样种菜

1. 种菜与养花的区别

◆ 花卉品种繁多，习性养法各不相同，常见蔬菜品种只有几十个，而且同类型的蔬菜种