



私家菜园

SIJIA CAIYUAN

100%
NATURE

阿涅斯·纪尧曼 著

- 1 选择你的菜园计划
- 2 备齐种植的蔬菜秧以及所需要的工具和材料
- 3 一步步地遵循每个阶段的操作

➤ 100% 纯天然建议



湖北科学技术出版社



私家菜园

阿涅斯·纪尧曼 著 蔡得誉 译

米歇尔·罗贝 插图

湖北科学技术出版社



责任编辑—唐 洁 朱晓娟 李佳妮

书籍装帧—戴 旻

督 印—刘春尧

100% nature / Potager © 2011, HACHETTE LIVRE
(Hachette Pratique).

Author of the text : Agnes Guillaumin

本书中文简体版由湖北科学技术出版社独家出版发行。
未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

图书在版编目

私家菜园 / (法) 阿涅斯著; 蔡得誉译.

— 武汉: 湖北科学技术出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5352-6071-0

I. ①私… II. ①阿… ②蔡… III. ①蔬菜园艺

IV. ①S63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 153611 号

出版发行: 湖北科学技术出版社有限公司

www.hbstp.com.cn

地 址: 武汉市雄楚大街 268 号出版文化城 B 座 13~14 层

电 话: (027) 87679468

邮 编: 430070

印 刷: 中华商务联合印刷(广东)有限公司

邮 编: 518111

版 次: 2013 年 9 月第 1 版

印 次: 2013 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 29.80 元

本书如有印装质量问题可找承印厂更换



私家菜园

阿涅斯·纪尧曼 著 蔡得誉 译

米歇尔·罗贝 插图

湖北科学技术出版社



打造我的菜园

不管你是住在城市中,还是乡村里;住在别墅里,还是公寓楼里,你都有可能种植香草和蔬菜,根据你的实际环境条件,选择自己心里所向往的那种菜园。

土地的选择

面积

种植面积首先取决于你所拥有的自由支配的时间,维护一座面积 200 平方米菜园的良好状态,意味着从春天到秋天,每周好多个小时的园艺劳动。最常犯的错误是胃口太大,随后因为除杂草、中耕等劳动,开始感到力不从心,而在收获季节时,便觉得招架不住了。因此,你最好从少量开始种植。以后再根据自己的实际能力,逐年地增加。至于自己菜园的主题和名字,香草园、夏日菜圃还是家庭大菜园等,各种细微的差别都是可以的。

位置

大多数人会把菜园的位置选择离厨房最近的地方。设想,在自家的菜园子里兜上一圈,临时做成“一顿便饭”,这是何等的乐趣!不管哪个季节,或者家里来了多少客人,一根韭葱、几个土豆做一盆汤,几片生菜叶,一把酸模,再用细香葱摊张鸡蛋饼,一顿饭就可以上桌了!

当你看到生菜类、韭葱和红皮白萝卜迅速往上蹿长(因为没时间照料而徒长),心里有多么恼火!

租地种植是良策

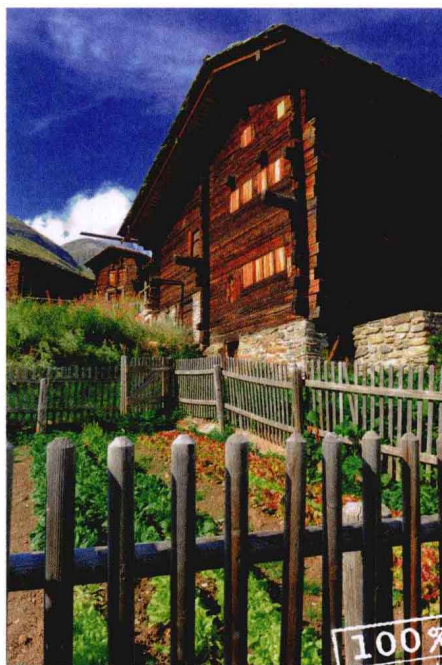
租块土地种植是一个值得考虑的办法,现在这种做法越来越盛行,家庭菜园协会的种菜工作供不应求。等候名单很长,但是你自己试验一下并不需要付费。还有一个办法,你给城市楼宇物业付一点儿租金和保险费,获取一块上面也许有些果树和蔬菜的土地。这就全凭你的说服能力了。在你家外面的一个菜园子,能够变成一个度假胜地,一个朋友们一起聚会的地方,一个安全岛,一个安静的避风港!

环境

不管是一块平坦的土地,或者是一个坡地,都应当避免紧靠着树丛和篱笆。树篱只有处在足够的距离以外,它才能成为一道风屏。当你的土地离开树木太近的时候,树根和树产生的阴影会妨碍蔬菜的生长,如果你完全无法回避,首先考虑使篱笆位于北面的位置,再把自己的菜园建立在它的南面。最后你应注意避免把菜园建在谷地深处。那儿容易遭受霜冻,另外,也要避开潮湿的区域,更不能把菜园建立在可能会被洪水淹没的地方。

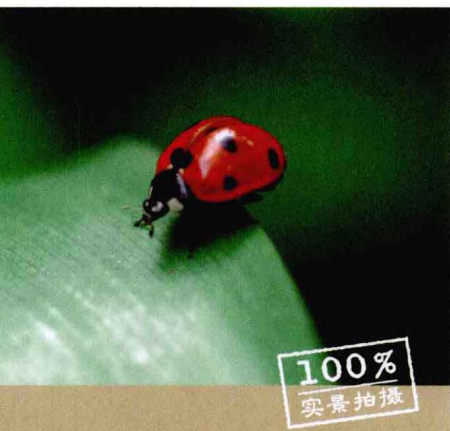
大型菜园

理想的菜园往往直接来源于我们的梦境,或者来源于我们童年时代的记忆。在童年时代,我们的长假期就是在叔伯或者爷爷奶奶家的花园里面度过,当大人们坐在树荫底下的时候,孩子们喜欢奔到小径里去探索,从一处树木较少的地方奔到另一处。那里有古老的玫瑰,各种各样的本地水果、蔬菜、草药以及花丛。那里常常有花园装饰。



在坡地上的种植

你当然希望挑选一块平坦的,而不是高低不平的土地,或者更加理想,一块朝向好的坡地(朝南或者东南方向)。这是自古以来就被证实的好位置。它具有许许多多的好处。不仅仅你的植物能够获得早熟,而且土地被水淹和淤泥的风险会减少,况且当你从下往上劳动时,更显得轻松,因为地面离你似乎不那么低!小心翼翼地沿着坡地的走向,垂直地栽种蔬菜(即沿着曲线的水平面)以避免雨水冲刷的风险。



一个“生态”菜园

生态种植是借用多种办法的一种栽植,首先,这种方法有益于土壤里的生命(蚯蚓、微生物等)。土壤永远不被裸露,防止水分的蒸发。也不使它被雨水淋蚀,使用有机的方式栽种,不使用化学药剂,防止破坏物体之间的自然平衡,使用化学制剂最坏结果之一是盲目地破坏了大量的物种,用自然方法种植的菜园里,通过使用花园和厨房废弃物堆肥的再循环,土壤的肥力得到了恢复。因为使用正确的浇灌方法,在土地上覆盖草褥,水资源没有被浪费。生态园艺的园丁们挑选的种籽抵抗能力强,并能适应当地的土壤和气候。最后,应当优先考虑挑选有益鸟类或者昆虫类的天然盟军的植物品种。

传统型菜园

这种让园丁们感到自豪的、产量丰硕的菜园子在乡村里非常流行,土地一点儿都没有被浪费。土壤经过非常细心的翻耕,而且还除过草。耕作的结果使得蔬菜有机会展示无可挑剔的、笔直的排列,菜农们则在土地上显示了他们的聪明才智和丰富的想象力。他们让蔬菜尽快成熟,哪怕是那些布满隧道的石板、瓶子和各式各样的附属设备以及非常有效果的稻草人,全部都被菜农们用来保护他们的蔬菜植物。首批上市的时鲜土豆和甜瓜,或者最大的笋瓜全部产于此地。从春季到秋季,这里的土地盛产各式各样的蔬菜。即使在冬季里,野苣、甘蓝这类蔬菜,还有韭葱,也能够在这里生长。

目前流行的菜园

新一代的菜农有新的憧憬。他们不可能把自己所拥有的自由支配时间全部耗在菜园子里,要不然他们哪里还有时间去运动、玩电子游戏或者看电视呢?因为时间有限,他们理所当然地去购买现成的植物,或者选择耐力强且产量高的,并且只需要少量护养的那类植物,他们不可能在雨里、泥浆之中,或者寒冷的气温下劳动,他们一般只种植那种开始种植季节较晚的、容易栽种的,以及产量丰盛的蔬菜植物。

装饰型蔬菜花园

第三大趋势是在菜园里出现了既实用且又美丽的装饰品。时兴的做法是利用鲜花、陶瓷制品以及只有装饰性的一些附件,最富创意的菜农甚至种植叶子呈片状,并有着丰富色彩的蔬菜品种:罗勒、甘蓝

菜和甜菜等。这些蔬菜或是富有装饰性,或是能够较好地抵抗寄生虫和疾病。

菜园的形状

在菜园子里,以排列的栽种方式,既能方便你接近蔬菜,又便利耕作和除草的工作。你可以把蔬菜栽种成板块的形状,或者梅花形状,也可以一行一行的有间距地栽种。每一棵蔬菜与别的蔬菜都有相等的距离。

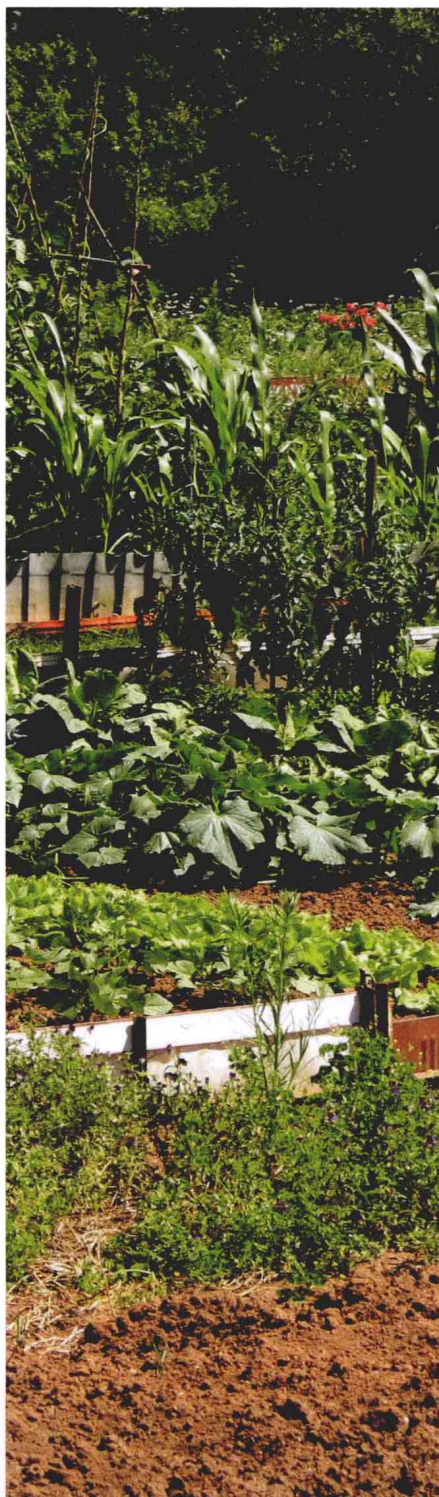
说到几何形状,如果是一个大方形的菜园子,最简单的办法是把它分割成四个小方块田。

选择工具和材料

好工具能出好园丁。因此你最好仔细地挑选工具,买一把好铲子,最好买那种适合你的身材和力气的钢铲。钢片越长,使用起来越费力气。除此之外,初学者的工具应当包括:一把钩子,或者一个爪形工具,一把中耕锄或一把二头锄,一个耙,一个移植用的小铲子……一把环保型的长柄叉,转轮爪形那种类型的工具,再有现在很流行的陈列各种园艺工具的盾形板。最讲究的园艺工具手柄上装配着一个肌力测量器。它不会断裂,摸上去手感很舒服。不锈钢的工具价格最贵,但是它既不会生锈,也不会粘手。

园艺用的基本附属用具

一把小折刀,一把尺寸正适合你手的整枝剪,可以别在腰带上或者放在袋里的那种。必不可少的椰绳线团。日常使用的工具还包括一个容量 10 升的



使用转动的爪形工具

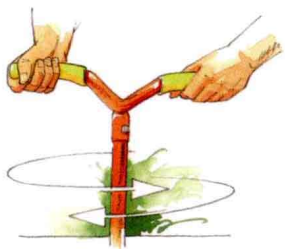
开始使用时,你可能会不知所措,使用转动的爪形工具能够轻易地打碎表层的土壤,不用翻土劳动,就能够让土壤透气。

①把爪形工具放在土壤上,用脚轻轻地踏上去,让它插入土壤中。

②借助手柄,做旋转的动作。如果动作过猛,把爪子轻轻地从土壤里拔出,然后再把它放在稍离开点儿的地方重新来一次。在宽度较窄的地方,你要按着直线方向劳动,或者按照板块方式进行土地耕作。



①



②

喷水壶,一根引水管以及水管末端的塞子。你可以购买或者自己制作墨线,原料用一根绳索,两个榕树小木桩,或者削尖的刺槐木,几个尺寸不同的螺旋形苗木支架。可以是竹制的,刺槐木的或者金属的支架。如果你的菜园面积超过 30 平方米,一辆手推车是必不可少的。挑选结实的、轻便的、防水的并且转轮上面有外胎的那种手推车。

选择机械化设备

投资一个大型的设备时,你必须深思熟虑,刚开始的时候,如果需要,可以租借一个手扶机动犁,或者一个机动中耕犁。对于一位现代的、用自然耕作方法的园丁,最理想的投资是购买一台粉碎机,它能使你减少绿色垃圾。你可以把粉碎物撒播在种植物之间,或者用来做堆肥。

气象盒:一个不能缺少的辅助设备

气象盒已经成为不能缺少的附属设备,选择能够显示室内外的温度、月亮的和月相的那种模式,还需要配一个雨量计。这样你的气象设备就完整了。要是没有的话,至少设法弄到一个气压计和一个能显示最高温度和最低温度的温度计,它能告诉你夜间的精确温度,把探测器或者温度计安装在室外的能避风雨的地方。

园丁的工具棚

在你的菜园子附近建立一个庇护所。在那里你可以存放日常使用的所有劳动工具,日常维护和浇水等工具,还有农田的产品以及大型器材。你可以用回收的木板自己搭建一个棚子。但是最快的办法还是买一个配套组装的木屋。你可以在平坦的水

泥地或者木板地上搭建。有各种尺寸和价格的产品,4厘米厚的木板集合式木屋质量最佳。有时候你必须向共有产权人通报,如果面积超过20平方米,则必须获得市政府的批准。

选择种子

为了帮助业余的园丁们,在正式的,包括几百种蔬菜种子的目录里,现在又增加了从前使用过的品种目录。你所购买的种子都已经经过对品种和发芽期的精确检验。根据个人兴趣,依据自己所在的区域,选择你需要的种子,把传统品种和最新品种的种子混合在一起使用。

传统品种、老品种和新品种

检查一下种子包装袋上的有效日期,有些种子的有效期限短(如洋葱、韭菜等),把你的种子储藏在干燥、避阳光的地方。在传统的和老品种里,你会发现经过改良的种子最实惠。新的品种层出不穷,尤其在菜农们种植最多的蔬菜类里(如茼蒿、红皮白萝卜、胡萝卜、甜瓜、卷心菜等)。最新品种的种子价格最贵。它们是根据不同的标准被挑选出来的:抗病力更强、产量更高或者收割与冷藏更加容易。

优秀的F1种子

各类种子显示通过使用“超级父母”杂交而获得的F1是一种“超级种子”。用F1杂交一代种子播种的蔬菜长势很均匀,而且产量更高,更加具有抵抗力。在许多种的蔬菜里,你会发现许多来源于用自然的方法种植的传统蔬菜种子里面,同时也含有F1的种子。事实上农业纯粹主义者和职业农民都希



设置一个堆肥箱

果皮废料和蔬菜垃圾几个月以后就可以变成肥沃土壤的堆肥,选择一个木质的,或者塑料的再生循环容器,一个好的堆肥箱不需要底槽。废料同土壤直接接触,这样有利于它们之间的融合。而且这样还方便使过多的雨水和液体的排出。时间间隔不要太长,要经常性地向里面添加各种废料。如果需要,可以往里浇点儿水(见图20页)。把它们混合以后再翻搅一两次。如果你有两个堆肥箱,那是最理想的,把蔬菜、果皮等废料、没有开花的草类植物、报纸、枯叶(不包括有病的)、草皮(不含除莠剂的)、树枝堆和碾碎的木头等混合在一起。堆肥的形成时间不一样,从几个星期直至几个月,这取决于气候季节以及垃圾的性质。



收获自己的种子

如果你希望自己收获种子,只能收集来源于常规蔬菜水果的种子。

来源于 F1 种子的蔬菜与水果,它们的后代品质混杂,因为它们的父母不一样。你可收集西红柿、西瓜(以及所有品种笋瓜)、莴苣菜和野苣的种子。收集时,把果肉、蔬菜的碎屑剔除干净。把种子放入小袋里,并且贴上标签。储藏干燥的地方,或者放在冰箱中更好。

望它们来源于“生态”种子。其实你完全可以使用普通的种子,而且不是生态种子,在自己的菜园里用生态和自然的方式进行种植。

种子贮藏

把种子放在小袋里是最常用的保持温度和湿度的方法,在播种时优先选择密封在小袋里的种子,每小袋分几次播种,使用种子带(译注:一种纸带式种子包袋,可直接埋入土中以便出芽时整齐划一。)能帮助你按行、按距离均匀地播种,对于使用瓦钵、瓦罐或者盘子撒播种子的人,使用种子毯会方便得多,种子带和种子毯方便用于播种,但是跟用种子袋一样,都要求你事先对土壤做好准备。

准备土壤

如果你在一块从未种植过的土地上开始栽种,首先应当把这块土地上的草木彻底清除干净。菜园需要光线,需要一块阳光没有受到遮挡的土地。把那些妨碍生长的根桩以及带来阴影的树木统统铲除干净,要是你在曾经种过树的地方种植,一条已经把树墩彻底挖除(或者至少路面呈曲线形)的小径是绝对不可缺少的。

除草

最迅速、彻底地清除原来生长在这块地里的杂草的办法是大量地喷施系列除草剂(Plyrhosak 类),等到草干枯以后再翻土。另外一个惯用的办法是翻土,用铁铲或手扶机动犁,在冬天还没有除草之前就翻土。种植后对土地进行中耕,冰冻作用会冻死部分杂草。另一个更天然的方法是利用太阳暴晒除草(见图 9 页)。

中耕

菜园子的种植包括秋天最后一次收割以后的耕地劳动。霜冻自然地把土壤冻成了碎块。在春季播种和栽植以前进行中耕,在蔬菜的种植期间,经常地对土壤进行抓耕和中耕,可以清除杂草并且让土壤透气。

在草褥上的种植

另外有一种永远不需要翻耕土地的种植方法。它唯一使用的工具是让土壤透气,但是不需要翻土的工具(转轮爪形工具,细绳缆或者生态长柄叉。)。其思路是重现自然界里发生的情形,让蚯蚓在土壤里不断地爬行。在土壤上面覆盖一层厚厚的草褥、堆肥和植被。土壤会不断地变得肥沃,莠草会被窒息,或者能很容易地用手把它们拔除。

让土壤变得更肥沃

理想的土壤能够同时保持空气、水分和养料,除非是一个已经耕种了很长时间的菜园子。新的菜园子里,土壤通常都很贫瘠,不容易翻耕,而且还充斥了各种填料。在很多园艺用品商店里,有很简单的测试方法,分析你的土壤。

在土壤里施堆肥或者覆盖草褥,能够改善土壤的结构。或者用间接肥料,或普通肥料,首先培育腐殖土,以后每年收割完后,再重新培养腐殖土,每平方米投放量,因为不同的肥料而有区别。一般的堆肥需要几十升,而蚯蚓堆肥只需要一小把。肥料的含量越丰富,它的需要量则越少。改良土质,提高肥力,使用最多的产品堆肥和各种有机肥料(厩肥、蚯蚓堆肥等)。



用太阳能除草

在需要清除的植物表面,覆盖一张透明的、不透水的塑料篷布(可以回收的那种),不用除草剂,可以除掉整片的植被。注意在覆盖篷布以前,土壤需要有足够的湿度,用石块或者土壤压在篷布的周围,以保证效果。土壤的温度会升高得很快,与此同时杀死了有害的杂草。在夏天的时候,把篷布保留四至六星期,可以获得非常好的效果,用一块不透气的遮布,也可以取得同样的效果,但是需要的时间长得多(至少三个月)。



迷你菜园

在城市里，小菜园必然流行，如果你浏览一下地产商的价格表，就会发现城市的土地面积很少，现在几乎一半的菜园面积都小于 500 平方米。然而人们完全可以在一块面积为 30~40 平方米的土地上栽种一些蔬菜植物，当然其产量不够整年地填满你的地窖或者冰箱。但是，你若是学会了一点小窍门，它们可以让你家的菜单每个季节都可以变花样。各种各样的生菜，生脆的红皮白萝卜，各种各样的蔬菜汤，非常新鲜的西红柿，质量可以代替数量。

令人愉悦的菜园子

如果你是位初学者，一个小菜园很适合你。它可以让你获得经验，让你测试自己的能力，为来年的种植调整面积。菜园面积小意味着栽种的蔬菜数量少。因此花在翻土、除草和整治菜园子的时间也少。如果把这样一个小菜园管理得非常好，即使在最繁忙的季节，也只不过需要每个星期花几个小时的劳动，而且不管怎么说，园艺首先应当是一种乐趣……

无法比拟的一种滋味

因为你选择品味自己亲手栽种出来的新鲜蔬菜，它们给你的视觉神经一种极大的幸福感。你难道不熟悉那些美味的小豌豆、鲜嫩的菜豆类、清脆的胡萝卜、新鲜的土豆、成熟的西红柿和格外新鲜的红皮白萝卜吗？收获自己种出来的蔬菜有一种特殊的滋味，一种无法比拟的新鲜感。更何况还有一种无法估量的“自己栽种的”感受。它们跟你平常从商贩那里买回来的蔬菜根本不是一码事！

材料清单

- ∴ 墨线
- ∴ 喷水壶、引水管、瓦钵
- ∴ 挖穴小手铲、移植用小手铲、整枝剪
- ∴ 铁铲(锹)
- ∴ 爪形工具
- ∴ 中耕锄
- ∴ 二头锄
- ∴ 草耙
- ∴ 四季豆支架支柱(2米的和1米的)
- ∴ 7个螺旋形西红柿支架
- ∴ 促成栽培罩
- ∴ 防鸟网
- ∴ 一大袋浓缩有机间接肥料
- ∴ 波尔多液(译注),木贼渣水

这个迷你菜园的面积是8米×5米,它没有包括小径,菜园具有12行,每行长度5米的蔬菜,行距一般为60厘米,也可以根据不同的蔬菜种类进行调整。第一年确定种植计划,并在工作日记里,记下不同植物的名字和它们的位置。这样你可以记录注意事项,以及评语。

译注:波尔多液 波尔多液是一种非常古老也非常有效的杀菌剂。名字的由来是因为波尔多地区的葡萄某年被病毒所感染,后来发现了波尔多液的配制方法,消除了病毒,它的主要配制原料为硫酸铜、生石灰及水:它是果树上应用最多的保护性杀菌剂。

植物清单

种子类

- ① 冬季胡萝卜(1小袋)
- ② 攀缘豆角(1小袋)
- ③ 冬季莴苣菜(1小袋)
- ④ 春季莴苣菜(1小袋)
- ⑤ 野苣(1小袋)
- ⑥ 生菜组合(各种生菜混合的包装1小袋(译注))
- ⑦ 有色洋葱(1小袋)
- ⑧ 豌豆(1小袋)
- ⑨ 红皮白萝卜(1小袋)
- ⑩ 韭葱(1小袋或者10棵苗)

绿肥

- ⑪ 小蚕豆、三叶苜蓿、黑麦

土豆

- ⑫ 早熟类土豆(25棵)
- ⑬ 储藏类土豆(25棵)

各种菜秧

- ⑭ 圆白菜(8种)
- ⑮ 布鲁塞尔卷心菜(抱子甘蓝/球芽甘蓝,8棵)
- ⑯ 西红柿(10棵)
- ⑰ 韭葱(30~50棵)
- ⑱ 茄子(3棵)
- ⑲ 甜椒(3棵)
- ⑳ 芹菜(3棵)
- ㉑ 长形笋瓜(2棵)
- ㉒ 大南瓜(1棵)
- ㉓ 小南瓜(1棵)

香草种苗

- ㉔ 香芹(1棵或1袋种子)
- ㉕ 葱(1棵)
- ㉖ 细香葱(1棵)
- ㉗ 百里香(1棵)
- ㉘ 龙蒿(1棵)
- ㉙ 酸模(1棵)

译注:莴苣生菜 在法国,“生菜”是最常见的叶菜了,它们也被称作沙拉菜用来凉拌。常见的生菜有莴苣类生菜:Batavia, Feuillade chène, Laitue, Romaine, Iceberg。菊苣类生菜有 Frisee, Scarole, Treviso 等。

5 米

②④

②⑤

②⑥

②⑦

②⑧

②⑨



④然后②然后①

⑫然后③

⑭然后⑤

⑧然后⑮

⑨然后⑯然后⑪

⑰然后⑥

⑬然后①

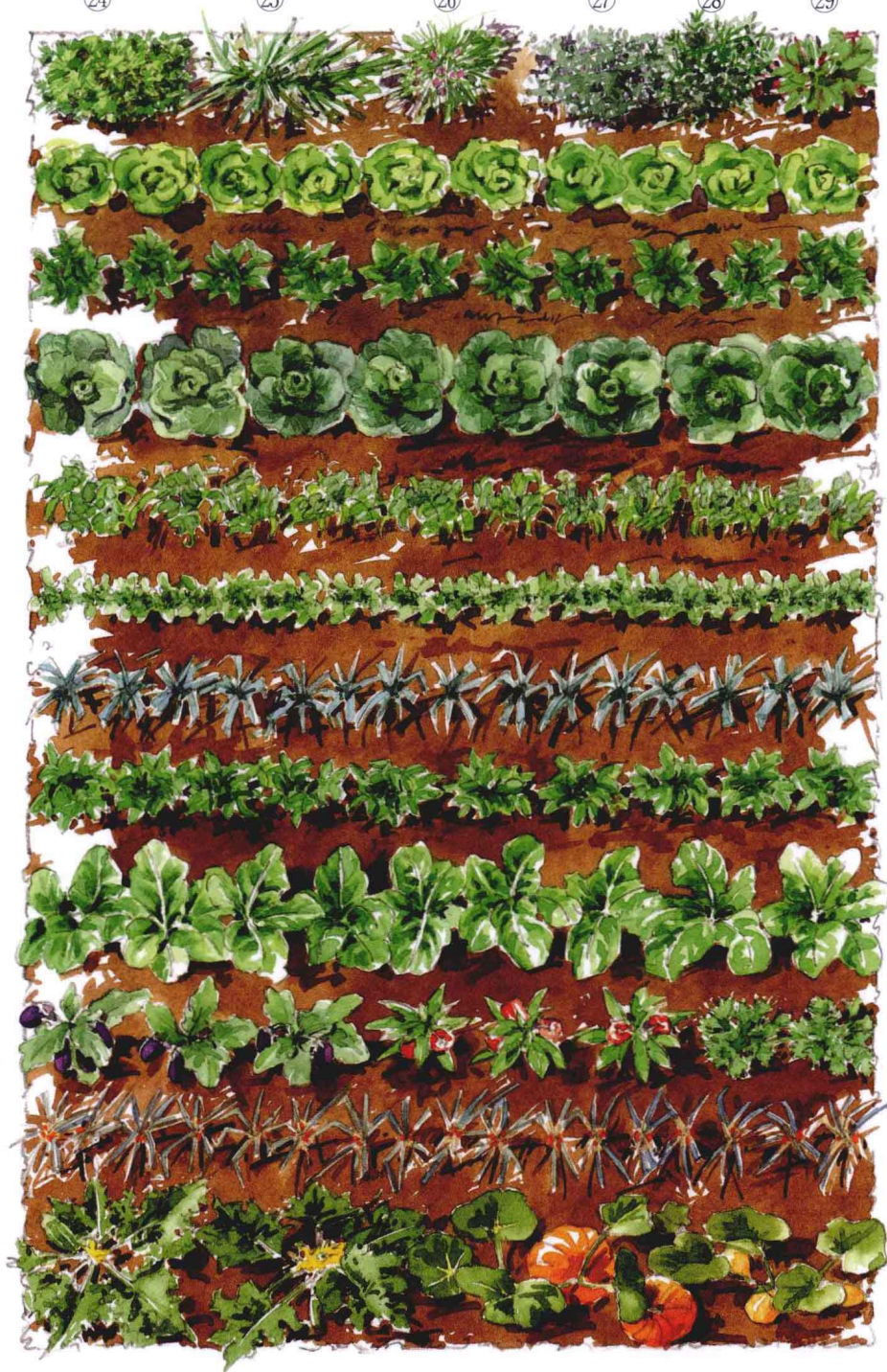
⑩

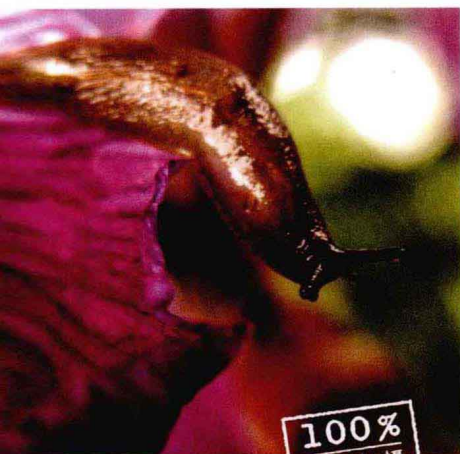
⑮ ⑮ ⑮

⑦然后③

⑳ ㉑ ㉒

8 米





与鼻涕虫作战

鼻涕虫和蜗牛会摧毁你的菜秧和农作物,它们夜间活动,其破坏力在次日早晨清楚可见,很少有蔬菜不受其害,使用抗鼻涕虫小丸剂有效果。现在有售生态农业用的小丸剂,它的基本原料是硫酸铁,对人类和动物的危险性比较小,你可以自己动手制作或者购买用啤酒制作的诱饵,把这些诱饵埋入土壤里,保持用土壤同样的水平面,这样诱饵对鼻涕虫有着无法抗拒的吸引力。你只需要在每天早晨收集你的战利品。同时,你要知道中耕过的、高低不平的土壤表面,还有干燥的土壤对鼻涕虫的生长非常不利。

准备工作

利用有些蔬菜早熟的特点,你可以在自己的迷你菜园里,实现一年内两次的种植。

位置

如果条件允许,避免正北面的位置,南向或者西南向是理想的朝向,如果环境条件不可能,你只能适应环境。选择可以种植的蔬菜品种,如果你的地块属于共有业主,可先去咨询一下有关规定,有些业主规范禁止在楼正面有菜园。与此同时,你还需要考虑到树丛和篱笆的位置。

形状

如果菜园很小,那么选择一个简单的形状,长方形就很合适,从菜园的哪一边都能进入,每个边都是土地的边缘。在厨房附近,离菜园子不远的的一个遮掩处,是存放你的园艺工具最合适的地方。

选择栽种的蔬菜

种植面积越是有限,就越需要一个最佳的种植计划。可以挑选那些生长得很快且又不会占据很多面积的蔬菜种植。避免种植多年生植物,也不要种植像朝鲜蓟、芦笋这种呈铺展型的、占用很多土地面积的、而且生命力很强盛的蔬菜。

省地的蔬菜种类

为了节省土地面积,最好挑选占地面积少的蔬菜品种,如笋瓜、大南瓜和韭葱。可以挑选攀缘类的蔬