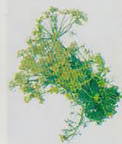
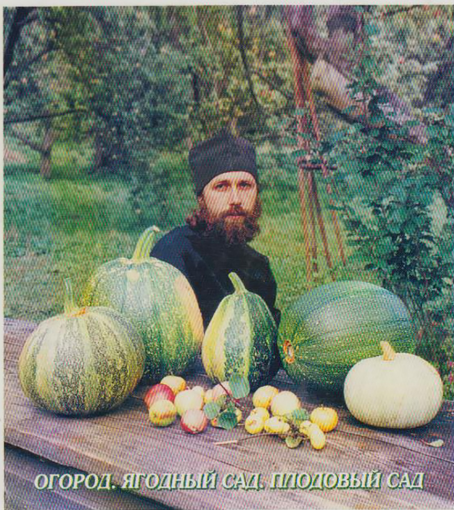




# ПРАКТИЧЕСКАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

ПРАВОСЛАВНОГО САДОВОДА И ОГОРОДНИКА



**Валентина Ильинична Майорова  
Екатерина Васильевна Володина  
Татьяна Борисовна Фурса**

**Практическая энциклопедия  
православного  
садовода и огородника**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=42576087](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42576087)*

*Практическая энциклопедия. Православного садовода и огородника /  
Т.Б. Фурса, Е.В. Володина, В.И. Майорова: Сатисъ; Санкт-Петербург;  
2004*

*ISBN 978-5-7373-0059-5*

### **Аннотация**

Новая энциклопедия, адресованная садоводам, огородникам – всем, кто трудится на земле, имеет не только практическое значение. Ее авторы – ученые, много лет трудившиеся во Всесоюзном НИИ растениеводства им Н.В. Вавилова. Энциклопедия, созданная ими, учит работать на земле, выращивать овощи, плоды, ягоды; она учит любить землю, радоваться чуду рождения и жизни цветов, деревьев, трав, учит видеть во всем – милость Божию и благословение Божие.

# Содержание

Предисловие	7
Часть первая	10
Глава 1	10
Мелиорация и планировка участка	10
Типы почв. Определение кислотности	11
Улучшение почвы. Органические и минеральные удобрения	13
Чередование культур. Предшественники	18
Сорта и гибриды. Их роль в повышении урожая	19
Рассадный способ выращивания овощей.	20
Использование пленки	
Глава 2	23
Белокочанная капуста	23
Капуста краснокочанная	28
Савойская капуста	29
Цветная капуста	30
Брокколи	32
Кольраби	34
Брюссельская капуста	36
Капуста пекинская и китайская	37
Глава 3	42
Огурец	42

Тыква	49
Кабачок	53
Патиссон	57
Арбуз	59
Дыня	65
Глава 4	68
Томат	68
Перец	74
Глава 5	82
Лук репчатый	82
Лук порей	87
Многолетние луки	91
Чеснок	95
Глава 6	101
Горох	101
Бобы	105
Фасоль	108
Глава 7	113
Морковь	113
Конец ознакомительного фрагмента.	116

**Татьяна Фурса,  
Екатерина Володина,  
Валентина Майорова**  
**Практическая  
энциклопедия.  
Православного  
садовода и огородника**

*«Земля дала плод свой, да благословит нас Бог,  
Бог наш»  
(Пс. 103, 14)*

*По благословению  
Митрополита Санкт-Петербургского и Ладозжского  
ВЛАДИМИРА*

*Татьяна Борисовна Фурса* – автор раздела «Огород»; ведущий научный сотрудник, доктор биологических наук, автор более 100 научных работ.

*Екатерина Васильевна Володина* – автор раздела «Ягодный сад»; старший научный сотрудник, кандидат биологиче-

ских наук, автор более 70 научных работ.

*Валентина Ильинична Майорова* – автор раздела «Плодовый сад»; старший научный сотрудник, кандидат биологических наук, автор более 50 научных работ.

© Т.Б. Фурса

© Е.В. Володина

© В.И. Майорова

© Издательство «Сатись», оригинал-макет, оформление,  
2004

# Предисловие

Возделывание садов, огородов, выращивание овощей, ягод известно на Руси с давних времен. Работу на земле Господь благословил как одно из главных послушаний человека. Плоды земледельческого труда не только всегда кормили людей, но и являли милость Божию. Из семечка, ростка, невидимой былинки произрастают чудесные ягоды, яблоки, груши, сливы; столь любимые на Руси капуста, редька и репа. Монастыри на Руси обеспечивали себя дарами земными на всю долгую зиму. Но ведь как ни трудись человек, а если Господь не пошлет живительного дождя земле, теплого солнышка всходам, не убережет поля и сады от засухи – все труды будут тщетны. Поэтому труд земледельца – от сева до уборки – сопровождала молитва ко Господу. Земледельческий календарь был тесно связан с календарем церковным, и Господь благословлял своих усердных тружеников и молитвенников изобилием плодов земных.

Удивительны истории монастырских садов и огородов на Руси. На Валааме – скалистом ладожском острове – произрастали не только «необходимые», «монашеские» овощи: картошка, капуста, репа – но и виноград, арбузы, дыни; смородина и крыжовник всевозможных сортов. Сами монахи пробовали их разве что во дни больших церковных праздников, но на столах паломников, гостей монастыря всегда кра-

совались дивные плоды Валаамских садов.

Это был воистину труд **во славу Божию**. И были в этом труде явлены и красота Божьего мира, и милосердие Божие, и христианская любовь к ближнему. Вырастить, отблагодарить Господа и – отдать то, что Господь благословил с избытком – вот идеал христианина-земледельца. А Валаамские яблоневые сады! Более ста сортов яблок выращивали монахи, не раз Валаамские сады удостаивались золотых медалей на Всероссийских выставках. В трудное время, в дни революционной смуты, когда прервалось сообщение с материком, Господь послал Валааму небывалый урожай яблок – их продали финнам в обмен на пшеницу (ее на Валааме никогда не выращивали, а привозили из Петербурга).

Пшеница была необходима для совершения проскомидии, и ни на один день, по милости Божией, не прекратились на Валааме церковные службы. В наши дни, когда восстанавливается Валаамский монастырь, возрождаются и знаменитые Валаамские сады. На обложке энциклопедии – современные фотографии, на них – плоды сегодняшних Валаамских садов и огородов.

Энциклопедия православного садовода состоит из трех частей: огород, ягодный сад, плодовый сад. Читатель найдет в книге сведения о том, как вырастить привычные для Северо-Запада овощи, ягоды и плоды; как их сохранить, как приготовить из них различные блюда, варенья, «соленья-сушенья». Авторы включили в книгу рассказ и о нетрадицион-



ных, перспективных растениях Северо-Запада. В завершающей части книги приведены молитвы, потому что во всяком деле мы должны обращаться за помощью ко Господу – Подателю всех благ.

Дай Бог, чтобы вернулось к нам настоящее отношение к земле и к труду на земле. Чтобы мы вновь научились не только получать хорошие урожаи, но и научились благодарить Господа, славить Его милость к нам, просить Его помощи. Чтобы мы вновь научились не только получать, но и отдавать, и делать все – во славу Божию.

*От редакции*

# **Часть первая**

## **Огород**

### **Глава 1**

## **Условия выращивания овощных культур в северо-западном регионе**

### **Мелиорация и планировка участка**

Под огороды и садовые участки выделяются, как правило, бросовые земли, которые требуют коренного улучшения. В нашей области почвы обычно тяжелые, насыщенные влагой или просто заболоченные. На некоторых участках из-за этого нельзя работать до середины мая.

Освоение участка надо начинать с его мелиорации, осушения. Для этого по периметру участка выкапывают узкую канавку глубиной на два штыка лопаты, желательно со стоком в большую канаву, идущую вдоль всех участков. Все бугры и углубления необходимо выровнять – это называется планировкой участка. Если остается непросыхающая впадина, то ее бесполезно засыпать землей. На этом месте

лучше выкопать небольшой прудик и посадить вокруг него растения, хорошо отсасывающие влагу. Из древесных это – елочки, облепиха; из травянистых – купальница, незабудки, ландыши. Такой прудик будет препятствовать чрезмерному скоплению влаги на участке и в то же время давать воду, необходимую для полива.

Овощи в наших условиях выращивают на грядах – гряды быстрее просыхают и прогреваются. Ширина гряды должна быть такой, чтобы ее было удобно обрабатывать. Обычно делают гряды шириной 80–90 см, а длина может быть произвольной. Перекопку гряд надо производить только осенью после уборки урожая. Весной лучше проводить лишь поверхностную обработку, чтобы не повредить полезную микрофлору, обитающую в верхних слоях почвы и обеспечивающую нормальный рост растений.

## **Типы почв. Определение кислотности**

Почвы в нашем регионе бывают следующих типов: песчаные, супесчаные, суглинистые, глинистые, торфяные и торфяно-болотные. Последние три типа встречаются чаще других. Как правило, все они имеют повышенную кислотность, определяемую величиной pH. Почвы с нейтральной реакцией, а тем более щелочные встречаются очень редко. Очень кислые почвы (pH 3–4) непригодны для выращивания овощей. Почвы с pH 4–5 требуют раскисления. Слабокислые

почвы (рН 5–6) вполне приемлемы, но тоже требуют некоторого улучшения.

Степень кислотности почвы можно определить по растениям, которые растут на ней. Их называют растения-индикаторы. Обитатели кислых почв – это трехцветная фиалка, дикий щавель, лютик ползучий, осока, дикая мята, подорожник, а также хвощ и мать-и-мачеха. Последние два вида характерны для глинистых кислых почв. На кислых торфяниках растут голубика, багульник, вереск, мох. Для слабокислой почвы обычны такие растения, как пырей, ромашка (не поповник!), клевер белый. На плодородной почве с реакцией, близкой к нейтральной (рН 6–7), растет крапива, лебеда, мокрица, пастушья сумка.

Для раскисления почвы обычно используют известь или доломитовую муку<sup>1</sup>, которые вносят в почву с осени под перекопку. Нормы внесения извести зависят от степени кислотности почвы от 100 г/м<sup>2</sup> на слабокислой почве, до 1 кг – на сильнокислой. Для раскисления почвы можно использовать древесную золу из печки или костра. На слабокислой почве достаточно пол-литровой банки на 1 м<sup>2</sup>. На небольших площадях можно использовать также яичную скорлупу, предварительно размельченную и прокаленную в духовке. Зола яичной скорлупы содержит до 30 % кальция, необ-

---

<sup>1</sup> Доломитовую муку можно вносить и весной, непосредственно перед посевом или высадкой рассады, особенно благотворно действует она на капусту и свеклу. Нормы внесения для почв разной кислотности указаны на упаковке.

ходимого растениям. Свежую неизмельченную скорлупу яиц вносить бесполезно – понадобится не менее 5 лет, чтобы она оказала ощелачивающее действие.

## **Улучшение почвы. Органические и минеральные удобрения**

Почва садовых участков, как правило, бедна питательными веществами, особенно, если это торфяники, и требует внесения удобрений. Известны удобрения двух типов – органические и минеральные. Среди первых наиболее популярен навоз. Он содержит все необходимые растениям вещества (в том числе и микроэлементы – цинк, бор, марганец, медь, кобальт, железо, магний) и значительно улучшает структуру почвы. Однако, использование навоза имеет и свои минусы. Он может быть засорен семенами сорняков и яйцами глистов, а также содержать соли тяжелых металлов, губительные для растений. Кроме того, навоз достаточно дорог. Наконец, свежий навоз можно использовать только под тыкву, кабачки и огурцы. Под остальные овощи надо вносить перепревший навоз, а его масса при перепревании уменьшается наполовину.

Ценным органическим удобрением является куриный помет, но его нельзя вносить в чистом виде, а необходимо разводить не менее, чем 1:20, иначе он может обжечь корни растений. Используют его обычно в виде летних подкормок.

Очень хорошим органическим удобрением является компост, который достаточно просто приготовить самим. Для получения компоста удобно сделать из досок два смежных ящика шириной 1 м, длиной 1,3 м и высотой 1 м. В один из этих ящиков в течение лета выбрасывают все пищевые отходы, сорняки, скошенную траву, выливают туда же ведро из туалета, пересыпают слоем земли (можно добавить немного суперфосфата). К осени ящик заполнится, к весне получается полуперегнившая масса, которую сверху присыпают землей, и высаживают в этот ящик несколько кабачков или тыкву. В течение лета растения обильно поливают, что способствует окончательному созреванию компоста, которого получается в общей сложности около 1000 кг за сезон. В течение лета заполняется отходами соседний ящик.

В компост можно добавлять не всякую траву. Нельзя складывать туда цветущий одуванчик – он созреет, даст семена, и на следующий год участок будет засорен этим сорняком. Также нельзя класть в компост корневища пырея – они не перегнивают. Ботву картошки и томатов после уборки следует сжигать – выброшенная в компост, она может засорить почву спорами фитофторы – болезни пасленовых культур, с которой очень трудно бороться. Также надо сжигать старые листья и усы земляники после обрезки – они непригодны для компоста.

Хороший перегной можно получить быстрым способом. Для этого берут большой полиэтиленовый мешок (лучше из

темной пленки), плотно набивают его травой, завязывают и помещают на место, хорошо прогреваемое солнцем, временами переворачивают. К осени получится полноценный перегной.

Для летних подкормок растений хорошим удобрением служит настой сброженных трав (сорняков). Бочку или большое ведро на 2/3 набивают травой (без земли!), заливают доверху водой и накрывают пленкой или крышкой. За одну-две недели (в зависимости от погоды) получается крепкий настой. Очень хорошо использовать для его получения листья одуванчика, крапивы, мокрицы (пырей сбраживается хуже). Для подкормки на ведро берут 1/3 этого настоя и 2/3 воды. Можно подкармливать полученным настоем все овощные культуры. Перебродившую зеленую массу не выбрасывают, а используют для подкормки кустов и плодовых деревьев. Перед подкормкой землю надо обязательно полить, а затем уже осторожно поливать настоем между растениями.

Одних органических удобрений недостаточно для получения полноценной овощной продукции. Надо обязательно вносить и минеральные удобрения. В отличие от органических, они не улучшают структуру почвы, но их можно более точно дозировать. Ошибаться лучше в сторону уменьшения дозы, так как избыток минеральных удобрений угнетает микрофлору почвы. К тому же на наших холодных почвах чрезмерные дозы минеральных удобрений приводят к накоплению нитратов и нитритов.

Дозы внесения минеральных удобрений зависят от типа почвы. На бедных торфяных почвах их вносят больше, на глинистых – меньше. Очень важно, чтобы в удобрении было оптимальное соотношение основных, необходимых растению элементов: азота (N), фосфора (P) и калия (K). К комплексным удобрениям относятся: нитрофоска (10–17 % N, 10–17 % P, 11–17 % K); аммофос – гранулированное удобрение (11–12 % N, 46–60 % P); нитроаммофоска – содержит по 15–18 % NPK в соотношении 1:1:1. В последнее время появилось комплексное универсальное удобрение КЕМИРА, в котором соотношение основных элементов оптимально сбалансировано, кроме того, оно содержит и микроэлементы (сера, железо, марганец, бор, медь, молибден, цинк, селен, кальций). Очень эффективно универсальное комплексное удобрение АУА, выпускаемое в виде голубых кристаллов. Оно содержит все необходимые растениям элементы питания и применяется в микродозах. Особенно эффективно при посадке луковичных культур – под каждую луковицу кладут 2–3 кристаллика удобрения. АУА улучшает микрофлору почвы и сохраняет свою эффективность до 3 лет.

На упаковках удобрений нормы внесения даны в граммах, но удобнее пользоваться мерами объема. Так один спичечный коробок содержит: мочевины – 15 г, двойного суперфосфата – 22 г, сернокислого калия – 25 г. Одна полная столовая ложка вмещает примерно 40 г комплексного минерального удобрения.



Минеральные удобрения используют в подкормках, причем поливать надо так, чтобы раствор не попадал на корни растений, желательно – между рядками.

Для улучшения почвы участка и создания необходимой структуры кроме удобрений можно использовать также растения-сидераты, относящиеся к семейству бобовых. Бобовые растения отличаются от всех прочих уникальной способностью. Они имеют на корнях клубеньки, представляющие колонии бактерий (азотобактер), способные фиксировать непосредственно атмосферный азот. Благодаря этой особенности бобовые культуры обогащают почву азотом, которым особенно бедны торфяники. В качестве сидератов можно использовать разные бобовые культуры (бобы черные и белые, фасоль, горох), но особенно эффективен люпин однолетний, образующий многочисленные клубеньки на своих корнях. Семена его (плоские белые или коричневые) похожи на семена чечевицы, но более крупные. Люпином засевают участок, который хотят улучшить. В августе, во время цветения люпина, растения срезают, измельчают и вместе с корнями закапывают в землю, которая на следующий год приобретает необходимую структуру и становится более плодородной. Однако следует иметь в виду, что семена люпина в наших условиях вызревают плохо, достигают необходимой степени зрелости только в конце сентября-октябре.

## **Чередование культур. Предшественники**

Выращивая овощи на участке, надо знать, что посев одной культуры на одном месте в течение 2–3 лет приносит большой вред. И не только потому, что растения, избирательно поглощая питательные вещества, истощают почву, но главным образом из-за того, что в почве накапливается инфекция. Например, если капуста заражена килой, и на будущий год ее высаживают на том же месте, то капуста обязательно поразится килой, а на этой грядке нельзя будет выращивать капустные растения (брюкву, репу, редис, редьку) в течение 4–5 лет. Если томаты, зараженные фитофторой, высадить на том же месте в следующем году, то они полностью погибнут от этой болезни. То же касается и картофеля. Поэтому в овощеводстве всегда строго соблюдается принцип чередования культур в посевах.

Многолетний опыт позволил выявить и лучших предшественников. Очень хорошим предшественником для всех культур служит чеснок, обеззараживающий почву. Немного уступает ему и лук. Как предшественник заслуживает внимания и морковь. Она подходит для всех культур, кроме растений семейства зонтичные или сельдерейные, к которым относятся сельдерей, петрушка, укроп, пастернак. Нежелательна она как предшественник и для тыквенных растений (огурцы, кабачок, патиссон, тыква). Бобы, горох, фасоль,

обогащающие почву азотом, особенно хороши как предшественники для овощей, выращиваемых на зелень (петрушка, укроп, салат и др.). Для лука и чеснока хорошими предшественниками являются свекла и капуста. Варианты чередования могут быть разные. Чтобы не забыть, какая культура была на той или иной грядке, лучше всего ежегодно составлять план участка, его «технологическую карту», которая позволит грамотно размещать разные овощи и получать хороший урожай.

## **Сорта и гибриды. Их роль в повышении урожая**

В повышении урожая любой сельскохозяйственной культуры большую роль играет сорт. Каждый огородник старается вырастить несколько сортов той или иной культуры, чтобы отобрать лучшие из них для дальнейшего возделывания. Не все сорта овощей, семена которых можно купить в магазине, подходят для наших условий. Так в продаже очень часто бывают южные сорта и гибриды огурца, томата, капусты и других культур, для которых в нашем регионе не хватает тепла, и они не могут реализовать свои возможности, давая низкий урожай и продукцию невысокого качества. Лучше всего приобретать и выращивать семена тех сортов, которые соответствуют нашим климатическим условиям — меньше будет разочарований.

В последние годы на смену сортам все больше приходят гибриды F1. Особенно это касается огурцов, томатов, кабачков, капусты. Известно, что первое поколение гибридов (обозначаемое значком F1) имеет более мощные растения и дает более высокий урожай, чем сорта, использованные в скрещивании. Это явление получило название гетерозис. Но эффект гетерозиса проявляется только в первом гибридном поколении, дальше он затухает. Второе гибридное поколение не бывает таким выровненным, как первое, так как здесь происходит расщепление и кроме гибридных растений появляются исходные формы. Поэтому гибридные семена можно использовать только для однократного выращивания. Собирать с них семена для выращивания в последующие годы нецелесообразно – такого урожая, как у гибридов F1, не будет. Приобретая семена, надо очень внимательно смотреть на пакет. Если на нем есть значок F1 – значит это гибрид одноразового использования.

## **Рассадный способ выращивания овощей. Использование пленки**

Ленинградская область находится в зоне рискованного земледелия, и природа ежегодно напоминает нам об этом. Вероятность весенних заморозков сохраняется до 10 июня, а осенью они возможны уже в третьей декаде августа. Благоприятное для роста растений время составляет менее трех

месяцев. Для холодоустойчивых растений этого срока вполне достаточно, но теплолюбивые культуры не успевают закончить вегетацию и дать урожай. Для них приходится использовать рассадный способ выращивания и защищенный грунт в виде пленочных укрытий, парников и теплиц. Это относится к таким культурам, как огурец, томат, перец, арбуз, дыня. Капуста, хотя и является культурой устойчивой к холоду, имеет длинный период вегетации и требует рассадного способа выращивания.

При выращивании рассады очень важную роль играет используемый грунт. Лучше всего готовить его самим и заранее. Земля для рассады, которая продается в магазине, не всегда бывает качественной. За основу рассадного грунта можно взять землю с участка, если она не глинистая и не тяжелая. В землю хорошо добавить опилки, примерно 1/3 объема, готовую кокосовую стружку, которая появилась в магазинах, — она хорошо набухает и разрыхляет грунт. Очень хорошо положить в землю высушенный спитой чай и кофе. Эти компоненты не только разрыхляют грунт, но и делают его более питательным. Если исходная земля достаточно кислая, то добавляют мел или растолченную яичную скорлупу. Можно добавить немного чистого торфа — для разрыхления. Грунт должен быть легким, рассыпчатым, иначе рассада будет расти плохо. В качестве горшков для рассады многие огородники пользуются тетрапакетами. В них хорошо выращивать рассаду перцев и томатов.

Если перец, томат, огурец и арбуз на рассаду можно выращивать в домашних условиях, то для капусты это не годится – в квартире слишком высокая температура и низкая влажность. Семена капусты лучше всего высевать прямо в парник-рассадник в конце или середине апреля. Если такой возможности нет, то можно посеять семена и в домашних условиях, а проростки в фазе первого настоящего листа высадить в парник-рассадник, где рассада будет находиться до высадки в открытый грунт.

Теплолюбивые культуры выращивают в парниках и теплицах, используя для этого различные виды пленок. В последнее время широкое распространение получили также укрывные материалы типа лутрасила и спанбонда. Они очень удобны для временного укрытия как защита от резкого понижения температуры в мае-июне. Эти укрывные материалы используются для многих овощных культур: лука, свеклы, моркови, петрушки и др.

## **Глава 2**

# **Капуста**

Капуста – двухлетнее растение, принадлежит к семейству капустные (крестоцветные), происходит из Средиземноморья, где до сих пор встречаются дикорастущие листовые формы. Она была известна еще в Киевской Руси, но широкое распространение в России получила лишь в XVII веке. Это основной овощ на нашем столе. А квашеная капуста и пироги с капустой по праву считаются русскими национальными блюдами. Капуста богата витаминами, особенно витамином С, улучшает работу кишечника. Капустный сок оказывает целебное действие при гастритах и язве желудка.

Это все относится к белокочанной капусте, но кроме нее существуют и другие виды: краснокочанная, савойская, цветная, брокколи, кольраби, брюссельская, пекинская, китайская.

### **Белокочанная капуста**

Белокочанная капуста (рис. 1) имеет очень много разновидностей, среди которых для огородников представляют интерес прежде всего скороспелые сорта, имеющие период вегетации 90-120 дней (от всходов до уборки). Кочаны созревают у них уже в августе.



*Рис. 1. Капуста белокочанная*

К этой группе относятся известные сорта: Скороспелая, Июньская, Номер первый Грибовский, Номер первый Полярный, а также новые отечественные гибриды F1 Казачок и Старт. Немного позднее названных созревают непревзойденный сорт Золотой Гектар и новый сорт Малахит.

Среди среднеспелых сортов, имеющих период вегетации 125–150 дней, заслуживают внимания: Слава грибовская 231, Слава 1305, Надежда, Белорусская, Лосиноостровская. Последний сорт устойчив к киле, наиболее опасной болезни капусты, и потому особенно ценен.

Из среднепоздних сортов с периодом вегетации 135–155 дней для наших условий подходят Подарок и Русиновка.



Они хороши для засолки. Наконец, есть целый ряд позднеспелых сортов с периодом от всходов до созревания 145–170 дней. Это Амагер 611, Харьковская зимняя, Московская поздняя 15, Зимовка 1474. Эти сорта пригодны как для квашения, так и для длительного хранения в свежем виде.

Капуста – растение влаголюбивое, особенно в период завязывания кочанов, а вот в рассадный период требует умеренного полива. Избыточная влажность в это время может стать причиной заболевания черной ножкой.

Капуста относится к холодоустойчивым растениям. Оптимальная температура в рассадный период для нее +12...+15 °С, а в период вегетации в открытом грунте +15...+18 °С. Требование относительно низкой температуры в рассадный период создает определенные трудности. Рассаду капусты трудно вырастить в домашних условиях – здесь для нее слишком тепло и сухо. Лучше всего сеять семена непосредственно в парник-рассадник в середине апреля. Сеют густо рядками, а при появлении первого настоящего листа прореживают, оставляя 3–4 см между растениями. Перед посевом семена подвергают гидротермическому протравливанию, для чего заливают их горячей водой (+5 °С) и выдерживают в таком режиме 20–25 мин. Такая обработка семян убивает возбудителей черной ножки и других болезней. После протравливания семена промывают холодной водой, подсушивают и сразу же сеют.

В рассадный период капуста требовательна к удобрению.

ям. При формировании 2-3-го настоящего листа проводят первую подкормку полным минеральным удобрением – азофоска, нитроаммофоска – из расчета 1 ст. ложка сухого удобрения на 10 л воды. Через 10 дней проводят вторую подкормку, в которой можно использовать навозную жижу (навоз, разведенный 1:10 и настоянный в течение недели) или подкормку азотными минеральными удобрениями, например мочевиной – 1 ст. ложка на 10 л воды. Подкармливать надо осторожно, поливая между рядками растений. Удобрение не должно попадать на корни.

В открытый грунт рассаду капусты высаживают в фазе 4–5 настоящих листьев, в возрасте 40–45 дней, обычно после 20 мая. Перед выборкой рассады почву в парнике надо хорошо полить, в заранее подготовленные лунки положить перегной и немного извести или доломитовой муки, растения выкопать с комом земли и посадить. Капуста отрицательно реагирует на повышенную кислотность почвы. Как профилактическое средство против килы можно положить в лунку листья сныти. Лунки перед посадкой надо хорошо полить. Сажают рассаду глубоко, до первых листьев, но так, чтобы точка роста не была засыпана землей. После посадки растения не поливают, но плотно обжимают у корней. Для того, чтобы рассада лучше прижилась, ее надо притенить. Можно прикрыть грядку лутрасилом или спанбондом. Если нет этих укрывающих материалов, можно использовать листья лопуха, ревеня или просто обложить капусту сухой травой.

Листья и трава создадут необходимое затенение и повышенную влажность около молодых растений. Когда рассада приживется, ее надо окучить. Этот прием очень важен для того, чтобы уберечь растения от капустной мухи, которая откладывает яички около корней.

Схема посадки для разных видов капусты и сортов, отличающихся по срокам созревания, разная. Скороспелые сорта высаживают по схеме  $40 \times 60$  см: 40 – между растениями, 60 – между рядами. Такую же густоту посадки дают и цветной капусте. Средне- и позднеспелые сорта высаживают по схеме  $40 \times 70$  см, а виды кольраби и брокколи чаще –  $30 \times 50$  см. Окучивают после посадки все виды капусты, кроме кольраби – ее стеблеплод должен быть выше поверхности земли.

Дальнейший уход за растениями заключается в поливах, подкормках, для которых хорошо использовать настой сброженных сорняков, разведенный куриный помет или навозную жижу. Растения капусты надо периодически рыхлить около стебля и опыливать листья золой – это профилактика против вредителей.

Капуста требовательна к свету, поэтому в затененных местах или при сильном загущении она образует маленький кочан или вообще его не завязывает. Во время завязывания кочана капуста требует обильного полива и подкормок, а перед уборкой ее лучше не поливать совсем.

Лучшими предшественниками для капусты являются лук, чеснок, бобовые. Возвращать капусту на прежнее место

можно не раньше, чем через четыре года.

## **Капуста краснокочанная**

По биологическим свойствам и агротехнике краснокочанная капуста (рис. 2) близка к белокочанной капусте. Она представлена позднеспелыми формами и формирует очень плотный кочан. Не зря один из самых известных сортов краснокочанной капусты назван Каменная головка.



*Рис. 2. Капуста краснокочанная*

Пользуются популярностью также сорта Михневская и Гако. Все они созревают поздно и к уборке готовы лишь в начале октября. Но хранятся долго – почти до весны. Употребляется краснокочанная капуста преимущественно в свежем виде для приготовления салатов.

### ***Салат из краснокочанной капусты.***

Капусту мелко нашинковать, подержать 1–2 мин. в кипящей воде, откинуть на сито, выложить в тарелку или миску, сбрызнуть уксусом или лимонной кислотой, перемешать – она приобретает красивый красный цвет. Заправить растительным маслом, добавить сахар, соль, если надо – еще уксус. Можно подавать к столу.

## **Савойская капуста**

Менее известна у нас капуста савойская (рис. 3), которая широко культивируется в Западной Европе, особенно во Франции (происходит из провинции Савойя). Это тоже кочанная капуста, но кочаны у нее рыхлые, а листья пузырчатые, как бы гофрированные. Она более влаголюбива, чем белокочанная капуста, и более устойчива к повреждению гусеницами капустной белянки. У нас выращивают сорта Венская ранняя и Юбилейная.



*Рис. 3. Капуста савойская*

Ценность савойской капусты – в высоком содержании железа и кальция. Используют ее преимущественно для приготовления салатов, но и щи из савойской капусты получаются вкусные. Салат готовят так же, как из белокочанной капусты. Можно сделать его более пикантным, добавив грецкие орехи, растертые с чесноком.

## **Цветная капуста**

Исключительно ценна по химическому составу цветная капуста (рис. 4), головка которой представляет собой соцветие недоразвитых цветочных бутонов. Она содержит витамины группы В, богата белковыми соединениями и микроэлементами. Отечественные сорта: МО ВИР-74, Гарантия, Ран-

ня Грибовская 1355. В последние годы получили распространение также сорта голландской селекции, отличающиеся выровненностью и урожайностью.



*Рис. 4. Капуста цветная*

Цветная капуста не всегда удается. В рассадный период ей нужно больше фосфорных и калийных удобрений, чем другим видам. Она менее устойчива к резким колебаниям температур, требует высокой влажности воздуха, головки образует в условиях небольшого затенения. В жаркое сухое лето может вообще не дать головок. При формировании головок ей необходимы микроэлементы, особенно бор и молибден (в это время полезно провести некорневую подкормку). Убирают цветную капусту выборочно – по мере созревания головок. Если упустить этот момент, то головка становится

рыхлой, начинает израстать, и ценность ее теряется.

## **Брокколи**

Близок к цветной капусте вид брокколи (рис. 5). Он становится все более популярным среди огородников благодаря своей неприхотливости.

К нам этот вид пришел из Западной Европы, где широко культивируется, особенно в Италии. Среди отечественных известны два сорта – Витаминная и Тонус.





*Рис. 5. Капуста брокколи*

Головка брокколи или спаржевой капусты, как ее еще называют, тоже представляет собой соцветие недоразвитых цветочных бутонов. Она похожа на цветную капусту, но имеет зеленую или фиолетовую окраску и ворсистую поверхность. Головки этого вида капусты образуются и созревают быстрее, чем у цветной, к тому же при срезке центральной головки начинают формироваться боковые. Брокколи доста-

точно жаростойка и завязывает головки даже в сухое и жаркое лето. По химическому составу она не уступает цветной капусте, богата каротином (провитамин А) и является лекарственным растением. Брокколи предупреждает сердечно-сосудистые и нервные расстройства.

Этот вид капусты должен занять достойное место на овощном участке. Готовят брокколи так же, как цветную капусту – отваривают и потом жарят.

## **Кольраби**

Среди быстро созревающих форм капусты интересен вид кольраби (рис. 6), у которой в пищу используется разросшаяся часть стебля, так называемый стеблеплод. Она бывает белой, светло-зеленой и фиолетовой окраски. Этот вид особенно широко распространен в Западной Европе. У нас выращивают в основном европейские сорта – Венская белая и Оптимус синий.

Кольраби неприхотлива и на хорошо окультуренных почвах даже не требует удобрений. Отличается скороспелостью. Ранние сорта достигают хозяйственной годности на 65–80 день от посева.



*Рис. 6. Капуста кольраби*

Обычно ее выращивают рассадой, но можно высевать непосредственно в открытый грунт.

Кольраби особенно ценна для детского питания, так как содержит много кальция, необходимого растущему организму. Лучше всего использовать этот овощ в виде салата.

### ***Салат из кольраби***

Очищенный корнеплод натереть на крупной терке, посолить, добавить растительное масло, зелень петрушки и укропа, положить на тарелку на листья салата. Можно добавить кружочки редиса.

## Брюссельская капуста

Самой богатой по содержанию витамина С считается брюссельская капуста (рис. 7), широко распространенная в Западной Европе. У нас ее выращивают мало, так как этот вид очень теплолюбив и не всегда вызревает в Ленинградской области.



*Рис. 7. Капуста брюссельская*

Брюссельская капуста – это маленькие кочанчики, сидящие на длинном стебле высотой до 60 см. В Западной Европе она получила название «рождественская капуста». Там

при уборке растение выкапывают целиком с корнями и сохраняют в подвале до Рождества. Она служит эффектным украшением рождественского стола. У нас выращивают сорт Геркулес, период вегетации его 140–145 дней, так что уборку можно начинать только в октябре. Взрослое растение хорошо переносит заморозки и не повреждается даже при  $-7^{\circ}\text{C}$ . Используют брюссельскую капусту чаще всего для приготовления супов в свежем и замороженном виде.

### *Суп с брюссельской капустой*

В кипящий мясной или куриный бульон засыпать вымытые кочанчики капусты, прокипятить 15 мин. – и суп готов. Бульон предварительно надо заправить петрушкой, луком, сельдереем.

## **Капуста пекинская и китайская**

Среди листовых форм капусты особенно распространена у нас пекинская капуста (рис. 8) и в меньшей степени китайская капуста (рис. 9). Последняя имеет более толстые выпуклые черешки листа и более грубые листья с цельными краями. Оба вида используются как салатные растения. Наиболее распространенным сортом пекинской капусты является Хибинская. Возделывают ее преимущественно в защищенном грунте и используют как весенний салат, высаживают ее

и в качестве уплотнителя между растениями огурца, кабачка и др. Готовую продукцию получают через 40–50 дней после посева. Растения образуют только розетку или рыхлый кочан.



*Рис. 8. Капуста пекинская*

Из пекинской и китайской капусты готовят весенние салаты с добавлением свежего зеленого лука, лимона, зелени.

Заправляют сметаной или майонезом.

Пекинскую капусту можно вырастить весной и в домашних условиях – в застекленной лоджии, на балконе или просто в ящике у окна. К началу мая будет готов зеленый витаминный салат, которым можно украсить бутерброды и различные блюда.

Рецепты блюд из капусты (из монастырской кухни).

### ***Щи Валаамские***

Капусту, репчатый лук, лавровый лист, петрушку, черный перец потушить. Отдельно сварить мелко нарезанные свежие грибы, после чего их поджарить.



*Рис. 9. Капуста китайская*

Когда капуста сделалась мягкой, добавить слегка поджаренной муки, все переложить в грибной бульон. Греть щи на медленном огне долго, не доводя до кипения, чтобы пропитались грибным духом. Подавать со сметаной.

На 1 кг капусты: 2 небольших луковицы, 1 лавр, лист, 2–3 стебля петрушки и корень ее, 8–10 горошин черного перца, 400–500 г грибов (свежих), 1 ст. ложку муки, 2 ст. ложки сметаны, свежая зелень.



## *Вареники малороссийские с кислой капустой*

Кислую капусту сварить до мягкости в широкой кастрюле, откинуть на дуршлаг. Слегка обжарить мелко нарезанный лук, смешать с капустой, положить соль, перец, специи – по вкусу. Приготовить постное тесто, раскатать тонко и, нарезав стаканом кружочки, положить на каждый начинку, сформировать пирожки, опустить их в кипяток. Когда вареники всплывут, вынуть их шумовкой, полить растопленным маслом.

*Содержание аскорбиновой кислоты (витамина С) мг% у различных видов капусты*

Белокочанная	31,9
Краснокочанная	38,5
Савойская	46,8
Цветная	60,8
Кольраби	41,6
Брюссельская	141,9
Китайская	54,6

# **Глава 3**

## **Тыквенные культуры**

### **Огурец**

Огурец – однолетнее растение семейства тыквенные (рис. 10). Родиной его является Индия, но в дикорастущем состоянии он неизвестен. Огурец выращивают многие огородники, но результаты получаются не всегда хорошие. Культура огурца намного сложнее, чем, например, томата, прежде всего потому, что огурец очень чувствителен к окружающей среде, к экологии, и малейшее несоответствие сразу сказывается на завязывании плодов, а следовательно, и на урожае.



*Рис. 10. Огурец*

В нашем регионе огурец можно выращивать только в защищенном грунте. На открытых грядках он дает нормальный урожай лишь в очень благоприятные годы, то есть в 3–4 случаях из 10. Огурец можно выращивать в стеклянной теплице, в небольшой пленочной, под дугами в пленочном укрытии, а также дома на лоджии или около окна. Для каждого

из этих видов укрытий есть свои сорта.

У огурца сорт играет особенно важную роль в получении урожая.

Все имеющиеся сорта можно разделить на две группы: салатные и засолочные огурцы. Первые используются преимущественно в свежем виде, иногда – для консервирования. Для засолки они не годятся.

Вторые, более ценные по вкусовым качествам, используют для засолки и консервирования. Сорта первой группы имеют как правило гладкие или слабобугорчатые зеленцы<sup>2</sup>, нередко длинные, превышающие 20 см. Зеленцы второй группы обычно короткие, 10–12 см, с бугорчатой поверхностью, нередко сильно шиповатые. Именно шипики определяют способность плода оставаться в рассоле твердым и хрустящим – благодаря им рассол равномернее проникает внутрь плода.

Для выращивания в домашних условиях лучше всего подходят одностебельные салатные сорта и гибриды, склонные к самоопылению. Сорта огурца сейчас почти не используются, выращивают преимущественно гибриды F1, что усложняет и удорожает семеноводство огурца. Урожай гибридов намного выше, чем сортов. Для весеннего выращивания огурца дома подходят гибриды F1, Фермер, Салтан, Турнир, Бу-

---

<sup>2</sup> Зеленцы – вполне сформировавшиеся, но незрелые плоды, обычно употребляемые в пищу. Завязи длиной 5–9 см называют корнишонами, а маленькие завязи длиной 4–5 см – пикулями, их обычно маринуют.

ран. В стеклянных теплицах для получения раннего урожая выращивают длинноплодные салатные гибриды Зозуля (ТСХА-77), Апрельский (ТСХА-98). Они имеют мощные растения и дают высокий урожай.

Для пленочных теплиц (парников), более всего распространенных на садово-огородных участках, подходят гибриды засолочного типа (Тополек, Родничок, Либелла, Маринда), а также новые гибриды, склонные к самоопылению (Усадебка, Застольный, Дворцовый, Карельский). Эти же гибриды можно выращивать и под пленочными укрытиями (за исключением позднеспелых типа Либелла). Здесь же хорошо удаются и ранние сорта: Муромские 36, Алтайский Ранний, Вязниковский, Изящный.

Огурец – культура теплолюбивая. Семена начинают прорастать при температуре  $+15^{\circ}\text{C}$ , а оптимальная температура для роста и развития растений  $+25\dots+3^{\circ}\text{C}$ . Похолодание во время вегетации резко снижает завязывание плодов, а следовательно, и урожай. При этом огурец в большей степени реагирует на снижение температуры почвы. Если она опускается до  $+10^{\circ}\text{C}$ , то рост корней прекращается и появляется корневая гниль. Поэтому огурец надо поливать только теплой водой.

Огурец светолюбив, хотя и выносит небольшое затенение. Однако при загущенной посадке листья часто желтеют.

Растения огурца очень требовательны к воде. Это объясняется большой площадью листьев и сильным испарением

влаги. В жаркие дни листья иногда подвядают, но к вечеру снова распрямляются. Огурец надо поливать умеренно, но часто, особенно в период плодоношения. Очень хорошо иногда устраивать душ – поливать прямо по листьям.

Огурец очень требователен к плодородию почвы, поэтому грунт в теплице или парнике должен быть хорошо заправлен навозом (с осени) или перегноем (весной). В течение лета надо подкармливать растения не менее 5–6 раз навозной жижей (разведение 1: 10), куриным пометом (разведение 1:20) или настоем сброженных сорняков.

Выращивают огурец через рассаду или непосредственно посевом семян в грунт теплицы. В первом случае наклюнувшиеся семена надо осторожно разложить в горшочки или пакеты, наполненные посевным грунтом, и слегка присыпать их землей. Грунт необходимо сначала пролить крепким (малиновым) раствором марганцево-кислого калия. Тыквенные культуры плохо переносят пересадку, поэтому при высадке рассады на постоянное место надо разрезать пакет и осторожно с комом земли посадить растение в заранее подготовленную и политую лунку, слегка примять землю и больше не поливать. Рассаду высаживают в грунт обычно в возрасте 20–25 дней – в фазе начала плетения.

В парник и пленочное укрытие, как показывает опыт, огурец лучше всего высевать сухими семенами. При этом ни в коем случае нельзя загущать посадку. Сеять можно с расстоянием 20–25 см, но после прореживания растений оставлять

не более 3—4 растений на 1 м<sup>2</sup>. Иначе растения будут угнетать друг друга, что приведет к снижению урожая.

Когда растения в пленочной теплице приживутся и тронутся в рост, надо обязательно подвязывать их к горизонтально натянутой проволоке (шпалере). Для этого шпагат завязывают свободным узлом под семядольными листьями, перекидывают через шпалеру и закрепляют скользящей петлей, чтобы можно было его натянуть. Периодически по мере роста растений плети закручивают вокруг шпагата, а когда растение достигнет шпалеры, прищипывают его верхушку, тем самым прекращая рост основного стебля и усиливая рост боковых ветвей. Боковые ветви тоже прищипывают над 3—4 листом, чтобы ускорить рост завязавшихся плодов. Нижние ветви до высоты 25—30 см вообще удаляют. Этот прием, называемый «осветление», необходим для лучшего поступления воздуха. В пленочном укрытии и под дугами растения не подвязывают и не формируют, только удаляют для лучшего проветривания нижние побеги и желтые листья.

Сложность культуры огурца заключается и в том, что это пчелоопыляемое растение, а если пчел мало, то приходится проводить дополнительное опыление вручную, срывая тычиночные (мужские) цветки (без завязи) и проводя пыльниками по рыльцу женского цветка (с завязью). Поэтому так ценны сорта и гибриды огурцов, склонные к партенокарпии, то есть завязыванию плодов без опыления. Их не совсем точно называют самоопыляющимися огурцами.

Огурцы небогаты витаминами, но имеют много ценных свойств. Огурцы очень полезны людям с повышенной кислотностью желудочного сока, так как нейтрализуют желудочную реакцию. Они выводят из организма лишнюю воду и шлаки, поэтому оказывают благотворное влияние при болезнях почек и печени, предотвращая образование камней. Огурцы уменьшают отеки, в том числе сердечного происхождения, повышают аппетит. Горечь кожицы огурца, хотя и неприятна на вкус, тоже приносит пользу, рассасывая опухолевидные образования. Известен огурец и как хорошее косметическое средство. Маски из мякоти огурца делают кожу эластичной и нежной. Так что огурец, хотя и состоит на 97–98 % из воды, является очень полезным продуктом.

Для того, чтобы огурцы были на столе в течение всего года, их солят, маринуют или консервируют в слабом маринаде.

### *Салат из свежих огурцов*

Нарезать тонкими кружочками 1 кг огурцов, добавить 50 г нарезанного лука, 25 г петрушки, 3–4 зубка чеснока, 5 горошин черного перца, 1 ст. ложку соли, 50 г растительного масла, 50 г уксуса. Перемешать, положить в банки, стерилизовать 20 мин. Закатать. Накрыть теплым одеялом для медленного остывания.



# Тыква

Тыква – однолетнее растение семейства тыквенные (рис. 11). Происходит из Центральной и Южной Америки. В тропических лесах Мексики и Гватемалы до сих пор встречаются ее очень далекие предки, представленные мощными лианами, достигающими 40 м, которые обвивают стволы деревьев. В процессе эволюции тыква освоила степные пространства, но сохранила структуру лианы и способность продвигаться с помощью усов. В настоящее время известно около 20 видов тыквы, преимущественно это дикорастущие формы.



*Рис. 11. Тыква*

Плод тыквы по своему строению относится к ягодам. Так

его и называли долгое время, но затем ботаники предложили особое название для плодов этого семейства – тыкваина. Плоды тыквенных растений – самые крупные в растительном мире, некоторые достигают 50 кг.

Тыква попала в Старый Свет после открытия Америки Колумбом. Она прижилась здесь и широко распространилась по многим странам. Но из ее видов в культуру были введены лишь три: тыква мускатная, тыква крупноплодная и тыква твердокорая. Тыква мускатная возделывается в странах Центральной и Восточной Азии. Она очень теплолюбива и в нашем климате не вызревает. По питательной ценности и диетическим свойствам стоит на первом месте среди возделываемых видов. Крупноплодная тыква широко распространена в южных областях России, но возделывается здесь в основном как кормовая культура. Это очень ценный корм для крупного рогатого скота, значительно увеличивающий надои молока. В нашем регионе тоже выращивают крупноплодную тыкву, но лишь отдельные сорта, более устойчивые к понижению температуры. Среди них надо назвать следующие: Лечебная, Мраморная, Прикорневая. Первые два сорта – длинноплетистые, последний – короткоплетистый с более мелкими плодами. Однако больше всего распространена в нашей зоне твердокорая тыква. Наиболее популярны ее сорта: Миндальная 35 и Мозолеевская 49. Они очень неприхотливы и возделываются повсеместно, хотя по питательной ценности уступают тыквам крупноплодной и мускатной.

Тыква требовательна к теплу, плодородию почвы и свету. Лучше всего удастся на компостных кучах и на перегнивших растительных остатках. В холодное лето тыква вызревает плохо, поэтому выращивают ее преимущественно рассадным способом, для чего используют парники или временные пленочные укрытия. Для посева лучше брать семена 3-4-летней давности – у растений, выращенных из этих семян, раньше раскрываются женские цветки (ближе к основанию стебля), а следовательно, раньше завязываются плоды. Рассаду высаживают в открытый грунт в возрасте 20–25 дней в начале июня. При этом всегда следует помнить, что тыквенные растения плохо переносят переездку, долго приживаются на новом месте. Если есть возможность, то лучше посеять тыкву сухими семенами непосредственно на компостную кучу, прикрыв их временно пленкой. Площадь питания одного растения не менее 2 м<sup>2</sup>. В течение лета растения обильно поливают, а после завязывания 3–4 плодов боковые побеги прищипывают, чтобы ускорить созревание. С уборкой спешить не следует. Чем лучше тыква вызреет, тем она будет дольше храниться.

Тыква – продукт диетический, очень полезный для людей любого возраста. Она благотворно действует на желудок, кишечник, печень, почки. В мякоти ее много пектина, способствующего усвоению мясной пищи, улучшению солевого обмена и выведению из организма лишней воды и вредных веществ. Ее широко используют для приготовления продуктов

диетического питания, полезных самым маленьким детям. Семена тыквы применяют как глистогонное средство. Масло из семян тыквы считается высококачественным и ценится на мировом рынке. Из тыквы можно приготовить множество блюд: каши, запеканки, пироги с начинкой из тыквы, тыкву, запеченную в духовке и др.

### ***Оригинальный рецепт тыквенного киселя***

Очищенную тыкву натереть на мелкой терке. В стакане молока развести 2 ст. ложки крахмала, отдельно вскипятить 2 стакана молока с солью (по вкусу). Разведенный крахмал влить тонкой струйкой в кипящее молоко, довести до кипения, снять с огня, смешать с протертой тыквой, прогреть, не доводя до кипения. Подавать холодным. Можно добавить сахар и ванилин.

### ***Пирожки из тыквенного теста***

3-4 стакана сырой тыквы, натертые на мелкой терке, смешать с яйцом, добавить 25 г разведенных в молоке дрожжей, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ч. ложки сахара, 3-4 стакана муки. Замесить не очень густое тесто. Поставить на полчаса в теплое место. Когда поднимется, нарезать кружочками и сделать пирожки со сладкой начинкой (с ягодами, яб-

локами, повидлом, творогом).

## Кабачок

Кабачок (рис. 12) – это разновидность твердокорой тыквы, но в отличие от последней его используют в недозрелом виде, как и огурец. Наиболее ценны 6-10-дневные завязи. Кабачок – одна из наиболее любимых огородниками культур. Он неприхотлив, дает хороший урожай. Так же как тыква кабачок обладает диетическими свойствами, содержит пектиновые вещества, выводит из организма ненужные шлаки.



*Рис. 12. Кабачок белый*

Кабачок – растение теплолюбивое, семена его начинают

прорасти при температуре выше  $+1^{\circ}\text{C}$ , но оптимальная температура прорастания  $+25^{\circ}\text{C}$ . При такой же температуре лучше всего растут и взрослые растения, но в то же время кабачок способен выдерживать понижение температуры до  $+5^{\circ}\text{C}$ . Лучше всего он растет на легких почвах и, так же как тыква, на компостных кучах, богатых органическими веществами.

В настоящее время в России районированы следующие сорта кабачков: Аэронавт, Белоплодные, Грибовские 37, Длинноплодные, Зебра, Куанд, Якорь, Цукета. Все они характеризуются большим количеством женских цветков, скороспелостью, высокой урожайностью. Самый раннеспелый среди них сорт Ролик с белыми плодами. Период от всходов до технической спелости составляет у него 34–35 дней. Высокой урожайностью отличается сорт Куанд (плоды полосатые). Период от всходов до технической спелости составляет у него 40–42 дня. Очень ценным свойством этого сорта является склонность к завязыванию плодов без опыления. Такой же способностью обладает и сорт Белоплодные. Период от всходов до технической спелости составляет у него 36–44 дня. Сорт Аэронавт созревает немного позднее – за 44–46 дней. Плоды у него, в отличие от трех предыдущих сортов, имеют темно-зеленую окраску. Заслуживает внимания и сорт Цукета, раннеспелый с темно-зелеными плодами.

Эти сорта наиболее перспективны для выращивания в нашем климате. Все они имеют компактную форму куста, от-

личаются высокой урожайностью.

Кабачок очень требователен к плодородию почвы. Если нет возможности выращивать его на компостной куче, то надо хорошо удобрить почву, желательно внести органические удобрения: перепревший навоз, компост, перегной, птичий помет (разведенный 1:20) или золу. Можно удобрения вносить непосредственно в лунку. На кислых почвах в лунку желательно внести горсть доломитовой муки. Кабачок чувствителен к кислотности почвы и при низкой кислотности (рН 3–4) резко снижает урожай.

Кабачок обычно сеют прямо в открытый грунт в первой декаде июня, когда опасность ночных заморозков уменьшается. При более раннем посеве лунки следует накрыть пленкой. Площадь питания каждого растения  $0,7 \times 0,7$  м, загущать посев не следует – это скажется на урожайности. В лунку кладут по 3–4 сухих семени; после прорывки всходов оставляют по одному растению. Глубина заделки семян 3–7 см в зависимости от типа почвы. На тяжелых почвах семена заделывают на меньшую глубину.

Для получения раннего урожая кабачок выращивают через рассаду (лучше выращивать в горшочках, чтобы она быстрее приживалась при высадке). Семена высевают в парнике в середине мая. Высаживают рассаду в открытый грунт после 10 июня, когда минует опасность заморозков..

Во время вегетации кабачки поливают умеренно, особенно до цветения, рыхлят почву, 2–3 раза подкармливают на-

стоим сброженных сорняков, коровяка (1:10) или куриного помета (1:20). Хорошие результаты дает некорневая подкормка раствором микроэлементов (2 таблетки на ведро воды). Этим раствором растения опрыскивают в начале цветения. Убирают плоды по мере их готовности. Задержка с уборкой препятствует завязыванию новых плодов, что значительно снижает урожай.

### *Тушеные кабачки с рисом*

На дно кастрюли наливают 3–4 ст. ложки растительного масла, обжаривают в нем мелко нарезанную луковицу и 2–3 морковки. Заполняют кастрюлю до верха кабачками, нарезанными кубиками (молодые плоды можно резать с кожурой), закрывают крышкой. Когда кабачок даст сок и немного осядет, добавляют 1–2 ст. ложки промытого риса, 2–3 плода томатов, мелко порезанных, соль, перемешивают, закрывают крышкой и тушат до готовности риса. В конце добавляют 1–2 ст. ложки сметаны и свежую зелень (укроп, петрушку, зеленый лук). Подают горячим.

### *Омлет, с кабачками*

Обжаривают на сковороде кабачок, нарезанный соломкой, солят и заливают стаканом молока с разведенными в



нем 2 яйцами. Сверху омлет посыпают зеленью и жарят до готовности.

### ***Фаршированный кабачок***

Кабачок очищают от кожуры, разрезают пополам вдоль, тщательно вынимают плаценту с семенами и заполняют освободившееся пространство фаршем с добавлением небольшого количества манной крупы или риса. Половинки плода складывают вместе и помещают в латку, смазанную жиром. Ставят в духовку и запекают, добавив немного воды.

### **Патиссон**

Патиссон – разновидность твердокорой тыквы, имеет плоды оригинальной формы, похожие на зонтик или тарелку с фигурными краями (рис. 13). Иногда патиссон называют тарелочной тыквой. Это растение более теплолюбиво, чем кабачок, и менее урожайно. Оно распространено в США и Европе, а в России выращивается очень ограниченно и преимущественно на дачных участках. Районирован всего один сорт – Белые 13.



*Рис. 13. Патиссон*

Мякоть у патиссона более плотная, чем у кабачка, содержит больше сухого вещества. В пищу используют преимущественно маленькие 3-4-дневные завязи, которые обычно маринуют или консервируют. Особенно вкусными получают патиссоны, если вместо уксуса при консервировании использовать лимонную кислоту. Плоды, достигшие 10–12 см в диаметре, используют так же, как кабачки. Особенно хороши оладьи из таких плодов. Выращивают патиссоны посевом сухих семян в грунт или рассадным способом. Плодоношение у них начинается позже, чем у кабачков, обычно уже в августе.

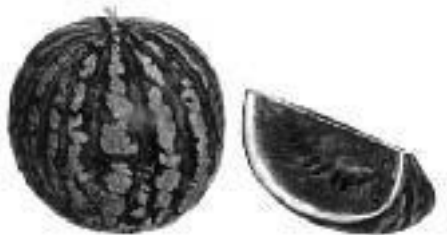
### ***Оладьи из патиссонов***

Плоды очистить от кожуры, натереть на терке, положить яйца, сахар, соль, хорошо перемешать и выпечь, как обыч-

ные оладьи (но без соды!). На 1 кг патиссонов 2–3 ст. ложки масла, 2 яйца, 2 стакана муки, соль, сахар по вкусу.

## Арбуз

Арбуз – однолетнее растение семейства тыквенные. Около половины сахаров арбуза составляет фруктоза. В плодах содержатся соли железа, полезные при малокровии, щелочные вещества, нейтрализующие избыточную кислотность. Это не только лакомство и десерт, но и очень ценный диетический продукт, полезный для людей любого возраста. Он выводит лишнюю воду из организма, уменьшая отечность, является эффективным средством при мочекаменной болезни. Благодаря высокому содержанию фолиевой кислоты (витамин из группы В) арбуз активизирует процесс кроветворения и благотворно действует на печень.



*Рис. 14. Арбуз*

Арбуз (рис. 14) – выходец из африканских пустынь, культура теплолюбивая. Зона его устойчивого возделывания ограничена на севере линией Воронеж-Саратов-Барнаул, но использование весенних пленочных теплиц открыло широкие возможности для продвижения культуры арбуза на север и, в частности, в Ленинградскую область. Этому помогла и способность арбуза адаптироваться к неблагоприятным условиям.

Сорта арбуза для выращивания в Ленинградской области должны отвечать следующим требованиям: скороспелость – период от всходов до созревания в обычных условиях до 80 дней, в тепличных – до 90 дней; холодоустойчивость – способность развиваться и плодоносить при температуре воздуха  $+17...+20\text{ }^{\circ}\text{C}$  и резких ее перепадах; слабое ветвление, облегчающее формирование растений в условиях теплицы. Этим требованиям отвечает широко распространенный сорт Огонек, местные сорта Алтая и Дальнего Востока, растущие в условиях дефицита тепла, а также гибриды, полученные на их основе.

В Ленинградской области арбуз можно выращивать только в пленочной теплице и обязательно рассадным способом. Посев семян на рассаду проводят в начале апреля. Перед посевом семена необходимо прогреть в течение 1–1,5 месяцев, повесив их в мешочек у батареи отопления. Этот прием повышает сопротивляемость растений арбуза к неблагоприятным условиям.

Подготовленные таким образом семена замачивают на сутки в розовом растворе марганцево-кислого калия для их набухания и обеззараживания. Затем воду сливают и помещают семена на проращивание в теплое место ( $+25 \dots +30^{\circ}\text{C}$ ) во влажной тряпочке (в пластмассовом стакане или полиэтиленовом мешочке). Из-за твердой кожуры семена арбуза прорастают медленно. Первые проростки появляются не раньше, чем через 3–4 дня. Наклюнувшиеся семена раскладывают по 2 штуки в заранее приготовленные горшочки (молочные пакеты) с рассадным грунтом, присыпают землей, закрывают газетой или пленкой. Грунт готовят из смеси перегноя, дерновой земли и опилок в соотношении 2:2:1. Опилки улучшают воздушный режим грунта. Перед посевом почву поливают 1 %-ным раствором марганцево-кислого калия. При появлении всходов горшочки выставляют на свет.

Оптимальный тепловой режим для выращивания рассады  $+20 \dots +25^{\circ}\text{C}$  днем и  $+17 \dots +20^{\circ}\text{C}$  ночью. При появлении первого настоящего листа удаляют один из проростков, оставляя более сильный. В рассадный период арбуз поливают 1 раз в 4–5 дней (если почва сухая, то чаще) и дают одну подкормку минеральными удобрениями (1 чайная ложка полного минерального удобрения на 1 л воды), сочетая ее с поливом. Первое время побеги арбуза растут очень медленно, но с началом плетеобразования темпы роста ускоряются. В этой фазе арбуз высаживают в теплицу – обычно в конце мая. Рассада к этому времени достигает возраста 25–30

дней. Арбуз высаживают в заранее подготовленные лунки, хорошо пролитые теплой водой, не заглубляя растение.

Для удобрения почвы в теплице используют перегной, перепревший навоз (но не свежий) или минеральные вещества. Если почва кислая, то необходимо внести мел 30–50 г/м<sup>2</sup>.

Растения высаживают рядами с расстоянием 70–80 см, в ряду – 50 см. На 1 м<sup>2</sup> размещают не более 3 растений. Предпочтительнее выращивать арбуз в одной теплице с томатом или перцем, но не с огурцами. Последний имеет общие с арбузом болезни и требует более обильных поливов.

С целью экономии площади и для лучшего развития плода арбуз выращивают шпалерным способом. Растения подвязывают шпагатом к горизонтально натянутой на высоте 1,5–2 м проволоке. Шпагат завязывают на нижних узлах стебля свободной петлей, а наверху – петлей скользящей, позволяющей подтягивать растение при необходимости. Подвязку проводят через 7–10 дней после высадки растений в теплицу.

Формируют растение, как правило, в один стебель, а боковые обрезают над 2–3 листом. Обрезку начинают после появления растущих завязей. Но первые завязи, образовавшиеся на 10 нижних узлах, необходимо удалить. Они замедляют рост растения и не дают нормальных плодов.

Арбуз – растение сухого климата, поэтому поливают его 1 раз в неделю, а при холодной погоде даже реже. Подкормку растений проводят минеральными удобрениями – 1 ст.

ложка полного минерального удобрения на растение (предпочтительнее вносить удобрения в сухом виде). Во время интенсивного роста эффективна некорневая подкормка микроудобрениями (2 таблетки развести в 1 л теплой воды, разбавить до 10 л и опрыскать растения). При слабом развитии растений эффективна навозная жижа – исходный раствор разводят 1:10 и поливают по 1 литровой банке под растение.

Для улучшения воздушного теплового режима и профилактики болезней теплицу необходимо постоянно проветривать, поддерживая температуру +20..+25 °С днем и +17...+18 С ночью.

Среди болезней чаще всего встречаются стеблевые гнили – белая и серая. Последняя распространяется с опадающими засохшими цветками, которые надо собирать. Эффективной мерой борьбы является обработка пораженных участков стебля меловой пастой, изготовленной на розовом растворе марганцовки. Такую кашицу можно использовать и в борьбе с корневыми гнилями, вызывающими увядание растений, обмазывая ею стебель в области корневой шейки. Но этот способ эффективен только на ранних стадиях развития болезни. Основное же условие – профилактика болезней путем создания нормального воздушного теплового режима.

На одном растении могут созреть 1–2 плода. Плод, завязавшийся на нижних узлах боковой плети, оставляют лежать на земле, подложив под него дощечку или пенопласт, а плод,

завязавшийся на главном стебле выше 10-го узла и достигший размера крупного апельсина, подвязывают к шпалере, помещая его в капроновую сетку, марлю или широкую тесьму. Подвязанный плод может оборваться под тяжестью собственного веса.

Арбуз – пчелоопыляемое растение, имеющее мужские и женские (с завязью) цветки. При отсутствии пчел или других опылителей (муравьи, трипсы) надо проводить искусственное опыление. Для этого срывают 1–2 мужских цветка, отгибают у них лепестки и осторожно проводят пыльниками по рыльцу женского цветка, предварительно проверив пыльцу на ногте – нормальная зрелая пыльца оставляет ярко-желтый след. После опыления на цветоножку желательно повесить этикетку с датой опыления – это поможет в определении срока снятия плода.

Плод арбуза созревает за 40–45 дней, при холодной и дождливой погоде – за 50–55 дней. У скороспелых сортов масса его в условиях теплицы достигает 1–1,5 кг.

Хорошо выраженные признаки зрелости плода у арбуза отсутствуют. Время снятия его определяют по яркости окраски коры (незрелый плод всегда тусклый), по усыханию усика у плодоножки и по глухому звуку при щелчке. Но все это требует некоторых навыков, поэтому наиболее надежным признаком зрелости служит возраст плода. Созревание плодов начинается в конце июля – начале августа. Биологическая зрелость семян наступает несколько предназначен-



ные для семенных целей, лучше поддержать после снятия 10–12 дней в теплом месте. Семена промывают водой и сушат на бумаге.

## Дыня

Дыня (рис. 15) – однолетнее растение семейства тыквенные, родственна огурцу. Оба они относятся к одному ботаническому роду. Дыня очень требовательна к теплу, поэтому выращивается только в южных областях России. Однако опыт возделывания ее в необогреваемой пленочной теплице под Петербургом позволяет говорить о возможности получения этой десертной продукции и в нашем регионе.



*Рис. 15. Дыня*

Плоды дыни обладают лечебными и диетическими свойствами. Они благотворно действуют при анемии, атеросклерозе, сердечной недостаточности, повышают общий тонус. В народной медицине используют отвар семян дыни при заболевании почек. Благодаря высокому содержанию фолиевой кислоты в свежих плодах она активизирует процессы кроветворения, поэтому рекомендуется при малокровии. Особенно благоприятно дыня действует на истощенный и старче-

ский организм.

В нашем регионе дыню выращивают в пленочной теплице так же, как арбуз. Однако следует подчеркнуть, что дыня – растение более прихотливое, и для нормального синтеза сахаров ей недостаточно той температуры, к которой успешно адаптируется арбуз. Дыня, как правило, накапливает меньше сахара. При этом выращивать рекомендуется самые скороспелые сорта.

# **Глава 4**

## **Пасленовые овощи**

### **Томат**

Томат – многолетнее растение семейства пасленовые (рис. 16). Родина его – Южная Америка. В Европу это растение попало 400 лет тому назад. Его привезли путешественники-натуралисты из Перу. Долгое время томат считали декоративным растением и выращивали только на клумбах. Прошло около 200 лет, прежде чем томат был признан съедобным. За красивые золотисто-желтые и оранжевые плоды итальянцы окрестили его «золотое яблоко», что по-итальянски звучит как «помидоро». Это название прижилось, и растение распространилось по Европе как помидор. С этим именем пришло и в Россию в начале XIX века. Однако исконное название этого растения – томатль, так называли его индейцы-ацтеки. Это имя утвердилось как его научное название – томат. Так и существует эта культура с двумя названиями, имеющими равные права на существование. Культура томата очень медленно продвигалась на север, но с использованием пленочных теплиц и простейших пленочных укрытий стала обычным овощем Северо-Западного региона.



*Рис. 16. Томат*

Сортов томата великое множество, а в последние годы появились еще и гибриды F1, дающие более высокий урожай, выровненные по окраске и форме плода.

По типу куста сорта томата делят на две большие группы: индетерминантные (лиановые) с неограниченным ростом и детерминантные с ограниченным ростом стебля, который заканчивается цветочной кистью. Разновидностью второго типа являются низкорослые штамбовые сорта – наиболее скороспелые и пригодные для выращивания в открытом грунте (Невский, Балтийский, Янтарный, Ямал, Бони-М и др.).

Среди скороспелых сортов и гибридов с детерминантным,

но не штамбовым типом куста заслуживают внимания следующие: Белый налив, Свижанок, Талалихин, Яблочный ранний, Тамбовский урожайный, Сибирский скороспелый, Перемога, Дубок. Из новых: Дачник, Розовый Лидер. Эти сорта обычно выращивают в стеклянных или пленочных теплицах. Куст у них более высокий и урожай плодов тоже.

Еще более продуктивны и устойчивы к болезням гибриды F1 с полудетерминантным кустом (Красная стрела, Экспресс, Гамаюн, Портленд, Верлиока, Журавль, Харьковчанин), а также сорта и гибриды с высокорослым кустом индетерминантного типа сорта: Дворцовый, Дементьев; гибриды F1: Ласточка, Стриж, Карлсон). Разумеется, этими названиями не исчерпывается сортимент томата. Ежегодно появляются все новые более совершенные формы для различных типов защищенного грунта.

Томат – очень светолюбивая культура. Недостаток света, особенно в рассадный период, приводит к задержке цветения, а следовательно – к недобору урожая.

Томат – растение теплолюбивое. Семена его начинают прорастать при температуре  $+11...+12^{\circ}\text{C}$ , но оптимальной является температура  $+25...+30^{\circ}\text{C}$ , а для взрослых растений днем  $+20...+25^{\circ}\text{C}$ , ночью  $+16...+18^{\circ}\text{C}$ . Температура почвы ниже  $+16^{\circ}\text{C}$  тормозит рост корней и нарушает поглощение фосфора, необходимого для плодоношения. Растения приобретают фиолетовый оттенок. Наибольшая потребность в воде – в период плодоношения. При этом поливать томаты

надо под корень. Они любят, чтобы «голова была в сухости, а ноги – в сырости». Удобрения предпочитают минеральные, особенно фосфорные и калийные. Избыток азота приводит к тому, что растения «жируют». Очень хорошим удобрением для томатов является зола – источник калия и микроэлементов.

Томаты выращивают только рассадным способом, и это самый ответственный период в культуре томата. В открытый грунт или в теплицу рассаду высаживают в возрасте 55–60 дней с бутонами или даже в начале цветения, в открытый грунт – с 25 мая по 10 июня, в теплицу – 15–25 мая. Сроки высадки рассады определяют и сроки посева семян. Обычно это происходит во 2-й половине марта. Раньше сеять томаты нецелесообразно. Рассада сильно вытягивается, становится ломкой и нетранспортабельной. Выращивают рассаду чаще всего в домашних условиях. Семена перед посевом протравливают в 1 %-ном растворе марганцево-кислого калия и промывают в проточной воде, а затем в течение суток выдерживают в слабом растворе микроэлементов (1 ч. ложка раствора на 1 л воды) или в растворе золы (2 ст. ложки на 1 л воды). Подготовленные таким способом семена можно сразу высевать в заранее приготовленный грунт, а можно сперва прорастить на влажной тряпочке до появления корешков.

Рассаду томатов удобнее высевать рядами в один небольшой ящик. Это позволяет отобрать для последующей пикировки в горшочки самые лучшие сеянцы каждого сорта и

значительно уменьшает расход семян. Грунт для посева должен быть рыхлым, иначе корни сеянцев будут плохо развиваться. Идеальный грунт: 1 часть перегноя, 2 части дерновой земли и 1 часть опилок. Опилки разрыхляют грунт, улучшая его воздушный режим. В ящике сеянцы выдерживают до появления 2-го настоящего листа, после чего пикируют по одному в горшки. Сеянцы сажают глубоко, до листьев. Грунт в горшочках предварительно поливают розовым раствором марганцево-кислого калия. В таких горшочках рассада находится до высадки в открытый грунт или в теплицу.

Очень важным моментом является подкормка рассады. Томаты с момента всходов нуждаются в фосфорном питании, так как цветочные кисти закладываются у них очень рано. Для первой подкормки, которую проводят уже при появлении 1-го настоящего листа, хорошо использовать очень слабый раствор двойного суперфосфата (1 ч. ложка раствора на литр воды) или комплексное удобрение, содержащее фосфор. Азотных удобрений в рассадный период надо давать очень мало. Вторую подкормку дают после пикировки рассады в горшочки. Полив и подкормку проводят только теплой водой. В рассадный период сеянцам очень нужно хорошее освещение и относительно низкая температура для лучшего развития корней (+11...+12 °C ночью, +18...+20 °C днем). Поливать следует умеренно, чтобы рассада не вытягивалась.

Для посадки рассады в открытый грунт или в теплицу заранее готовят лунки, заполняют их наполовину перегноем,



золой, добавляют сухое минеральное удобрение в небольшом количестве. Хорошо поливают. Штамбовые сорта высевают по схеме 20 × 50 см, обычные 30 × 50, а высокорослые 40 × 50 см. Сажают растения глубоко, до самых нижних листьев, чтобы вызвать образование дополнительных корней. Землю приминают у корня и, если она достаточно влажная, то не поливают в течение недели. Через одну-две недели каждое растение подвязывают к колышку, чтобы они росли в условиях достаточного освещения, не затеняя друг друга. Томаты не требуют искусственного опыления, но в ясную солнечную погоду можно слегка потрясти каждое растение, чтобы опыление было более успешным.

Очень важным моментом в уходе за томатами является их пасынкование. Как было сказано выше, томат – многолетнее растение, хотя и выращивается в однолетней культуре. На кусте непрерывно идет нарастание новых ветвей, и если не убрать лишние, то куст сильно разрастется, очень поздно зацветет и не даст в течение лета зрелых плодов. Удаление лишних ветвей, образующихся в пазухах листьев, и называется пасынкованием. Обычно оставляют главный стебель и один из нижних пасынков, а все остальные обрывают. Растение формируют в два стебля. Этого вполне достаточно, чтобы получить хороший урожай. При нормальном развитии на растении развиваются 2–3 полноценных цветочных кисти. На каждой из них может созреть по 5–6 плодов.

Поливают томаты умеренно и достаточно редко, чтобы не

вызвать усиленный рост вегетативной массы в ущерб урожаю. При каждом поливе желательно давать подкормку фосфорными и калийными удобрениями.

Полноценными будут те плоды, которые завязались до 1 августа. К этому времени надо удалить все еще цветущие кисти и все верхушечные почки. Этот прием называется «вершкование» и применяется для того, чтобы все завязавшиеся на растении плоды достигли нормального размера и частично созрели. Семена (кроме гибридных!) можно использовать для последующих посевов. Для этого берут лучшие плоды, кладут их на дозаривание, а затем извлекают семена и высушивают их.

## Перец

Перец – многолетнее растение семейства пасленовые, которое выращивается в однолетней культуре (рис. 17). Происходит из Центральной и Южной Америки, где и в настоящее время встречаются его дикие формы, близкие к тем растениям с мелкими красными, оранжевыми, фиолетовыми круглыми плодами, которые иногда выращивают у нас как декоративные. Индейцам был известен только горький перец, который они в высушенном виде использовали вместо соли. Поэтому в Европу перец попал в XVI веке под названием «красная индейская соль». Он широко распространился в южных странах Европейского континента, особенно в

Индии, Турции, на Кавказе, где и поныне используется вместо соли.



*Рис. 17. Перец*

Сладкого перца в природе не существует. Он появился как результат отбора среди популяции горького перца. Возможно, культура сладкого перца появилась в Болгарии, во всяком случае, в России он появился в начале XX века под именем болгарского перца. В настоящее время именно в Болгарии и в Венгрии представлено наибольшее разнообразие сортов этой культуры.

Перец – растение очень теплолюбивое, поэтому выращи-

вается, в основном, в южных областях России. На север он начал продвигаться лишь с появлением пленочных теплиц. Культура его на Северо-Западе совсем молодая, насчитывает не более 40 лет. Тем не менее, перец хорошо приспособился к новым более суровым климатическим условиям. Его пытались выращивать даже в совхозах Ленинградской области в обогреваемых пленочных теплицах, и перец нормально созревал. Однако культура перца в производственных условиях не прижилась – она оказалась нерентабельной для тепличного выращивания. В этом отношении перец значительно уступал огурцу и томату. Однако на садово-огородных дачных участках перец хорошо прижился, нашел здесь достаточно удобную экологическую нишу и стал одной из любимых овощных культур огородников.

Поскольку культура эта для нашего региона новая, специальных «северных» сортов еще очень мало. Одним из лучших является сорт Нежность, отобранный из образцов коллекции Всесоюзного института растениеводства имени Н.И. Вавилова. Он успешно прошел Государственное испытание и был районирован для Северо-Западного региона. Плоды у него крупные, цилиндрические, тупоконечные, в зрелом состоянии оранжево-красные, с толстой мякотью. Этот сорт среднеранний, выдерживает перепады температур, отличается высоким содержанием каротина и аскорбиновой кислоты (витамина С). Среди раннеспелых сортов заслуживает внимания Винни-Пух, имеющий «букетную» форму расте-

ния. Плоды у него завязываются одновременно, растут вверх букетом, убирают их в один прием. Кроме этих новых сортов, вполне пригодны для выращивания в наших условиях и другие: Подарок Молдовы, Ласточка, а из острых перцев – Астраханский 628 и Украинский горький.

Выращивая горькие перцы, всегда следует иметь в виду, что их надо высаживать отдельно от сладких. Хотя перец и самоопыляющееся растение, все же скрещивание между сортами возможно, и при совместном выращивании сладких и горьких сортов значительная часть плодов может оказаться горькой.

Выращивают перец в наших условиях только рассадным способом. В первое время сеянцы растут очень медленно, поэтому семена сеют на рассаду уже в конце февраля. Раньше проводить посев нецелесообразно – день еще короткий и растениям будет не хватать света. Для более быстрого проращивания семена перед посевом дезинфицируют 20 мин. в 1 %-ном растворе марганцево-кислого калия, промывают, а затем замачивают на сутки в слабом растворе золы (2 ст. ложки на 1 л воды) или в растворе микроэлементов (1 табл. на 1 л воды). Затем проращивают на влажной тряпочке при температуре не менее +25 С, помещая емкость у батареи отопления. Даже при такой подготовке семена начинают прорасти не сразу. Первые проростки появляются на 3-4-й день. У некоторых сортов прорастание семян может затянуться на 7-10 дней. К этому времени должен быть подго-

товлен посевной грунт из смеси перегноя, дерновой земли и опилок (как для томатов). Грунт должен быть рыхлым и обязательно пролитым 1 %-м раствором марганцево-кислого калия. Можно добавить в него и минеральное комплексное удобрение в сухом или в жидком виде. Проросшие семена осторожно раскладывают на поверхности грунта, слегка присыпают землей, прикрывают газетой и помещают в теплое место. С появлением всходов газету снимают и выставляют горшочки на свет.

В отличие от томата, перец влаголюбив, поэтому почва в горшочках должна быть всегда влажной. Поливать надо обязательно теплой водой – ни в коем случае не использовать воду прямо из-под крана или из колодца. Первую подкормку жидкими минеральными удобрениями (типа «Идеал») дают при появлении первого настоящего листа (1 ч. ложка на 1 л воды). Через 2 недели дают вторую подкормку, увеличивая дозу (2 ч. ложки на 1 л воды). Можно присыпать корни растений перегноем. В отличие от томата, рассада перцев не перерастает, и ее можно подкармливать не только минеральными, но и органическими удобрениями, например коровяком (разведение 1:10).

Высаживают рассаду в теплицу в возрасте 65–70 дней, иногда с бутонами и цветками. Но если стоит холодная погода, то с высадкой надо подождать. Перец требователен не только к температуре воздуха, но и к температуре почвы. При понижении ее до +15...+16 °С корневая система разви-

вается плохо. Даже слабые заморозки действуют на перец губительно. Почва парника или теплицы должна быть хорошо удобрена перепревшим навозом или перегноем, лунки пролиты теплой водой. Рассаду высаживают довольно мелко, не заглубляя (в отличие от томатов). Расстояние между растениями 30–35 см, между рядками 40–50 см в зависимости от сорта. Сорта с мощной вегетативной массой высаживают реже, ультраскороспелые сорта типа Винни-Пух – густо; после сбора плодов эти растения убирают. Растения перца имеют прочный стебель, который деревенеет к концу вегетации, поэтому к шпалере подвязывают только высокорослые сорта, а остальные оставляют без подвязки.

Перец очень отзывчив на удобрения, особенно органические, поэтому его надо периодически поливать настоем сброженных сорняков, коровяком или птичьим пометом (разведение 1:20). Почва должна быть влажной. В целом культура перца проще, чем томата или огурца – он не требует пасынкования и обрезки. Однако надо обязательно следить, чтобы на растениях перца не появилась тля, которая может полностью погубить урожай. Против тли перец опрыскивают настоем тысячелистника, одуванчика, пижмы, полыни, а также настоем сухих апельсиновых корок (100 г на 3 л воды), добавив хозяйственного мыла для создания эмульсии. Плоды перца убирают зелеными в возрасте 25–30 дней (в состоянии «технической» спелости).

Перец очень богат витамином С, по содержанию которо-

го превосходит все другие овощи (200–250 мг%), содержит витамин Р (рутин), укрепляющий стенки кровеносных сосудов и способствующий лучшему усвоению аскорбиновой кислоты. Перец – самоопылитель, поэтому плоды и семена его можно получать без всяких затруднений. Плоды, предназначенные для семян, выдерживают на растении как можно дольше, затем дозаривают дома, пока плод не приобретет типичную окраску и не начнет завядать. Семена выбирают ложкой и высушивают.

Перец используют как в свежем виде, так и в зимних заготовках.

### *Салат из свежего перца с брынзой*

Перед режут кружочками, добавляют соль, сахар по вкусу, подсолнечное масло, уксус и брынзу, натертую на крупной терке. Получается оригинальный пикантный салат.

3 кг сладкого перца, 1 стручок горького, 2 кг спелых томатов, 100 г уксуса, 200 г растительного масла, 1 ч. ложка сахара, петрушка, укроп. Перец режут вдоль пополам, томаты, петрушку, укроп, чеснок, горький перец перемалывают на мясорубке. Смешивают, ставят на огонь, кипятят 25 мин., после чего закатывают в банки.



## *Зимний овощной салат с перцем*

1 кг моркови, 1 кг репчатого лука, 1 кг сладкого перца, 2 кг зеленых томатов, 100 г соли. Все мелко порезать, сложить в эмалированную посуду, дать настояться в течение 5–6 ч. Добавить 2 кг нарезанных красных томатов, 200 г сахара, 200 г растительного масла, 100 г уксуса. Все перемешать, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 3 мин., после чего разложить в банки и закатать.

# **Глава 5**

## **Луковые растения**

### **Лук репчатый**

Лук (рис. 18) ведет свое происхождение из горных и предгорных районов Центральной Азии, где сосредоточено большое разнообразие дикорастущих видов. Отсюда лук распространился по всему земному шару. Лук – растение многолетнее, хотя в культуре часто используется как однолетнее или двулетнее. Самый распространенный вид – лук репчатый. Его выращивают или в однолетней культуре, получая луковицу из севка, или в двулетней – сначала выращивая из семян севок, а на следующий год из севка – лук-репку.



*Рис. 18. Лук репчатый*

Лук – очень ценное растение. Не зря же появилась поговорка: «Лук – от семи недуг». Это и источник многих витаминов, и лекарство от кашля (лук пареный в молоке), и средство от фурункулеза. В народной медицине лук издавна применяли при растяжении связок – кашку из натертого лука с медом или сахаром прикладывали к больному месту. Настой луковой шелухи широко используется в борьбе с сосущими насекомыми-вредителями (тля, паутинный клещ). И наконец, отвар луковой шелухи – прекрасный краситель, им издавна красили яйца на Пасху. Лук всегда играл большую роль в питании русского крестьянина. Уходя работать в по-

ле, он брал с собой кусок хлеба и луковицу, нередко этим и обедал.

Сорта лука репчатого делятся на острые, полуострые и сладкие (салатные). Последние выращивают преимущественно в теплых странах – Китае, Японии, Египте и др. В России получили распространение сорта двух первых групп: Бессоновский,

Стригуновский, Даниловский, Арзамасский, Мягковский. В последние годы большой популярностью у огородников пользуется германский сорт Штудтгартеи риезен. Он при хорошем уходе дает высокий урожай луковиц приятного полуострого вкуса. Лук требователен к плодородию почвы, но свежий навоз под эту культуру вносить нельзя. Лучшими предшественниками для него служат те культуры, под которые вносят в большом количестве органические удобрения: огурцы, кабачки, капуста, а также бобовые.

Лук – растение светолюбивое и холодоустойчивое. Корни его начинают расти уже при температуре 10...– 12 °С. Луку необходимо большое количество света. При коротком дне, в августе, луковицы уже плохо растут, поэтому запаздывать с посевом и посадкой лука-севка нельзя. Высаживать его надо в первой декаде мая.

Лук очень отзывчив на фосфорные и калийные удобрения, потому в подкормках растений очень хорошо использовать золу или минеральные удобрения, богатые фосфором. Их лучше вносить в сухом виде перед поливом (1 ст. лож-

ку полного минерального удобрения на 1 м<sup>2</sup>). Лук поливают обильно в первую половину лета, когда нарастает вегетативная масса (перо), когда же начинается интенсивный рост луковиц – недели за три до уборки, – поливы прекращают, чтобы луковицы лучше вызрели.

Обычно лук выращивают в однолетней культуре из севка. Подготовка лука-севка к посадке начинается с его прогревания. За две недели до срока севок вешают около батареи отопления. Прогревание севка – очень важный прием. Оно способствует быстрому росту листьев, уменьшает вероятность стрелкования и повышает устойчивость к болезням, прежде всего наиболее вредоносной среди них – пероноспорозу. При посадке лука-севка на грядке делают поперечные неглубокие бороздки с расстоянием между ними 20 см, посыпают их песком для лучшего роста корней и высаживают севок на расстоянии 7-10 см в зависимости от размера. Заглублять севок не следует. Его верхняя часть должна быть выше земли. Непосредственно перед посевом севок замачивают на несколько часов (или на ночь) в густо-розовом растворе марганцево-кислого калия или в навозной жиже. Это способствует быстрому прорастанию. Во время вегетации кроме поливов и подкормок несколько раз проводят рыхление. Убирают лук до середины августа (по народной традиции – до 19 августа – праздник Преображения Господня), обязательно в сухую погоду, когда перья начнут полежать. Выдернутые луковицы с перьями оставляют на грядке

для просушивания. Если лук здоровый, то после просушки его можно заплести в косы (используя тонкий шпагат, чтобы коса не развалилась) и повесить для просушки на чердаке или в комнате. Если же перо лука поражено пероноспорозом, то его надо обязательно обрезать, оставив столбик 8-10 см, и после этого просушить.

Перед закладкой лука на зимнее хранение надо каждую луковичу очистить от верхних чешуй, являющихся источником шейковой гнили и других болезней. Вместо снятых вскоре образуются новые золотистые чешуи. Хранят лук в теплом месте. В крестьянских избах его подвешивают в косах около русской печки. В наших условиях его можно хранить в корзинках или подвешенным в капроновом чулке, но обязательно при температуре не ниже +17...+18 °C, иначе он начнет прорастать.

Севок можно вырастить самим из семян лука, которые из-за их черной окраски получили название – «чернушка». Для ускорения появления всходов семена замачивают в горячей воде на 18–24 часов. Этот прием повышает устойчивость к болезням. Семена слегка подсушивают и высевают прямо в грунт, как только позволит земля – обычно в конце апреля. Семена высевают рядками с расстоянием между ними 10–15 см, заделывают неглубоко на 1–1,5 см и засыпают тонким слоем перегноя или торфа. Обильно поливают, но за 3 недели до уборки полив прекращают. К уборке севка приступают, когда начнется полегание листьев. Севок хорошо просу-

шивают на солнце в течение нескольких дней, что способствует его дозреванию и обеззараживанию. После просушки высохшие листья обрывают, а севок закладывают на хранение. Хранят севок также, как лук-репку, в сухом теплом месте. При снижении температуры до  $+16...+17^{\circ}\text{C}$  и повышении влажности воздуха он начинает преждевременно прорастать.

Кроме обычного лука-репки иногда выращивают так называемый «семейный лук» – многогнездный, формирующий несколько небольших луковиц в гнезде. Это лук-шалот. Чаще всего его выращивают на зелень. Он хранится хуже репчатого лука.

Репчатый лук тоже можно выращивать на зелень. Для этого мелкий севок высаживают плотную друг к другу «мостовым способом» и по мере появления развитых листьев выдирают его вместе с луковицей. Этим улучшаются условия для развития соседних растений и увеличивается общий урожай зеленой массы.

Репчатый лук широко используется в различных блюдах для придания им лучшего вкуса.

## **Лук порей**

Лук порей (рис. 19) – двулетнее растение, используемое в однолетней культуре. В первый год он образует мощную «ложную» луковицу, белую часть которой называют «нога».

Она может достигать в высоту до 30–40 см, в толщину 3–7 см. Лук порей не имеет остроты репчатого лука и по праву считается диетическим продуктом, который рекомендует-ся для улучшения аппетита, при мочекаменной болезни, для улучшения деятельности печени и кишечника, при ожире-нии. Выращивают его преимущественно в странах Западной Европы. Мягкий европейский климат с длительным вегета-ционным периодом очень благоприятен для культуры лука порея. В России его выращивают мало и преимущественно в личном хозяйстве. Поэтому отечественных сортов лука по-рея нет. Самым распространенным является завозной сорт Карантанский. Перспективны для выращивания шведские и норвежские сорта.





*Рис. 19. Лук порей*

В Западной Европе существуют сорта порея как для летнего использования на зелень, так и для зимнего хранения.

У нас его используют в основном для осенне-зимнего употребления.

Лук порей хотя и отличается холодоустойчивостью, но совершенно не выносит весенних заморозков, поэтому выращивают его только рассадным способом. Рассаду высаживают в открытый грунт в возрасте 60–70 дней обычно в начале июня, когда почва достаточно прогреется. Семена готовятся к посеву так же, как семена репчатого лука. Высаживают растения в неглубокие бороздки с расстоянием 6–8 см. Между рядками расстояние должно быть не менее 20 см. Верхнюю часть листьев обрезают. В первое время растения обильно поливают и по мере роста несколько раз окучивают, чтобы «нога» была выше и толще. Порей требует органических удобрений, поэтому его надо несколько раз подкормить настоем сброженных сорняков или коровяком.

Уборку для хранения проводят не раньше октября. При этом растения аккуратно выкапывают, обрезают корни и верхнюю часть листьев. Хранят в холодном месте, плотно устанавливая растения почти вертикально. Присыпают слоем песка. В оптимальных условиях порей может храниться до апреля. Особенность этого растения состоит в том, что во время хранения аскорбиновая кислота из листьев переходит в ложную луковицу-ногу, и количество витамина С как бы накапливается. Листья лука порея можно использовать и в летнее время для приготовления салатов и супов.

## *Салат из лука порея*

Листья промыть, мелко порезать, посолить, добавить сметану или майонез по вкусу. Можно добавить вареное яйцо, свежие огурцы, зелень.

## *Молочный суп с луком пореем*

Это блюдо очень популярно во Франции. Нарезанный порей хорошо промыть, бросить в кипящее молоко, варить 10–15 мин. Можно добавить тертый картофель.

## **Многолетние луки**

Среди многолетних луков наиболее распространены у нас лук батун и шнитт-лук, в меньшей степени лук-слизун и душистый. Выращивают многолетние луки только на зелень. Они хорошо зимуют, не вымерзают даже при температуре  $-3^{\circ}\text{C}$ , отрастают рано весной, поэтому могут быть использованы, когда еще нет других овощей, а организм испытывает витаминный голод. Все многолетние луки богаты аскорбиновой кислотой, содержание которой в листьях может достигать 97 мг%. Если учесть, что суточная потребность в витамине С составляет около 50 мг, то следовательно, достаточно небольшого пучка лука, чтобы ее удовлетворить. Все много-

летние луки можно выращивать на одном месте несколько лет подряд. Они сильно ветвятся, поэтому с годами зеленая масса увеличивается. Через 3–4 года такие загущенные кусты надо выкопать и рассадить.



*Рис. 20. Шнитт-лук*

Первым появляется из-под снега **шнитт-лук** (рис. 20) или резанец, названный так за тонкие игольчатые листья. Этот лук можно использовать в течение мая, потом листья его грубеют. Молодые листья можно использовать в ранневесенних салатах из крапивы, одуванчика, сныти, добавлять их в зеле-

ные щи и употреблять просто как весеннюю зелень. Огрубевшие листья шнитт-лука тоже могут найти применение. Из них получается замечательная начинка для луковых пирожков, особенно если положить в нее вареное яйцо.



*Рис. 21. Лук батун*

**Лук батун** (рис. 21), пожалуй, более известен и распространен на Северо-Западе, чем шнитт-лук. Внешне он мало отличается от репчатого лука. У него такие же трубчатые, но более мощные листья, за что он получил название – дудчатый. Он отрастает немного позже, чем резанец, но уже в начале мая дает обильную витаминную зелень. Содержание аскорбиновой кислоты в листьях лука батунна выше, чем у других многолетних луков. В отличие от шнитт-лука, ба-

тун можно использовать в течение всего лета. Старые листья у него отмирают, нарастают новые и зелень всегда остается свежей.

**Лук-слизун** (рис. 22) имеет плоские, широкие, светло-зеленые листья со слабочесночным вкусом, которые придают пикантность любому салату. Отрастает он несколько позже, чем виды, названные ранее, но пригоден для употребления в течение всего лета. Ценится за высокое содержание аскорбиновой кислоты и фитонцидную активность. Растет этот вид лука оригинально – на корневище по кругу диаметром 25–30 см располагаются небольшие луковички, имеющие общую корневую систему, представляет собой колонию. Все растение приземистое, имеет вид отдельных небольших кустиков, соединенных общим корневищем.



*Рис. 22. Лук-слизун*

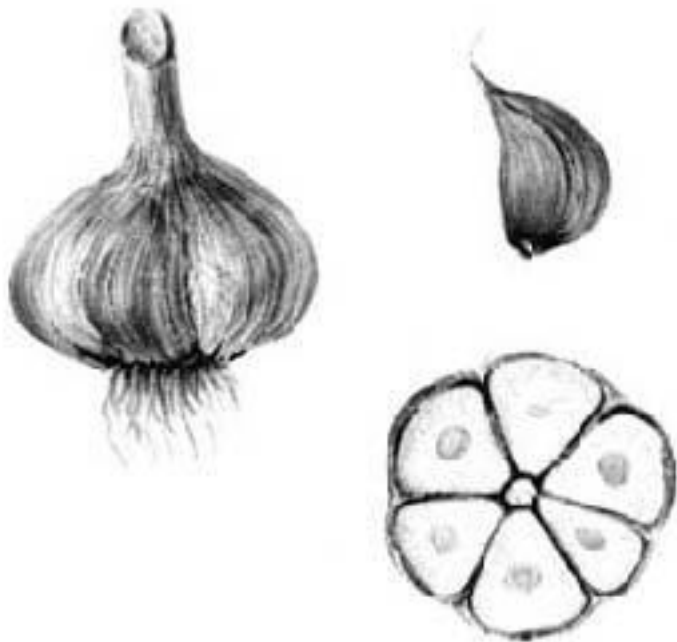
Уход на многолетними луками заключается в прополках, обязательном рыхлении, поливах и подкормках. Все они отзывчивы к азотным удобрениям, и весной после отрастания их полезно подкормить мочевиной (карбамид) в сухом виде, после чего обильно полить.

## **Чеснок**

Чеснок – однолетнее растение (рис. 23). Культура его

очень древняя и известна почти во всех странах. В России чеснок выращивают повсеместно, но особенно много в предгорной зоне Северного Кавказа. Используют чаще всего местные сорта-популяции. Известны две формы чеснока – стрелкующийся и нестрелкующийся. Однако это деление условно, так как при изменении условий одна форма может переходить в другую. Стрелкующаяся форма бывает чаще у озимого чеснока – того, который высаживают осенью, нестрелкующаяся – у ярового чеснока, который высаживают рано весной.





*Рис. 23. Чеснок стрелкующийся*

Озимый стрелкующийся чеснок более урожайный и содержит больше биологически активных веществ. Он размножается воздушными луковичками-бульбочками, которые развиваются в соцветии вместо семян. Семян у чеснока не бывает. Яровой чеснок размножается зубками, на которые поделена луковица (головка).

Луковицы озимого чеснока можно отличить по оставшей-

ся стрелке. У ярового чеснока она отсутствует. Кроме того, зубки озимого чеснока более крупные и расположены по кругу, у ярового чеснока они мельче и расположены по спирали. Покровные чешуи у озимого чеснока более тонкие. Яровые сорта чеснока хорошо хранятся при комнатной температуре благодаря многослойным и более плотным покровным чешуйкам. Озимый чеснок может храниться только при низкой температуре ( $0...+3^{\circ}\text{C}$ ), однако в холодильнике он сохраняется хуже. Лучше всего его хранить на застекленной лоджии или балконе в ящике, пересыпав мхом.

В наших районах выращивают преимущественно озимый чеснок. Его можно сажать как зубками, так и бульбочками. Выращивание через бульбочки – более длительный способ, но он предпочтительнее, так как способствует оздоровлению посадочного материала. Такой чеснок меньше поражается болезнями. При образовании стрелок, их выламывают в самом начале, чтобы лучше развивались луковицы. Оставляют стрелки лишь на 10–15 самых развитых растениях. Когда соцветия начинают раскрываться, их срезают и бульбочки дозаривают в комнатных условиях, а в октябре высевают как семена рядками, присыпая их торфом и землей. На следующий год из бульбочек вырастают маленькие луковички – одноклассники. Их высушивают, хранят тоже в комнате до октября, после чего высаживают для получения многозубчатых луковиц. Крупные одноклассники высаживают на расстоянии 8–10 см, мелкие – 5–6 см, расстояние между рядками 20 см. Глуби-

на заделки 5–7 см. Чеснок начинает образовывать корни уже при температуре +3 °С, а листья – при более высокой температуре. Этим и определяется срок осенней посадки. Чеснок должен дать корни до наступления сильных морозов и в таком виде перезимовать. Для лучшего образования корней в лунки (или в бороздки) насыпают песок, сверху посыпают торфом и прикрывают лапником или срезанными листьями, чтобы предотвратить вымерзание. Перед посевом гряды удобряют перепревшим навозом или перегноем, в течение вегетации дают 1–2 подкормки минеральными удобрениями, золой или настоем сброженных сорняков. Зола – очень хорошее удобрение, способствующее формированию здоровых луковиц.

Убирают озимый чеснок в начале – середине августа, когда начнут желтеть нижние листья. При уборке стрелку обрезают, оставив пенек 8–10 см, корни тоже обрезают и высушивают головки на чердаке при проветривании. Такой чеснок хорошо хранится в течение всей зимы.

Яровой чеснок размножают зубками. За неделю до посадки (в конце апреля – начале мая) луковицы разбирают на зубки и помещают их в холодильник на влажную тряпочку в небольшой емкости. Через несколько дней зубки дают корни, и их высаживают в грунт, осторожно, стараясь не повредить корни. Уход за яровым чесноком такой же, как за озимым. Готовность для уборки определяется по полеганию листьев. Убирают яровой чеснок в начале сентября, просуши-

вают, обрезают листья, хранят при комнатной температуре.

Чеснок – растение с сильной фитонцидной активностью, губителен для многих микробов: стрептококков, стафилококков и др. Вдыхание паров размельченного чеснока дает хороший эффект при начинающемся гриппе, ангине, насморке. Установлено, что чеснок нормализует кровяное давление, увеличивает силу сердечной мышцы, расширяет коронарные сосуды, может быть использован как действенное средство для профилактики атеросклероза.

### ***Профилактическое средство от различных инфекций***

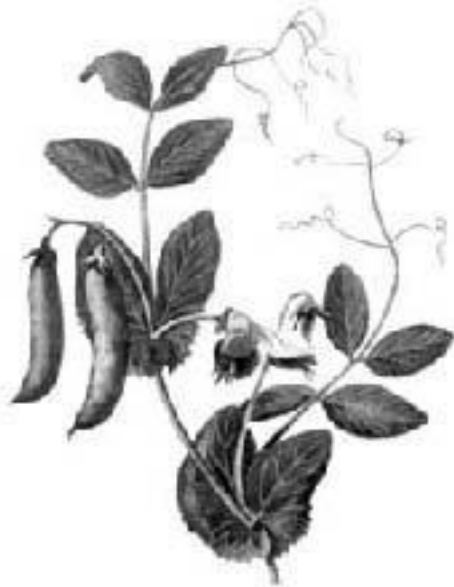
1 головку чеснока пропускают через мясорубку или измельчают другим способом, заливают соком 1 лимона, добавляют 2 ст. ложки меда, принимают по 1 ч. ложке в день. Можно добавить 1 ст. ложку сырого свекольного сока.

# **Глава 6**

## **Бобовые овощные растения**

### **Горох**

Семена гороха используют не только на зерно, но и как ценный овощной продукт. Овощной горох (рис. 24), в отличие от зернового, имеет морщинистую поверхность, за что его называют еще мозговым. В пищу используют обычно незрелые семена – зеленый горошек (сам плод называется боб). Различают лущильные и сахарные сорта зеленого горошка. У первых в створках бобов имеется жесткий пергаментный слой, у вторых такого слоя нет. Сорта сахарного гороха употребляют вместе с бобами, когда семена еще неразвиты, а бобы сочные, сладкие. У лущильных сортов бобы грубеют быстрее, и в пищу употребляют лишь зеленые семена.



*Рис. 24. Зеленый горошек*

Среди овощных культур горох – самый богатый источник белка. В зеленом горошке и недозрелых бобах содержится много витаминов группы В, в том числе В<sub>2</sub> – рибофлавин, играющий важную роль в обмене веществ. Зеленый горошек богат инозитом и холином – веществами, препятствующими преждевременному старению, а также – фолиевой кислотой. Он очень полезен людям пожилого возраста.

Среди сортов овощного, луцильного гороха для нашего Северо-западного региона перспективны следующие. Из

группы раннеспелых: Альфа, Ранний Грибовский 11; из среднеспелых: Адагумский, Вега, Виола, Овощной 76, Превосходный 240; из среднепоздних: Восход, Эра, Юбилейный 1512. Среди сортов сахарного овощного гороха лучшими являются Сахарный Жегалова 112 и Неистошимый 195.

Овощной горох требователен к плодородию почвы и лучше удается на почвах с нейтральной реакцией или слабокислых. Такая среда более благоприятна для клубеньковых бактерий, поселяющихся на корнях растений гороха и фиксирующих азот воздуха. Несмотря на то, что горох является азотонакопителем, предпосевное внесение азотных удобрений ( $10\text{--}15\text{ г/м}^2$ ) оказывает положительное действие на урожайность. С осени вносят органические или минеральные удобрения ( $30\text{--}45\text{ г суперфосфата}$ ,  $20\text{--}30\text{ г калия на } 1\text{ м}^2$ ). Лучшими предшественниками для гороха являются корнеплоды, капуста, картофель.

Горох – культура влаголюбивая, особенно в начале развития. Семена его для набухания и прорастания требуют до 150 % влаги от массы семян. Но в то же время посев лучше проводить сухими семенами во влажную почву. Намоченные семена, посеянные в недостаточно влажную почву, могут не дать всходов.

К низким температурам горох достаточно устойчив, поэтому сеять его можно рано, когда температура почвы еще  $+6\text{...}+8\text{ }^{\circ}\text{C}$  – в конце апреля – начале мая. Глубина заделки семян зависит от типа почвы. Чем легче почва, тем глуб-

же посев, но в среднем глубина 5–6 см. Сеют горох рядками, расстояние между ними 20–30 см, между растениями – 9–10 см. Раннеспелые сорта следует высевать несколько гуще (130 семян на 1 м<sup>2</sup>), позднеспелые – реже (80 семян на 1 м<sup>2</sup>). Зеленый горошек можно использовать в пищу уже в июле и лучше всего употреблять в свежем виде.

Консервировать зеленый горошек в домашних условиях не рекомендуется из-за развития микроба, вызывающего тяжелое пищевое отравление – ботулизм. Необходимую температуру, убивающую эту бактерию, можно создать только в производственных условиях. Однако существует достаточно простой способ заготовки зеленого горошка на зиму, сохраняющий все его ценные вещества. Семена, достигшие нормальной величины, но еще зеленые, замачивают в растворе соли (1,5–2 ст. ложки на литр воды) на несколько часов, можно на ночь. После чего сливают воду и просушивают их на солнце, временами перемешивая. При солнечной погоде горошек полностью высыхает за два дня, сохраняя при этом свою окраску. В зимнее время такой горошек используют так же, как обычный консервированный, но варить его надо несколько дольше. Заправленный маслом горошек используют как гарнир. Его можно потушить вместе с морковкой, нарезанной кубиками, заправить мукой с маслом, получается отдельное диетическое блюдо.



# Бобы

Бобы особенно широко распространены в Западной Европе, во Франции, Италии и других южных странах. В России бобы (рис. 25) выращивают в ограниченном количестве и чаще как кормовую культуру. Среди овощных бобов самым распространенным является сорт Русские черные. Семена у них темно-фиолетовые, овальные. Сорт среднеранний, созревает за 72–80 дней.



*Рис. 25. Бобы*

Бобы – культура очень холодостойкая, семена начинают прорастать уже при температуре  $+3...+4^{\circ}\text{C}$ , всходы переносят заморозки до  $4^{\circ}\text{C}$ . Сеют их рано – в конце апреля – начале мая. Бобы очень требовательны к влаге, особенно в период прорастания семян, но сеять их (так же, как горох) лучше сухими семенами с площадью питания  $20 \times 20$  см. Глубина заделки семян 6–8 см. Бобы требовательны к плодородию почвы и совершенно не переносят кислых почв. Часто их сеют вместе с картофелем – в одну лунку или между растениями. Благодаря клубеньковым бактериям, развитым на корнях, они улучшают почву, обогащая ее азотом. Можно сеять бобы и как зеленое удобрение. В этом случае растения бобов в фазе цветения закапывают в размельченном виде в землю, что увеличивает ее плодородие. При выращивании бобов очень полезно вносить в почву золу, она не только удобряет почву, но и раскисляет ее.

Большой вред бобам приносит тля, которая гнездится на молодых верхушках растений. Эффективная мера борьбы – опрыскивание настоем табачной пыли (400 г на 10 л воды с добавлением 40 г хозяйственного мыла). Губителен для тли также настой листьев одуванчика и тысячелистника. Из молодых зеленых бобов готовят вкусные и полезные блюда, особенно популярные в Болгарии, Дании, Бельгии.

## ***Болгарский суп «Чорба» из зеленых бобов***

Молодые бобы целиком опустить в подсоленный кипяток, поварить до мягкости, вынуть, нарезать, соединить с обжаренным зеленым луком, добавить муку, разведенную водой, острый перец по вкусу. Варить 10 мин. Перед подачей на стол добавить листья петрушки и мяты. Заправить кислым молоком, положить яйцо.

На 0,5 кг бобов пучок зеленого лука, 4 ст. ложки масла, 1 ст. ложка муки, пучок зелени петрушки, 2 яйца, сваренных вкрутую, 1 стакан кислого молока, мята, перец, соль — по вкусу.

## ***Зеленые бобы тушеные***

В воду мелко покрошить зеленый лук, влить подсолнечное масло, посолить, довести до кипения. Положить бобы, нарезанные крупными кусками. Варить на слабом огне до мягкости. Добавить мелко нарезанный чеснок, зелень петрушки и укропа, разведенную водой муку. Сверху положить кружочки красных томатов. Тушить, пока не испарится вода. Подавать в холодном виде.

Пучок зеленого лука, 0,5 стакана масла, 1 стакан воды, 750 г бобов, 5–6 зубков чеснока, пучок петрушки укропа,

1 ч. ложка муки, соль, томаты 2–3 плода.

## **Фасоль**

Фасоль – растение южное, происхождение ведет из Центральной и Южной Америки, откуда была завезена в Европу около 400 лет тому назад. Она получила очень широкое распространение во всем мире как основной источник растительного белка и содержащий все необходимые человеку аминокислоты. Как овощное растение фасоль распространена значительно меньше и преимущественно в странах с теплым климатом. Это растение теплолюбиво, поэтому в Северо-Западном регионе овощную фасоль выращивают или под пленкой, или на защищенных от ветра солнечных местах.



*Рис. 26. Фасоль овощная*

Овощную фасоль (рис. 26) называют еще спаржевой, так как она образует длинные, тонкие (как побеги спаржи) бобы, называемые в обиходе стручками. Сорта ее бывают выющиеся или кустовые – по форме растения, желто- или зелено-стручковые – по окраске боба. Недозрелые бобы, используемые в пищу, весьма калорийны и питательны, богаты солями железа и кальция. В нашем регионе выращивают преимущественно

кустовые формы, раньше дающие урожай, чем выющиеся. Самым распространенным среди них является Сакса без волокна (плоды этого сорта не имеют грубого волокна в створках). Это сорт кустового типа, раннеспелый – от всходов до уборки зеленых бобов проходит 45–50 дней. Заслуживают также внимания следующие сорта: Кустовая без волокна 85, Щедрая, Московская белая зеленостручная 556, Зеленостручная 517, Юбилейная 287. Все эти сорта – кустовые, 60–80 см высотой, относительно раннеспелые, пригодны для использования в свежем виде.

Фасоль – культура теплолюбивая. Семена ее начинают прорасти лишь при +12 °C, но оптимальная температура прорастания +20...+22 °C. Всходы гибнут уже при -1 °C, поэтому торопиться с посевом не следует. В наших районах фасоль высевают обычно в первой декаде июня, в более южных – в конце мая. Лучшими являются участки со слабым уклоном на юг. Чтобы всходы не погибли от весенних заморозков, грядку лучше прикрыть лутрасилом или спанбондом, который позже необходимо обязательно снять, так как фасоль не выносит затенения. Почва должна быть достаточно плодородной и влажной – семена фасоли, как и других бобовых растений, требуют большого количества влаги для набухания. Лучшими предшественниками для нее являются капуста, огурцы, корнеплоды, картофель. Сама фасоль (как горох и бобы) является хорошим предшественником для других овощных культур, так как обогащает почву азотом.

Фасоль очень любит органические удобрения, но вносить их лучше всего с осени. А в течение лета используют полные минеральные удобрения, содержащие азот, фосфор и калий. Очень полезны микроудобрения: бор, марганец, цинк, молибден. Их можно вносить как некорневые подкормки (одна таблетка на литр воды) или использовать золу, содержащую необходимые микроэлементы. Семена высевают рядками на глубину 5–6 см с расстоянием 10 см, между рядками – 30–40 см (30–40 шт. семян на 1 м<sup>2</sup>). Сеют обязательно на высоких грядах, быстрее прогреваемых солнцем.

Для получения раннего урожая применяют рассадный способ. Семена высевают в горшочки за 4–5 недель до высадки в грунт. Поливать фасоль надо умеренно, а во время бутонизации и цветения – обильно. Убирают овощную фасоль, когда бобы достигли нормального размера, но еще мягкие и нежные. Для приготовления различных блюд используют бобы вместе с недозрелыми семенами.

Отварить бобы фасоли (700 г) до полуготовности и нарезать. Поджарить 3 ст. ложки муки в масле (3–4 ст. ложки), развести молоком и отваром фасоли. Полученный соус довести до кипения, положить в него нарезанные бобы, прокипятить 5 мин. Подавать в горячем виде зеленью петрушки и укропа.

## ***Яичница с фасолью***

Отваренные бобы фасоли (200 г) слегка обжарить на сковороде, залить взбитыми яйцами (2–3 шт.), посолить. Посыпать зеленью. Подавать в горячем виде.



# **Глава 7**

## **Столовые корнеплоды**

### **Морковь**

Морковь – двулетнее растение семейства сельдерейные (зонтичные) (рис. 27). В первый год образует прикорневую розетку листьев и корнеплод (культурная морковь) или корни (дикая морковь), во второй год – цветочный стебель. Морковь ведет свое происхождение из Средиземноморья. В культуру была введена еще древними греками. Морковь широко распространилась по всему земному шару и в настоящее время возделывается повсеместно. В России наиболее популярны сорта: Нантская 4, Шантенэ 2465, Лосиноостровская 13, НИИОХ-336, Витаминная. В последние годы сортимент расширился за счет широкого использования зарубежных сортов.



*Рис. 27. Морковь*

Морковь ценится прежде всего за высокое содержание каротина в корнеплодах. Сорта с оранжевой окраской мякоти содержат 9 мг на 100 г сырой массы, а суточная потреб-

ность человека в этом витамине составляет 1,5 мг. Благодаря высокому содержанию каротина морковь обладает лечебными свойствами: способствует выведению из организма излишков холестерина, благотворно действует на сердечно-сосудистую систему, желудок, печень, улучшает зрение. Кашица из сырой моркови быстро заживляет ранки и язвочки. Эфирные масла из семян моркови используются в фармацевтической промышленности для изготовления лекарства «даукарин», назначаемого при сердечной недостаточности. Благодаря высокому содержанию каротина – провитамина А, необходимого для роста организма, – морковь во всех видах очень полезна детям.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.