

ВО САДУ ЛИ В ОГОРОДЕ

...чтобы труд был в радость,
а урожай богатым!

№4 (358) февраль 2015 г.

Читайте в этом номере:

ТРЕБОВАНИЯ РАССАДЫ

Первое условие, необходимое для рассады – это хорошее освещение, яркий свет и продолжительный световой день, т.к. только на свету возможен фотосинтез.

Температуру, подкормки, частоту полива, т.е. всё остальное нужно подстраивать под уровень освещённости. На ярком свету наиболее активный фотосинтез и рост сеянцев происходит при температуре 20-25°C, при хорошем поливе, проветривании и подкормках. Низкая температура в тёплое время суток столь же важна, как и высокая на ярком свету. Рассада в таких условиях растёт как на дрожжах и, если ей обеспечить достаточное жизненное пространство, это будет мощная здоровая рассада.

Если какой-либо из перечисленных факторов окажется в дефиците, то он будет тормозить фотосинтез и рост. Например, если растениям не хватает элементов питания, то именно это помешает реализовать преимущества хорошего освещения.

Если не хватает тепла, то такой дисбаланс имеет свои положительные стороны. Сочетание высокой освещённости с пониженной температурой вполне благоприятно. Интенсивность фотосинтеза при этом снижена, но зато оптимально соотношение между фотосинтезом и дыханием. Пониженная температура в сочетании с ярким светом способствует усиленному росту корней и даёт коренастую рассаду. Такое сочетание редко встречается при выращивании рассады в жилых помещениях, но оно типично для плёночных рассадных теплиц.

Если не удалось достигнуть высокого уровня освещённости, все остальные условия надо привести в соответствие с освещённостью, сбалансировать их на более низком уровне. Обилие тепла и влаги, благоприятное при высокой освещённости, при

недостатке света губительно для рассады. Когда за окном пасмурно, а подсветка слабая, для здоровья и качества рассады лучше, если в помещении прохладно, а полив умеренный.

В неотапливаемых рассадниках и укрытиях, где температура зависит от парникового эффекта, пасмурная погода (низкая освещённость) всегда

листьями сведено к минимуму, следовательно, прекращается прокачка воды через растение и приток питательных веществ из грунта. Не поступает внутрь листа нужный для фотосинтеза углекислый газ, но не поступает и нужный для дыхания кислород. Все процессы внутри растения угнетены.

Как же растёт рассада в этих условиях? Она растёт рывками – в те благоприятные моменты, когда на её листья попадает свет и ей дали воды. Тогда открываются устьица и начинается фотосинтез. С закрытием устьиц фотосинтез прекращается, даже если в этот момент листья хорошо освещены. Таким образом, большую часть времени растения проводят в состоянии консервации: они не растут, но и разрушение органических веществ за счёт дыхания сведено к минимуму.

Если сочетание тусклого света с высокой температурой неизбежно, то единственной надеждой на выживание рассады является ограничение полива: вытягивание рассады сдерживается дефицитом влаги, а разрушение органического вещества – дефицитом кислорода. Сроки выращивания в этих условиях растянуты, качество рассады низкое.

Ограничение полива не снижает качества рассады, только когда оно кратковременное и применяется к уже подросшим растениям.

Для нормального роста и здоровья рассады также необходимо, чтобы была сбалансирована температура грунта и воздуха. Плохо, когда рассадные ёмкости стоят на холодных подоконниках, или на них дует из-под рамы. При холодной погоде грунт может сильно охладиться. Это особенно опасно для рассады теплолюбивых культур: перца, томатов, баклажана. Когда температура грунта опускается ниже 15°C, корни теплолюбивых растений работают плохо, замедляется всасывание воды и питательных

вещества, а при 10-12°C корни практически перестают поглощать фосфор, затруднено поглощение других веществ. При этом температура окружающего воздуха и листьев может быть достаточно высокой, особенно в солнечный день. Длительное пребывание корней на холоде может привести к их загниванию. В то же время надо помнить, что корни совершенно не выносят перегрева и начинают отмирать уже при температуре грунта 30°C. Для листьев теплолюбивых культур эта температура вполне комфортна, а при ярком свете близка к оптимальной. Угнетение наступает при 35°C и выше, а отмирают листья только при 50°C.

Для нормального роста сеянцев нужна хорошая вентиляция в помещении, где растёт рассада и циркуляция воздуха вокруг листьев, т.е. необходимо проветривание. Растениям это нужно не для дыхания (кислорода в окружающем воздухе листьям вполне хватит), а для питания.

Углерод, главный элемент питания растений, поступает в растения из воздуха в виде углекислого газа. Он проникает в листья через открытые устьица, расходуется в процессе фотосинтеза, и его концентрация вблизи листьев понижается. Когда вокруг листьев не происходит циркуляции воздуха, то восполнение углекислого газа идёт очень медленно. Если бы концентрация углекислого газа в окружающем листьях воздухе снизилась в несколько раз, то даже при полном освещении интенсивность фотосинтеза упала бы до критического уровня, когда фотосинтез равен дыханию и прироста массы и роста не происходит. А при увеличении количества углекислого газа в воздухе до уровня в 3-6 раз превышающего норму, скорость фотосинтеза возрастает. Этим пользуются при выращивании рассады в промышленных теплицах, распыляя газ из баллонов. В комнате это неприемлемо, поэтому нужно хорошее проветривание. Проветривание необходимо и для того, чтобы удалять газообразные продукты жизнедеятельности растений, выделяемые листьями, в т.ч. кислород, который тормозит фотосинтез. Особенно хорошая вентиляция требуется при выращивании рассады капустных культур.

КУЛЬТУРА НОМЕРА: ЧУФА



СИРЕНЬ В САДУ



СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ



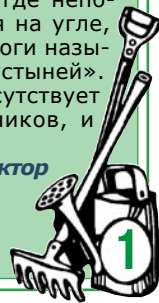
В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:

- КУЛЬТУРА НОМЕРА:
ДРАЦЕНА
- КИТАЙСКАЯ КАПУСТА
- МИМОЗА ИЛИ АКАЦИЯ?

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

Уважаемый читатель! Зимой трудно выбирать участок, особенно если он покрыт снегом. Поэтому самую достоверную информацию об экологическом благополучии участка могут дать лишайники. Они растут, прилепившись к заборам, стволам старых деревьев. Так вот, если вы заметили их, экологическое благополучие местности гарантировано. Лишайники очень требовательны к составу воздуха. Они гибнут от выхлопных газов машин, от чрезмерной запылённости. Там, где в атмосферу выбрасываются химические отходы предприятий, где неподалёку работает электростанция на угле, лишайники тоже не растут. Экологи называют такие места «лишайной пустыней». В чистой местности всегда присутствует сразу несколько видов лишайников, и чем их больше, тем лучше.

С уважением, гл. редактор



ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ!!! ДОМАШНИЙ ЛЕКАРЬ

Среди населения Карибских островов и во всей Латинской Америке алоэ – самое почитаемое целебное растение. Едва ли найдётся болезнь, от которой не используют это растение. В Мексике и Венесуэле его называют «Sabila sabvada» (обладающая святостью и знанием) и верят, что живущая в этом растении богиня, если принести ей жертвы и помолиться, может одарить людей здоровьем, богатством и миром.

Индейцы считают алоэ священным существом, потому что оно вечнозелёное,

переживает засухи и может расти без корней прямо на поверхности земли или висая в воздухе. Эта жизненная сила алоэ передаётся больному человеку, делает его здоровым.

Родина алоэ – Южная Африка, Мадагаскар. Это растение любит хорошо освещённые места и очень умеренный полив. Зимой, чем ниже температура содержания, тем меньше надо поливать. При температуре 15-16°C достаточно полить один раз в две-три недели. При поливе старайтесь, чтобы вода не попадала в розетку листьев.

Считается, что алоэ фокусирует энергию, придаёт силу и, образно говоря, опускает на землю мечтателей, витающих в облаках. Помогает нерешительным людям начать действовать. Даёт защиту от электросмога.

Толстые мясистые листья содержат сок, который является целебным для кожи и при воспалении слизистой оболочки. Применяется при лечении ран, а также в косметике.

Используют алоэ и в гомеопатии (заболевания желудка, кишечника, кожи).

Молодые растения хорошо подходят для «садика в бутылке», а также для спальни, т.к. защищают от негативной энергии.





ЧУФА

Впервые увидев чufу, можно подумать, что это дикая осока, даже не подозревая, что на её корневищах находятся вкусные клубеньки – «орешки», напоминающие миндаль. Они содержат много масла (до 25 %), и крахмала (около 20%), сахара и другие полезные вещества, количество которых зависит от места и условий выращивания.

Масло чufы светло-жёлтого цвета с запахом миндаля, его относят к группе оликовообразных (невсыхающих) масел, содержащих oleиновую кислоту. Это масло извлекают и используют в пищу. Находит оно применение и в промышленности при производстве высших сортов туалетного мыла.

На кондитерских фабриках чufу добавляют в шоколад, какао, конфеты, торты, из неё делают халву. По мнению специалистов, блюда, приготовленные с мукой чufы, хорошо усваиваются организмом.

Помимо вкусных клубеньков находят применение и зелёная, надземная часть растения. По питательности она не уступает злаковым травам, и её используют на корм домашним животных как в свежем виде, так и в виде силоса.

Чуфа – растение субтропическое и относится к роду Сыть семейства осоковых. Родина её – Средиземноморье и Северная Африка, а возделывается она в Испании, Италии, Сицилии, Египте, Марокко, Судане, Южной Америке.

В разных странах её называют по-разному: в Испании – чufа, в Италии – земляной миндаль, в Египте – сакитт, в Судане – неббу.

Культура эта очень древняя, клубеньки чufы находили в египетских пирамидах.

В России чufа стала известна как ценная огородная культура в конце XVIII века. Называли её зимовник и сыть. Чufу сеяли в Казанской губернии, а посадочный материал (клубеньки) распространяли через магазины, торгующие семенами.

В XX веке чufу выращивали в Украине, в Средней Азии, на Кавказе и Нижней Волге. Выращивается она и на участках садоводов-любителей средней полосы и даже Сибири.

В средней полосе вегетационный период чufы длится

несколько дольше, чем в южных районах – 5-6 месяцев. Её клубеньки высаживают в начале мая, а урожай убирают в конце сентября – октябре. Растение хорошо выносит первые осенние заморозки.

В Сибири чufу можно высаживать в конце мая, но лучше её выращивать через рассаду. Это значительно удлинит вегета-

ционный период, в течение которого происходит нарастание надземной массы и корневища, а значит клубеньки вырастают более крупные и хорошо вызревают.

Чуфа – теплолюбивое растение и боится заморозков, поэтому её высаживают ежегодно. При выращивании рассадным способом клубеньки высевают в стаканчики в апреле, так, чтобы к высадке в грунт рассада имела примерно 40-дневный возраст. Клубеньки перед посевом нужно замочить на 1-2 дня в воде комнатной температуры, при этом воду два-три раза в день следует менять. Наполните ёмкости плодородной смесью, хорошо её увлажните и высадите в каждую по 2-3 клубенька на глубину 4-5 см. Всходы появляются через 8-12 дней, причём похожи они на сорняки – имеют трёхгранные, похожие на осоку, листья. Рассада хорошо растёт на комнатном окне.

Когда угроза весенних заморозков минует, рассаду чufы высаживают на участке. Вообще эта культура достаточно неприхотлива и приживается практически в разных почвенно-климатических условиях. Но отличный урожай получается на лёгких, рыхлых почвах на хорошо освещённых участках. Чуфа очень отзывчива на плодородие почвы, поэтому при подготовке

участка под перекопку вносят 100 г/м² перегноя и до 200 г/м² золы (если этих удобрений мало, то их можно внести прямо в лунку). Лунки глубиной 25 см готовят на расстоянии 50 см между рядами и 35 см в ряду или же квадратно-гнездовым способом (50х50 см). Хорошо пролейте почву водой с марганцовкой. Высадку рассады производят так: заранее увлажнённые стаканчики с рассадой поставьте рядом с лунками, осторожно вынимайте рассаду с комом земли и сразу же сажайте растения в лунки чуть глубже, чем они росли в рассадных ёмкостях. Почву вокруг пересаженного растения можно замульчировать торфом, перегноем, компостом или просто сухой землёй.

Когда растения приживутся (а чufа обычно имеет 100%-

ую приживаемость) и пойдут в рост, их можно 2-3 раза подкормить раствором коровяка (1:10). Перед подкормкой не забудьте полить растение чистой водой. Расход коровяка составляет примерно 1 л на растение. Интервал между подкормками 10-14 дней.

Уход за растениями состоит из рыхлений, прополок; в очень жаркую погоду необходим полив. Рыхлят на глубину до 2 см и очень осторожно, поскольку корневая система чufы расположена очень близко к поверхности. Во второй половине лета при прополке растения следует один два раза слегка окучить (на 2-3 см).

Кусты чufы, разрастаясь, смыкаются между собой и образуют красивые и пышные зелёные «кочки». Это свойство растения можно использовать для декоративного украшения участка. Посадите, например, несколько растений чufы на цветочной клумбе или, наоборот, на грядке с чufой посейте 3-4 семени листовой свёклы (мангольда с красными черешками) либо обычной столовой свёклы – получится очень красивое и необычное сочетание.

Обильную зелёную массу длинных и плоских листьев можно использовать для плетения различных поделок и сувениров. Чуфа любит солнечные места и умеренные поливы. На болотистых, переувлажнённых почвах растения растут хуже, снижается урожай, а клубни образуются мелкие. Временное затопление чufы переносит.

В первый год своего развития растение образует мощный куст высотой от 40 до 80 см из пучков узких, длинных, жестковатых листьев. В каждом кусте пучков бывает до 240. Если удастся сохранить растение зимой, то на второй год чufа может дать стель с соцветием. Цветки у неё мелкие, невзрачные.

Подземная часть растения образует множество корневых побегов. Из верхних развиваются пучки листьев, на коротких боковых образуются столоны с утолщениями, из которых развиваются клубеньки – 200-400 и более штук на одном кусте. Клубеньки начинают формироваться уже через полтора-два месяца после появления всходов.

Форма клубней – удлиненная, овальная, но иногда и почти круглая. Длина 1-3 см, ширина 0,5-1 см. На заострённом конце находится почка, из которой в будущем (при посадке) появится 1-2 ростка. Окраска клубеньков – от тёмной до светло-коричневой с желтоватым или чуть розоватым оттенком. На поверхности 3-6 поперечных полосок-бороздок. Мякоть сладковатая.

Уход за этой культурой несложен, но сбор урожая имеет свои трудности. К уборке приступают только тогда, когда засохнет ботва, что бывает не раньше конца сентября. Поздняя уборка способствует не только хорошему вызреванию клубеньков, но и образованию в них большого количества масла, накопление которого происходит в основном к концу вегетации. Для сбора урожая следует выбрать сухой погожий день. Осторожно садовыми вилами подкапывают куст, отряхивают с корней землю. Клубеньки можно просеять на сетке с крупными ячейками, а затем на этой же сетке промыть их водой из шланга и просушить на солнце или в проветриваемом помещении. Недозревшие клубеньки отсортировывают и сразу же перерабатывают, т.к. хранятся они плохо. Клубни имеют белое ядро, причём кожица довольно жёсткая и не отделяется от ядра.

«Орешки» чufы, отобранные для еды, используют как свежими, так и в переработанном виде. Перед тем, как съесть, клубеньки хорошо промывают. Плотная, тонкая оболочка его при еде не ощущается.

На семена отбирают самые зрелые и крупные клубни. Такие в наших условиях можно получить при выращивании чufы рассадой. При этом клубеньки начинают появляться намного раньше и хорошо вызревают.

Отобранные семенные клубни промывают в растворе марганцовки, просушивают и укладывают на хранение в стеклянные банки, засыпая их на три четверти объёма. Банку закрывают пластмассовой крышкой, кладут набок и помещают до весны на нижнюю полку холодильника. Можно держать банку и на подоконнике, защищая от света. Температура для хранения посадочного материала должна быть плюсовой (не ниже 1°C). Если клубни вызрели, они хранятся хорошо. Правда, подсыхая, кожица их сморщивается и темнеет, поэтому перед посевом клубеньки замачивают.

При культивировании в Европе и Африке чufа даёт урожай 5-6 тонн сухих клубней с гектара. На садовом участке каждый куст может давать от 80 до 100 г, а иногда 400-500 г, что зависит от условий выращивания и ухода.

Экономия места в саду, чufу не обязательно выращивать на грядках, её можно разместить на газоне, в бордюрах, т.к. зелень её декоративна, она всегда пышна и свежа.

Специфических болезней и вредителей на этом растении пока не отмечено, но могут вредить проволочники, муравьи, медведки.

В Испании из чufы готовят вкусный и полезный напиток «Оршад» – сладкое растительное молоко со вкусом и запахом миндаля. Для этого измельчённые свежие клубеньки заливают тёплой кипячёной водой в соотношении 1:4 (1 часть клубней и 4 части воды). Если клубеньки сухие, их предварительно замачивают в тёплой кипячёной воде и пропускают через мясорубку.

Настаивают сутки, затем процеживают, одновременно протирая через мелкое сито, и добавляют по вкусу сахар. Перед употреблением напиток остужают в холодильнике.

Чufу, растолчённую в ступке, добавляют при выпечке тортов и печенья.

Из хорошо просушенных и прокалённых в духовке клубеньков можно получить диетический кофе.

Очень ароматна жареная чufа – по вкусу она превосходит каштан.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

ГОТОВИМ СЕМЕНА К ПОСЕВУ

Прогревание способствует появлению быстрых и дружных всходов. Проще всего семена прогреть около батареи центрального отопления, подвесив их в мешочке за 1,5-2 месяца до посева. Особенно нуждаются в этом семена огурцов.

Дражирование. Этот приём заключается в обволакивании семян питательной смесью, которая создаёт защитную оболочку, увеличивает размер семян (их проще высевать).

Для этого семена смачивают в растворе коровяка, разбавленного водой (1:10) и процеживают через сито.

Питательную смесь готовят из мелко размельчённого сухого коровяка, просеянного торфа, порошка суперфосфата. Смесь добавляют в банку с

влажными семенами и легонько встряхивают. Частицы прилипают к семенам, образуя форму драже.

В зависимости от культуры драже доводят до определённого размера: для моркови и петрушки – 2-3 мм, для лука и свёклы – 4 мм. Если семена дражировать заблаговременно, их надо просушивать в течение 2-3 часов и до посева хранить как обычные. Перед посевом слегка сбрызнуть водой и выдержать во влажной мешковине 1-3 суток. Семена, дражированные перед посевом, сушить не надо, а вот держать в мешковине – да.

Закаливание. Для повышения холодостойкости семена можно закаливать. Прогретые и обеззараженные, они выдерживаются во влажном месте до полного набухания, затем ставятся в холодильник на трое суток. После

этого их можно высевать.

Замачивание. Это самый простой и распространённый способ подготовки семян. Однако надо знать, что продолжительность замачивания семян разная: морковь, помидоры, лук, петрушку, свёклу выдерживают в воде до двух суток, а вот горох, капусту, редис, огурцы, кабачки, салат – 12 часов. В течение суток воду меняют 2-3 раза. Набухшие семена или проращивают, или сразу высевают.

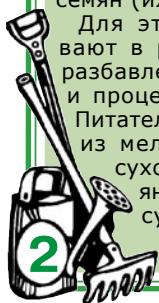
Барботирование. Очень эффективный приём предпосевной обработки семян. Он увеличивает всхожесть, обеспечивает очень быстрое и дружное прорастание.

Для насыщения воды кислородом подойдёт обычный аквариумный компрессор. Продолжительность барботирования семян гороха, томата, салата – до 12 часов, а моркови, петрушки, лука, свёклы, укропа – 24 часа и более. Если семена начинают проклёвываться в процессе барботирования, его надо

прекратить. После обработки семена слегка обсушивают, «до сыпучести», и высевают во влажные борозды.



Дражирование семян



СИРЕНЬ В САДУ

Сажают сирень весной или осенью. Особенно легко приживаются саженцы, приобретенные в контейнерах. Весной сирень рано трогается в рост. Кстати, на зимние оттепели сирень также откликается набуханием почек. Это объясняется тем, что сирень обыкновенная и её сорта, в отличие от многих других пород, имеют очень короткий период покоя, заканчивающийся ещё в октябре. Если её выращивать в оранжерее или зимнем саду, она будет вести себя как вечнозелёное растение. Почки, которые должны были бы распуститься в природе следующей весной, в комнате трогаются в рост в ноябре, причём задолго до сбрасывания старых листьев.

Континентальный климат высокогорий Балканского полуострова – родины сирени обыкновенной – обусловил её зимостойкость, выносливость к резким перепадам температур, засухоустойчивость; открытое местоположение – светлолюбивость, а особенности местных грунтов (известняковые склоны) обусловили предпочтение нейтральных или слабощелочных почв с хорошо проницаемым подпочвенным горизонтом. Поэтому для сирени непригодны низкие, заболоченные и затопляемые осенью или весной места. Даже непродолжительный застой воды вызывает отмирание молодых корней. Для более влажных мест лучше приобрести саженцы сортовой сирени, привитые на сирень венгерскую. К тому же сирень венгерская не даёт корневой поросли, бороться с которой очень утомительно на

сортах, привитых на сеянцы сирени обыкновенной.

Хороший саженец сирени обладает гладкой, упругой корой, с развитой корневой системой.



Почва для посадки должна быть умеренно влажной, плодородной. Участок должен быть защищён от сильных ветров.

Расстояние между кустами при посадке зависит от вида или сорта сирени и составляет 2-3 м. Посадочные ямы копают по схеме 50х50х50, а на бедных почвах 100х100х100 и заполняют их субстратом. В его состав входят компост или перегной (15-20 кг), древесная зола (20-30 г), суперфосфат (20-30 г).

При посадке слишком длинные корни подрезают. Сажают так, чтобы корневая шейка была на 3-4 см выше уровня почвы. Если подвоем является сирень венгерская, корневую шейку желательно заглубить на 5-8

см, чтобы привой образовал и свои корни. Посадки поливают и мульчируют.

Максимальной декоративности посадки сирени достигают лет через десять.

Уход за посадками сирени сводится к прополкам, рыхлению, поливам. В молодом возрасте корни сирени очень близко расположены к поверхности почвы, поэтому сорняки для неё – страшные конкуренты, особенно это пырей, одуванчик.

Большой вред молодым растениям сирени наносят хрущи – личинки майского жука. Они полностью объедают молодые корешки. Растения при этом либо перестают расти, либо погибают.

Подкармливать кусты следует со второго года после посадки. Подкармливают два раза (не позже середины июля) мочевиной или аммиачной селитрой по 20-30 г на одно растение.

Первую подкормку можно делать весной по ледяной корке. Суперфосфат (18-20 г) и сульфат калия (15-20 г) заделывают в почву на глубину 6-8 см раз в 2-3 года, осенью. Ценная подкормка – настой коровяка, куриного помёта. Лучшее комплексное удобрение – зола. Она снижает кислотность, обогащает почву фосфором, калием, серой, магнием, марганцем, бором и т.д. Её лучше вносить весной при перекопке, а на тяжёлых почвах – можно и осенью.

Сирень очень отзывчива на внекорневые подкормки микроудобрениями. Раствором микроудобрений кусты опрыскивают 1-2 раза за сезон: после цветения и в начале августа.

При появлении единичных всходов плёнку снимают. В течение двух дней аккуратно поливайте всходы дождеванием. Как только остальные сеянцы проклюнутся, помогите им – снимите семенную оболочку. Молодые сеянцы нуждаются в хорошем освещении. Распикируйте их, когда семядольные листья полностью развернутся, что обычно происходит примерно 12-18 дней. Следует помнить, что горшки для перцев должны быть больше, чем для томатов (диаметр не менее 10-12 см). Грунт для пикировки можно использовать такой же, как и на посев. Перед пикировкой горшки пролейте водой в два приёма, но не заливайте сильно. Затем молодые растения нужно подкопать и легко извлечь из ящика, удерживая за один из семядольных листьев, а не за стебель, и поместить в ямку, сделанную таким образом, чтобы корни заполнили всю её глубину. Необходимо хорошо уплотнить субстрат, чтобы вытеснить воздух вокруг корней, а затем следует полить сеянцы водой.

Скорость роста рассады очень зависит от света, температуры воздуха и температуры почвы в горшках. Когда сеянцы полностью взошли, температура воздуха должна быть снижена до 18-23 °C в зависимости от условий освещённости, при солнечном свете – до 25°C. Мощный рост рассады перца может быть достигнут только в условиях режима высоких температур. Растения, выращенные в условиях низких температур, редко хорошо растут и плодоносят. Очень важна температура в зоне корней, поэтому не ставьте ящики и горшки на холодные подоконники.

Учитывая всё вышесказанное, поддерживайте следующий температурный режим:

- температура корней 22-23°C;
- температура днём 22-26°C;
- температура ночью 20°C.

Не открывайте рядом окна, заносите рассаду на ночь с лоджий в комнату.

Во время вегетации перцев не следует поливать их методом дождевания, это может быть опасным из-за чувствительности перца к гнилям. На стадии выращивания рассады такой проблемы обычно не возникает, т.к. растения быстро иссушаются в отапливаемой жилой комнате. Поэтому возможно опрыскивание растений в солнечную погоду для образования благоприятной атмосферы и поддержания сильного вегетативного роста.

Особенно важно, чтобы у рассады была хорошо развитая мочковатая корневая система. Нельзя допускать, чтобы грунт чрезмерно пересыхал в течение всего времени выращивания рассады, в противном случае произойдёт повреждение корней, замедлится рост перца, преждевременно одревеснеет стебель, что приведёт к резкому снижению урожая. Поэтому рекомендуется поливать понемногу и часто для поддержания хорошего водного баланса в корневой зоне. Горшок должен оставаться достаточно влажным в течение длительного времени. Частота поливов уменьшается в пасмурную погоду и увеличивается в солнечную погоду и с возрастом рассады.

Жидкие подкормки лучше начинать через несколько недель после пикировки. Можно использовать удобрение «Кемира» из расчёта 10 г на 5 л воды. Перед подкормкой немного полейте горшки водой, а затем влейте в них по стакану раствора удобрений. Не прищипывайте на перцах никаких регуляторов роста, они этого не любят. Молодую рассаду можно разместить на небольшой площади, но когда листья начнут соприкасаться, растения нужно расположить более просторно. Хорошо выносить их на лоджии, где температура должна быть не ниже 18°C.

Е. Матвеева
агроном

На ЗАМЕТКУ! ВИТАМИНЫ

Овощи богаты различными витаминами, что делает их необходимыми для приготовления полезных блюд.

Витамин А содержится в растениях в виде провитамина (каротина), который в организме преобразуется в витамин А. Он обеспечивает нормальный рост организма, предохраняет от заболевания глаз, так называемой «куриной слепоты». Особенно богаты каротином морковь, укроп, листья петрушки.

Витамин В1 предохраняет от заболевания нервной системы. Больше всего этого витамина в горохе и фасоли.

Витамин В2 – при его недостатке нарушается обмен веществ. Этого витамина много в капусте, томатах, шпинате, щавеле, спарже.

Витамин В6 предохраняет от заболеваний кожи, обеспечивает нормальный белковый обмен и синтез жиров. Содержится в свёкле, бобах, тыкве и ряде других овощей.

Витамин РР (никотиновая кислота) положительно влияет на деятельность нервной системы, желудка. Имеется во многих овощах – в зелёных бобах, моркови, капусте, картофеле и других.

Витамин С участвует в окислительно-восстановительных процессах в организме, предохраняет от заболевания цингой. Имеется почти во всех овощах, но особенно много его в перце (стручковом), томатах, редьке, капусте, укропе.

Витамин Р – при отсутствии его в пище нарушается прочность капилляров кровеносных сосудов. Больше всего его в молодой зелени крапивы, в листьях капусты и салата, в свёкле, ревене, томатах.

Витамин Е повышает жизнеспособность организма. Имеется во многих овощах – в горохе, капусте, зелёном луке, моркови.

Витамин Н – отсутствие его в пище вызывает кожные заболевания, сопровождающиеся шелушением и покраснением кожи, а также выпадением волос. Богаты им томаты, морковь, шпинат.

Витамин К способствует свёртываемости крови. Содержится в зелёных листьях большинства овощей, а также в плодах моркови, тыквы, в кочанах капусты. Особенно много его в шпинате.



ЦЕЛЕБНЫЙ АРОМАТ



Ароматические вещества использовались в лечение издавна, ими пользовались такие знаменитые врачи, как Гиппократ, Авиценна. Набор нюхательных солей применялся для успокоения различных припадков, головной боли, других недугов.

Без чувства обоняния невозможно представить себе полноценное восприятие мира, ведь именно обоняние играет немаловажную роль в правильном функционировании всех систем организма. Так, аппетитный запах пищи способствует выделению желудочного сока и, следовательно, лучше её перевариванию, неприятный же запах, напротив, предупреждает нас, что пища недоброкачественна, и тем помогает избежать пищевого отравления.

Слизистая оболочка носа пронизана множеством нервных окончаний, улавливающих запахи. Нервные окончания многочисленными путями связаны с вегетативной нервной системой и корой головного мозга. При вдыхании

ароматических веществ мозг реагирует на их сигналы, посылая команды отдельным органам и системам. А теперь давайте пофантазируем: обратился к врачу, а тот прописал ему... аромат тимьяна или розы. Согласитесь, такой метод куда приятнее таблеток.

Лечение ароматами не забыто и сегодня. Оно переживает новый подъём. Например, с помощью ароматерапии лечат болезни сердечно-сосудистой системы, нервные расстройства. Для этого используют ароматы лавра благородного, розмарина, герани. И результаты заметны. А фитонциды, содержащиеся в чесноке и луке, давно рекомендовали себя с самой лучшей стороны при заболеваниях лёгких, бронхов. Подмечено, что приятные запахи повышают работоспособность, поднимают настроение, а неприятные могут вызвать головную боль, повышенное давление.

Р. Романова

