

پرورش سبزی‌ها داخل آپارتمان

گسترش زندگی شهرنشینی موجب سر به فلک کشیدن برج‌ها و آپارتمان‌ها و ناپدید شدن خانه‌های حیاط‌دار و باغچه‌های کوچک و بزرگ زیبای آن در شهرمان شده است. در نتیجه بسیاری از علاقمندان به سبزی‌کاری از این لذت محروم شده‌اند ولی ما می‌خواهیم شما را با پرورش سبزیهای تازه داخل خانه که کاری سرگرم‌کننده، جالب و مقرون به صرفه است آشنا کنیم:

بذر هر نوع سبزی (تره، شاهی، شنبلیله، ریحان، جعفری، گوجه‌فرنگی، فلفل‌رنگی، حتی کدو و بادمجان) را در هر زمان و هر فصلی می‌توان در آپارتمان (چه در بستره‌ای خاکی و چه غیرخاکی) کاشت و از خوردن آن لذت برد؛ بنابراین سبزی‌کاری در خاک، آن هم در فضای آپارتمانی، سهل و لذت‌بخش است.

ابزار لازم جهت کاشت سبزی:

بذر، خاک استاندارد، گلدان مناسب، دستکش، آبپاش کوچک، بیلچه و الک تنها ابزارهای کاشت سبزی در آپارتمان هستند. نکته مهم این است که در انتخاب بذر مناسب و خاک استاندارد از راهنمایی فروشندگان محصولات کشاورزی استفاده کنید. خوشبختانه بذر بیشتر سبزیجات در هر شرایطی پرورش می‌یابد و برای این منظور می‌شود از جعبه‌های چوبی، سطل‌های پلاستیکی، گلدان‌های بزرگ و کوچک، انواع ظروف مایع ظرف‌شویی و حتی بطری‌های نوشابه خانواده استفاده کرد. مهم، عمق گلدان، وجود زه‌کش مناسب و آبیاری به موقع و تنظیم برنامه کوددهی آنها است.



روش کاشت :

برای کاشت سبزی در خانه روش‌های مختلفی وجود دارد. قدم اول انتخاب بذر مناسب و استاندارد است؛ ابتدا بذر را روز قبل از کاشت در آب ولرم می‌ریزیم و بین ۸ ساعت تا سه روز مجازیم آنها را در آب نگه داریم تا متورم شوند. سپس خاک خوب و با کیفیت و مناسبی را انتخاب و الک می‌کنیم و به ارتفاع حداقل ۱۵ سانتی‌متر در یک گلدان که زهکش داشته باشد می‌ریزیم.

بذر را از آب خارج و به روی یک پارچه یا روزنامه قدیمی منتقل می‌کنیم تا نم آنها گرفته شود. سطح خاک را می‌کوبیم و صاف می‌کنیم و بذر را به صورت فاصله دار روی سطح خاک می‌پاشیم و روی بذر را با کمی خاک می‌پوشانیم اما دقت کنید که اگر سایز بذر دو میلی‌متر باشد، حداکثر دو میلی‌متر باید روی آن با خاک پوشانده شود. در مرحله بعد، سطح مقطع گلدان را با یک برگ روزنامه می‌پوشانیم تا بذر دقیقاً زیر روزنامه قرار بگیرند و با یک آبپاش کوچک و روزانه دو تا چهار بار روی روزنامه آب می‌ریزیم تا سطح آن کاملاً خیس شود و گلدان را دو تا پنج روز در گرم‌ترین جای ممکن قرار دهید.

در صورتی که به شرایط لازم برای پرورش سبزی دسترسی ندارید، از کیت‌های هیدروپونیک استفاده کنید. این وسیله بدون نیاز به خاک با استفاده از مایع مغذی و نور مخصوص به رشد سریع گیاه کمک می‌کند. این دستگاه‌ها در ابعاد مختلف از جمله مناسب برای مصارف خانگی نیز ساخته شده‌اند.



نکات مهم :

- برای رشد سبزی‌ها جای کافی در نظر بگیرید.
- دقت کنید پنجره‌ای که انتخاب می‌کنید، هر روز باید ۶ ساعت نور بتابد و بعد از ظهرهای خیلی داغی نداشته باشد. پنجره رو به جنوب از این جهت که برگ گیاه نمی‌سوزد یا پنجره آشیخانه که گیاه نزدیک محل آشیخه شماست، مناسبند.

- می توان گلدان آماده شده را دور از نور و در جای تاریک نگه داشت تا سبزی ها دو تا سه میلی متر رشد کنند و روزنامه آرام آرام بالا بیاید. در این مرحله، روزنامه را برمی داریم و مستقیماً به گیاه آب می دهیم و در این مرحله گلدان را در معرض نور قرار می دهیم. هر چه نور بیشتری به سبزی ها برسد بهتر است اما اگر چن ین فضایی در آپارتمان نداشتیم، می توانیم از لامپ های فلورسنت استفاده کنیم.
- بعد از گذشت حدود دو هفته به گیاه کود می دهیم و ترجیحاً از کود طبیعی استفاده می کنیم اما اگر این کود در دسترس نبود، سراغ کودهای شیمیایی استاندارد می رویم. در مورد دادن مقدار کود دقت کن ید که اضافی نباشد. بسیاری از سبزی ها دوستدار خاک معمولی و حتی ضعیف هستند. دوز مورد نیاز روی بسته این کودها نوشته شده است و جای نگرانی نیست.



- گیاه را به طور منظم آب دهید و از خروج آب بعد از هر بار آبیاری مطمئن شوید. یکی از عوامل مهم از بین رفتن سبزی، ماندگاری آب و پوسیدگی ریشه است پس باید ظرفی را انتخاب کنید که زه کش مناسب داشته باشد.
- گلدان را هر چند وقت یک بار بچرخانید تا سبزی در تمام جهات یکسان رشد کند.

- اگر تمام این مراحل به درستی انجام شود بعد از گذشت حدود دو هفته سبزی ها آماده خوردن می شوند بگذارید سبزی ۱۵-۲۰ سانتی متر رشد کند سپس اقدام به برداشت کنید . اما توصیه می شود که تا یکی دو بار این سبزی ها (به ویژه تره) را نخورید و با قیچی آنها را بچینید تا پایه آنها قوی تر شود.
- در هر بار تنها ¼ آن را برداشت کنید.
- بگذارید برگ گیاه تا برداشت بعدی به اندازه کافی رشد کند.
- برای جلوگیری از آفت زدن گیاهان هر از چند گاهی باید مقداری آب را با الکل مخلوط کنیم و به جای سم، روی سبزی‌ها بپاشیم. حتی اگر این سبزی های ما مورد حمله شته ها هم قرار گرفته باشند با این کار، آنها از بین می روند. از طرف دیگر، چون طی مراحل رشد از هیچ سمی هم استفاده نمی کنیم، سبزیجات کاملا ارگانیک (طبیعی) هستند.

منابع :

روزنامه سلامت

همشهری آنلاین