کاشت سبزی‌های خوراکی در خانه یکی از راه‌هایی است که علاوه بر تفریح می‌تواند به صرفه‌جویی هم منجر شود

سبزیکاری در بالکن

زینب خزایی

جامعه

اولین باری که سبزیکاری در خانه را دیدم در آپارتمان یکی از اقوام بود. چند گلدان تره، شاهی و ریحان را از فروشگاهی خریده و گذاشته بود روی بالکن کم‌نورشان. سبزی‌ها کم‌جان بودند اما چیدن‌شان برای سفره شام حس خیلی خوبی داشت. به نظرم آدم هرقدر هم که ناشی باشد سبزی‌هایش از آن سبزی‌های فروشگاهی که بدتر نمی‌شوند. تجربه‌اش می‌ارزد. اصلا چرا باید در خانه سبزی بکاریم؟ این همه زحمت فقط به خاطر حس خوبش؟ قطعا نه. در کنار حس خوب می‌شود به محاسنی مثل تولید محصول سالم و ارگانیک، صرفه‌جویی هزینه‌ها و در دسترس بودن آسان سبزی اشاره کرد. علاوه بر اینها می‌شود در مصرف آب هم صرفه‌جویی کرد. چطور؟ موقع شست‌وشوی میوه‌ها، آب را داخل سینك جمع کنید و از آن برای آب دادن سبزیجات یا دیگر محصولات باغچه‌ای و گلدان‌ها استفاده کنید.

می‌شود گفت بیشتر سبزی‌ها مثل تره، شاهی، شنبلیله، ریحان، نعنا، جعفری، گوجه‌فرنگی، فلفل دلمه‌ای و حتی کدو و بادمجان در خانه قابل کاشت هستند. بستگی دارد شما به کدام علاقه‌مند باشید و چقدر جا برای پرورش آنها داشته باشید. در ادامه سبزیکاری در خانه را گام به گام توضیح داده‌ایم.

گام اول: انتخاب بذر مناسب

چرا انتخاب بذر اولین و مهم‌ترین قدم برای این کار است؟ چون شما اگر بهترین خاك، نور کافی و سایر شرایط محیطی مناسب را داشته باشید اما بذرتان نامرغوب باشد، همه تلاش‌تان هدر می‌رود. بهتر است از بذرهای بسته‌بندی شده استفاده کنید چون این بذر اصلاح و بوجاری شده‌اند و تاریخ انقضا و مقدار بذر مصرفی در هر متر مربع روی آنها هم درج شده.

نکته: برای اطمینان از سلامت بذر می‌توانید یك تست ساده از بذر بگیرید. به همین منظور چند عدد بذر را لای دستمال کاغذی یا یك تکه پارچه نخی نازك بپیچید. دو سه روز آن را با اسپری کردن آب مرطوب نگه دارید. اگر طی این مدت بذرها جوانه بزنند یعنی زنده‌اند و سالم وگرنه باید بی‌خیال کاشت آنها شوید و بذر جدید تهیه کنید.

بهتر است بذرها را چند ساعت تا چند روز قبل از کاشت بخیسانید تا زودتر سبز شوند. تعداد این ساعات بستگی به اندازه بذر و ضخامت پوسته آن دارد. مثلا بذر شاهی و جعفری که ریزند دو ساعت و باقلا و لوبیا که درشتند چهار ساعت باید در آب خیسانده شوند. طی این مدت خیساندن بذرها متورم می‌شوند. مثل وقتی که لوبیا و نخود را برای آش خیس می‌کنیم. می‌گویند آب ولرم باشد بهتر است.

گام دوم: انتخاب خاك مناسب

خاکی برای سبزیجات مناسب است که سبك باشد. اگر از خاك باغچه استفاده می‌کنید آن را الك کنید و مقداری خاك برگ با آن مخلوط کنید. خوب است خاك کمی نم داشته باشد. ولی اگر خاك‌های آماده‌ای مثل پرلیت تهیه کرده‌اید نیازی به این کار نیست. حتی می‌توانید بسترهای بسته‌بندی شده حاضری را که مخصوص کاشت سبزیجات هستند خریداری کنید. خاك را درون یك گلدان یا ظروف کاشت (فلاور باکس) به ارتفاع حدود یك وجب (۲۰-۱۵ سانتی‌متر) بریزید. دقت کنید ظرف‌تان سوراخ زهکش داشته باشد. آب روی بذرهای خیس شده را خالی کنید. حتی می‌توانید آنها را روی یك تکه روزنامه بریزید تا موقع کاشت خیلی خیس و آبکی نباشند. بعد بذرها را با دست روی خاك بپاشید. مقدار بذر استفاده شده در هر متر مربع را روی بسته بذر نوشته. شاید با خودتان بگویید قطر گلدان من آن قدر کوچك است که اصلا به محاسبه متر مربع نمی‌رسد. ایرادی ندارد. مهم این است که شما دقت کنید زیاد بذر نپاشید که بعدا مجبور به تنك کردن آن شوید.

نکته۱: عمق کاشت چقدر باشد؟ بسته به بزرگی و کوچکی بذر، عمق کاشت ۰/۵ تا ۲/۵ سانتی‌متر است.

نکته۲: چقدر خاك روی بذر بریزیم؟ نباید خیلی روی بذرها خاك بریزید به خصوص در آنهایی که خیلی ریزند. چون خاك زیاد باعث نرسیدن نور و اکسیژن شده، خفه می‌شوند و نمی‌توانند جوانه بزنند. فرمول خاصی برای این کار وجود ندارد و بیشتر بر اثر تجربه به دست می‌آید ولی اگر خیلی اهل عدد و رقم هستید خوب است بدانید مقدار خاك ریخته شده روی بذر تقریبا هم اندازه یا حداکثر دو برابر قطر بذر است. مثلا اگر قطر بذر سه میلی‌متر است سه و نهایتا شش میلی‌متر خاك روی آن ریخته می‌شود.

نکته۳: اگر جایی خواندید که نوشته بود سبزیجات را می‌توان در بسترهای خاکی و یا غیرخاکی کاشت منظور از غیرخاکی همین پرلیت است.

نکته۴: بعضی سبزیجات مثل گوجه‌فرنگی، کلم و تره‌فرنگی برای رشد بهتر باید نشاءکاری شوند یعنی اول بذر آنها در خزانه (جایی غیر از گلدان) کاشته شود، بعد در محل کاشت اصلی نشاءکاری شود. بنابراین بعد از این‌که ارتفاع بوته به حدود ۲۰ سانتی‌متر رسید و در زمانی که یك روز از آبیاری آنها گذشته، باید از خاك درشان آورد و به ظرف کاشت منتقل کرد. البته باید توجه داشت که خاك اطراف ریشه نشاء از هم نپاشد.

گام سوم: آبیاری

بعد از کاشت باید بذرها را آب داد. بهتر است با آبپاش این کار را انجام دهید، نه با شلنگ. چون حجم زیاد آب باعث حرکت بذرها می‌شود و بعد موقع سبز شدن در یك قسمت تراکم زیاد بذر را دارید و در قسمت دیگر کچلی. حتی برای اطمینان از جابه‌جا نشدن بذرها موقع آبیاری، روی آنها را یك گونی یا پارچه نخی نازك بکشید بعد با آبپاش آب بدهید. این کار را تا زمانی ادامه دهید که بذرها جوانه بزنند. حواس‌تان باشد آن قدر هم آبیاری نکنید که بذرها بگندند.

نکته: سبزیجات سبز شده نباید خشکی ببیند و باید در آبیاری آنها خیلی دقت کرد.

گام چهارم: نور و دما

بذرها بعد از آبیاری در خاك مستقر می‌شوند و کم کم شروع می‌کنند به ریشه دواندن. تا قبل از جوانه‌زنی نیاز به نور ندارند، اما به محض جوانه زدن باید چهار پنج روز آنها را در جای نورگیر قرار دهید. جای نورگیر هم جایی است که به طور متوسط شش ساعت از روز را نور داشته باشد.

گام پنجم: هرس

وقتی جوانه‌ها رشد کردند و بوته سبزی هشت برگی شد، دو برگ کوچک انتهایی را که تازه درآمده و در سر ساقه قرار دارد با نوك ناخن بکنید. اگر یادتان باشد این کار را با گل حسن یوسف و بعضی گل‌های دیگر می‌کنیم. فایده‌اش چیست؟ باعث می‌شود برگ‌های بیشتری در پایین ساقه شروع به رشد کنند و محصول‌تان بیشتر شود. اگر ریحان، جعفری و گشنیز کاشته‌اید هرس برایشان ضروری است.

گام ششم: انتخاب ظرف مناسب

معمولا برای کاشت سبزیجات در بالکن از ظروف کاشتی که مستطیلی هستند استفاده می‌کنند چون عمق کم و سطح زیاد نسبت به گلدان‌های استوانه‌ای دو گزینه کارآمد برای این انتخاب است. این ظروف مستطیلی ممکن است جعبه‌های چوبی باشند یا ظروف پلاستیکی که به فلاور باکس معروفند. از ظروف دورریختنی هم می‌توانید به عنوان ظرف کاشت استفاده کنید. مثلا یك بطری نوشابه را به صورت افقی برش بزنید تا تبدیل به یك گلدان شود. جنس گلدان پلاستیکی، چوبی یا سفالی باشد فرقی به حال رشد سبزیجات ندارد، مهم تأمین عمق مورد نیاز کاشت و داشتن سطح بیشتر برای برداشت زیادتر محصول است. به طور کلی عمق کاشت ظرف نباید از ده سانتی‌متر کمتر باشد.

گام هفتم: زمان کاشت

بهار زمان مناسبی برای کاشت سبزیجات است، چون به‌راحتی می‌شود ظروف کاشت را روی بالکن و در هوای آزاد قرار داد. اما دقت کنید سبزیجات حساس به سرما را در اوایل بهار و بعد از برطرف شدن خطر سرمای دیررس بهاره کشت کنید.

گام هشتم: درمان سبزی‌های بیمار یا آفت‌زده

در گزارش‌های آینده به طور مفصل در این باره خواهیم نوشت، اما به طور اجمالی بدانید که به هیچ وجه از سموم شیمیایی برای درمان بیماری‌ها یا آفات سبزیجات خانگی استفاده نکنید. این کار به نفع سلامت خودتان و محیط زیست است. چون سموم ماندگاری زیادی در بافت سبزیجات دارند و تا قبل از بین رفتن اثر سم شما ناچار به چیدن سبزی هستید. سبزی آلوده به سم ارزش مصرف دارد؟ اگر دیدید گلدانی آلوده است تنها راه آن شست‌وشو با آب است. در مواردی می‌توان مایع ظرفشویی رقیق شده را با اسکاچ روی قسمت آلوده مالید و بعد با آب شست. حواستان باشد مایع پای گلدان نریزد.

نکته: یك راه پیشگیرانه برای ابتلا به بیماری، مخلوط کردن مقداری زغال پودر شده در خاك است.

گام نهم: تغذیه

برای تغذیه سبزیجات می‌توانید از کودهای سبز و ارگانیك یا شیمیایی استفاده کنید. اگر انتخاب‌تان کود شیمیایی است حتما به دوز مصرف روی بسته دقت کنید. استفاده بیش از حد در بدن انسان و حتی گیاه ایجاد مسمومیت می‌کند. به علاوه هزینه خرید کود شیمیایی برای مصارف خانگی به صرفه نیست. پس بهتر است خودتان دست به کار شوید و با پسماندهای گیاهی خانگی کود سبز بسازید.

گام دهم: وسایل مورد نیاز

با هم یك بار وسایلی را که در بالا ذکر کرده‌ایم مرور می‌کنیم: بذر، خاك، گلدان، آبپاش، الك و یك تکه گونی، پارچه نخی یا روزنامه. دستکش و بیلچه هم به کارتان می‌آید.

حق با شماست

info@jamejamonline.ir

روابط عمومی: ۲۲۲۶۲۱۴۲

#سبدکالا_بدقولی

زنوزی از ورامین:

سبد حمایتی کالا فقط یك بار در سال ۹۷ به تعداد کمی از مردم داده شد. با این که قرار بود این سبد سال ۹۸ تکرار هم شود، اما باز شاهد بدقولی دولت بودیم.

#همسان‌سازی_حقوق

اسکویی از تهران:

از مسؤولان و دولت محترم درخواست می‌شود قانون همسان‌سازی حقوق بازنشستگان کشوری را هر چه زودتر اجرایی کنند.

#گلایه_خودروساز

کلایایی از تهران:

خودروسازان ارز ۴۲۰۰ تومانی را از دولت دریافت کردند تا ضمن افزایش تولید، قیمت خودرو را نیز افزایش ندهند، با این وجود نه تنها تولید زیاد نشد بلکه خودرو نیز گران شد.

#انتظار_سهام‌عدالت

یزدانی از قائمشهر:

چرا هنوز واریز سود سهام عدالت برای افرادی خاص انجام نشده است؟ این درحالی است که طبق خبرها به همه واجدان شرایط این سود تعلق گرفته است.

#قیمت_بی‌قانون

اکبری از تنکابن:

در فروشگاه‌های شهرستان تنکابن هر مغازه اجناس خود را با قیمت دلخواه به فروش می‌رساند و به نظر می‌رسد هیچ نظارت مصوبی بر کالاها وجود ندارد.

#پالار_اراذل

مددی از تهران:

محله پالار واقع در شهرك ولیعصر منطقه ۱۸ پاتوق معتادان و وانت‌بارها شده و متاسفانه اراذل و اوباش نیز با موتور و ایجاد سروصدای زیاد مزاحم مردم می‌شوند.

#معافیت_پزشکی

شیرزادی از قم:

متاسفانه بیشتر اداره‌ها و واحدهای تولیدی بزرگ به افرادی که معافیت پزشکی از نظام وظیفه دارند کار نمی‌دهند و این افراد با مشکلات بسیار زیادی برای پیدا کردن شغل روبه‌رو هستند.

جوابیه

در پی درج پیامی در ۱۸ اردیبهشت ۱۳۹۸ با عنوان «بلیت_گران» مشاور مدیرعامل و مدیرارتباطات و امور بین‌الملل متروی تهران و حومه با ارسال نمابری اعلام کرد: به اطلاع می‌رساند تعیین قیمت انواع بلیت مترو از جمله بلیت ایستگاه فرودگاه امام خمینی(ره) منوط به تایید و تصویب شورای اسلامی شهر تهران است.

منبرهای گیاهی

چون که صد آید نود هم پیش ماست

اگر از باغبانان بپرسید بهترین آرزویتان برای درختان چیست چه می‌گویند؟ خیلی‌هایشان به درخت مثل بچه‌هایشان نگاه می‌کنند. می‌گویند خدا کند همیشه سالم و سرحال باشند. آنها خوب باشند حال ما هم خوب است. دعای عافیت می‌کنند برای باغ‌شان. مثل مادرها که طاقت مریضی بچه‌هایشان را ندارند. حاضرند خودشان مریضی بکشند، ولی بچه‌هایشان نه. برای همین بزرگ‌ترین دعایشان همیشه عافیت و عاقبت به خیری است. مریضی و بدحالی ضد عافیت است و عافیت ضد هرچه بدی. برای همین توصیه‌مان کرده‌اند همه چیز را همراه عافیت بخواهیم؛ عافیت در مال، اولاد، آبرو و ... . در عافیت خواستن همه چیز هست. چون که صد آید نود هم پیش ماست. یکی از دعاهای ما در شب قدر باید همین دعا باشد. «اللهم عافنا فی جمیع الامور... خدایا در همه کارها به ما عافیت بده.» چنان که حضرت رسول اکرم (ص) فرمودند: سلوا ا... العافیه، فما اعطی افضل من العافیه الا الیقین» [۱] از خداوند عافیت مسألت کنید چرا که برتر از عافیت به بنده چیزی اعطا نشده مگر یقین. منظور از نعمت یقین هم عافیت قلب از آفت جهل و شك است که از عافیت بدن به مراتب بالاتر است.

۱.[جامع السعادات ج ۳ ص ۲۷۲]

سوزنك

این روزهای بهاری اگر به گل‌های روییده شده در دشت و صحرا دقت کرده باشید یك گل ریز صورتی می‌بینید که در کنارش یك زائده سوزن مانند سبز دارد. این سوزن‌ها در واقع دانه‌های گلند که دراز، پنج گوش و منقار شکل هستند. این گل یك علف هرز بهاره است از خانواده شمعدانی. اسم‌های زیادی برای آن گذاشته‌اند از جمله نوك لك‌لکی، سوزن چوپان، شمعدانی غده‌دار، منقار لك‌لك، علف ساعتی و سوزنك که آخری از همه معروف‌تر است. ویژگی جالب سوزنك این است که بذرهایش را به کمك باد، آب یا حشره منتشر نمی‌کند بلکه دارای یك مکانیسم منحصر به فرد برای این کار به نام مکانیسم انفجاری است. سوزنك بذرهای خود را تا مسافتی بیش از یك متر پرتاب می‌کند تا بذر در جای جدید مثل یك مته بچرخد و در خاك فرود رود و بهار سال بعد از آنجا سبز شود. کار چرخش به کمك ریشك‌های متصل به دانه انجام می‌گیرد.

گفته می‌شود این ریشك‌های نیزه مانند در واکنش به افزایش یا کاهش رطوبت محیط به ترتیب در جهت حرکت عقربه‌های ساعت یا خلاف این جهت شروع به چرخیدن می‌کنند. پس اگر بذر در تماس با خاك یا میان سنگ‌ها یا شاخ و برگ باشد، می‌تواند از آنها به عنوان تکیه‌گاهی برای فشردن خود درون خاك استفاده کند.

این گل به صورت خوابیده در سطح زمین رشد می‌کند و به این ترتیب از رشد و جوانه زنی گیاهان رقیب خود جلوگیری می‌کند.