Огород – кормилец

Автор:
Иван Дубровин

Огород – кормилец

Иван Ильич Дубровин

Кормилец

Вы – счастливый обладатель шести соток и каждую осень проводите в хлопотах, стараясь сохранить на длительное время выращенное изобилие. Прочитав книгу «Огород-кормилец», вы узнаете массу нового о хранении, сушении, солении, мариновании и замораживании овощей и корнеплодов, а также о приготовлении из них повседневных и праздничных, вкусных и полезных блюд. Готовя по рецептам, приведенным в этой книге, вы всегда сможете похвататься экологической чистотой своих блюд. Ну а кроме кулинарных рецептов, в вашем распоряжении окажутся проверенные веками рецепты народной медицины, которые помогут вам сохранить здоровье, молодость и красоту на долгие годы.

Иван Ильич Дубровин

Огород-кормилец

ВВЕДЕНИЕ

На протяжении многих веков и даже тысячелетий человек жил за счет огородного хозяйства. И по сей день огород воспринимают как одно из самых выдающихся достижений человеческой мысли, открытие науки ботаники. Все великие открытия рождались на свет благодаря счастливому случаю. Например,

Архимед открыл закон о выталкивающей силе, ныне носящий имя великого грека, расплескав воду в ванной. С Ньютоном, если верить досужим разговорам, произошел еще больший конфуз: он открыл закон всемирного тяготения, когда ему на голову упало яблоко. И совсем глупо получилось с открытием силы пара. Дж. Уатт изобрел первую в истории паровую машину, после того как увидел прыгающую крышку на кастрюле с кипящей водой. Родилось огородничество, подобно всем великим открытиям человечества, совершенно случайно.

Первобытный человек был очень наблюдательным. Все происходящее в природе живо интересовало его, поскольку от этого зависело его выживание. Пращуры-троглодиты создавали мегалитические сооружения, по которым вели календарное исчисление месяцев и времен года. Древние внимательно следили за поведением промысловых животных, пытались подражать им, чтобы запомнить все повадки зверя и поймать его. Наблюдали первобытные общинники также и за растениями, которые были для них наиболее загадочными: живые существа, растения вместе с тем вели себя отлично от животных, больше похожих на человека. Растения могли быть очень вкусными, а могли быть смертельно ядовитыми. Растения давали большую долю пищи, жилье, огонь. Понятно, что человек преклонялся перед таинственными существами и внимательно следил за их поведением.

Он не мог не заметить, что зарытые им или животными в землю про запас съедобные части растений прорастали и превращались в настоящие взрослые растения, которые давали еще больше того, из чего они выросли. Человек попытался сажать растения – закапывать в землю объедки, и в результате получил свой первый урожай. Такой, чисто утилитарный характер имели первые ботанические наблюдения человека, и они позволили ему одержать первую победу над природой, создать собственный источник питания, в противоположность лесу.

Древнейшим овощем считается капуста, которую в неолите (новокаменном веке) стали выращивать иберийские племена. Пять тысячелетий назад человек познакомился с тыквой. К появлению первых цивилизаций человечество знало все основные овощные культуры.

Некоторые великие древние цивилизации возникали на основе огороднических поселений. Например, инки, создавшие в доколумбовом Перу могучую империю, были опытными картофелеводами, изобретавшими различные хитрые приспособления для выращивания этой культуры. Инки выкапывали в

плодородных андских почвах в полусотне километров от столицы своей империи, города Куско, огромные террасовидные углубления в виде правильных кругов – один в другом. На выступах террас индейцы выращивали картофель. Для посадки картофеля использовался специальный деревянный кол с подставками для рук и ног. Этим колом мужчины делали в земле углубления, в которые следовавшие за мужчинами женщины помещали в углубления клубни картофеля, после чего засыпали лунки землей. Таким образом, огородничество лежало в основе исторического прогресса человечества.

Настоящая книга посвящена этому древнему и необычайно полезному занятию – огородничеству, а точнее тому, что оно дает людям, и тому, без чего оно было бы просто невозможным. Эта книга об огородных культурах, то есть овощах, которые люди спустя тысячелетия научились не только употреблять в пищу, но и с успехом использовать для других нужд. Каких именно? Читайте дальше, и вы все узнаете!

ГЛАВА I

ОВОЩИ И ВИТАМИНЫ

Со школьных лет мы знаем, что человека создал труд. Определенно, роль трудовой деятельности в формировании социальной и интеллектуальной природы человека велика, но человек все-таки является биологическим существом, и следовательно, его биологическая эволюция происходила под воздействием тех или иных экологических факторов, в том числе питания.

И здесь-то кроется один из главных секретов человека. Оказывается, биологическая эволюция человека была бы невозможна, если бы мать-природа не изобрела овощей ко времени появления наших обезьяноподобных предков. Овощи создали человека! На протяжении миллионов лет природа, экспериментируя со своими чадами-животными, неизбежно заходила в тупик. Все животные, которых она создавала, были либо хищниками, либо травоядными. Мясная пища стимулировала развитие мозга хищников, но этим животным приходилось иметь большую пасть, оснащенную крупными зубами: голова хищника превращалась в орудие охоты, и развитие мозговой доли черепа на определенном этапе развития хищного вида заканчивалось. Травоядные

питаются и питались неособенно богатой необходимыми веществами пищей, а потому их эволюция была не более чем эволюцией их кишечника, который увеличивался. Развитие мозга приостанавливалось.

Обезьянам повезло больше – они освоили жизнь на появившихся в их эпоху плодовых деревьях. Питание сочными плодами позволило обезьянам не превращаться в хищников или вегетарианцев, чтобы насытить организм требуемыми веществами. Мозг обезьян стал расти. Наступившее позднее осушение климата и исчезновение лесов вынудило обезьян спуститься на землю. Но на земле не растут фрукты, поэтому обезьяны должны были превратиться либо в хищников, либо в вегетарианцев. Многие пошли именно таким путем, например австралопитеки, среди которых были и охотники, и травоядные. Австралопитеки, в конце концов, вымерли. Их сменили более удачливые виды, которые освоили питание овощами.

Овощи стали определять дальнейшее развитие пищеварительной системы. Овощи компенсировали недостаток мяса: благодаря своей низкой калорийности они потреблялись нашими предками в больших количествах без превышения рациональной энергетической ценности, создавая чувство аппетита и сытости. Также овощи не вытеснили мяса из рациона человека полностью, но напротив, способствовали лучшему усвоению мяса и других пищевых природных продуктов. Чувство сытости позволило нашим пращурам не бродить все время в поисках пищи, а питание мясом стимулировало развитие мозга, который занял часы сытого досуга древних полезными занятиями.

Что же такое овощи, без которых человек не был бы человеком? Овощами называются части 600 видов травянистых растений, используемые человеком в качестве продуктов питания, а кроме того, в качестве сырья для пищевой и иных видов промышленности.

Овощи подразделяются ботаниками на несколько групп – в зависимости от того, какие части данного вида овощной культуры представляют гастрономический интерес. Существуют, таким образом, листовые овощи (многочисленные сорта капусты, салат, петрушка, укроп, шпинат, сельдерей и многие другие), стебельные (спаржа и др.), плодовые (арбузы, баклажаны, дыни, огурцы, помидоры и др.), клубневые (картофель, топинамбур), корнеплоды (морковь, свекла, редька, брюква и др.), луковичные (сорта лука, чеснок), бобовые (бобы, горох, соя, фасоль и др.) и пряности, или пряновкусовые овощи (анис, кориандр, мята, тмин и др.).

Овощи составляют до 50 % ежедневного пищевого рациона человека. Их пищевая ценность определяется присутствием в них широкого спектра питательных веществ. Наибольшая часть питательных веществ в составе овощей представлена углеводами, наличествующими в количестве 8 % от общего состава овоща. Из углеводов особенно много в овощах сахаров, около 5 %. Овощи не особенно богаты карбогидратами, за исключением крахмала, который в больших количествах находится в бобовых, картофеле и моркови. Крахмал, а также пектины и клетчатка, которыми богаты овощи, принимают участие в нормализации пищеварительных процессов.

Белка в овощах мало, не более 1,5 %, но это гораздо больше, чем количество белка во фруктах, а также зачастую овощные белки высокопитательны, особенно белки белокочанной и брюссельской капусты, шпината, бобов и гороха. К слову, бобовые содержат много больше белков, чем прочие овощи: количество этих веществ достигает в составе бобовых 20 %, а в сое, которая считается рекордсменом по содержанию белка, обнаружено 29 % белков. Аминокислотный состав белков бобовых и картофеля близок к таковому у продуктов животного происхождения, а потому эти овощи являются ценными культурами.

Овощной жир не встречается в больших количествах. Особенно много его только в сое (до 17 %). Наряду с жирами овощи содержат ферменты, как то амилаза в картофеле и другие, органические кислоты, эфирные масла и прочие вещества. Органические кислоты овощей представлены физиологически важнейшими для человека. Из них преобладает яблочная кислота, но встречаются, кроме того, щавелевая (щавель, петрушка, ревень, шпинат), кофейная, тартроновая, хлорогеновая, галловая и бензойная. Тартроновая кислота замедляет превращения углеводов, щавелевая снижает способность усваивать кальций и фосфор, а остальные обладают противогрибковым действием.

Овощи в своих зеленых частях несут большое количество хлорофилла. Велико в овощах содержание пуриновых веществ, особенно в бобовых, петрушке, салате, сельдерее, цветной капусте, шпинате. Помимо того, в овощах обнаружены антоцианы, флавоны, флаваноны. Некоторые овощи содержат присущие только им вещества, например свекла в изобилии содержит бетаин («бета» – по-латински «свекла»), который положительно влияет на печень, устраняет опасность ее жирового перерождения, улучшает ее работу.

В овощах в большом количестве содержатся всевозможные фитонциды. Фитонцидами называются летучие вещества растительного происхождения, впервые открытые отечественным биологом Б.П. Токиным в 1930-х годах. Эти вещества обладают способностью подавлять жизнедеятельность болезнетворных микроорганизмов, вызывать их гибель. Само название веществ переводится с греческого как «растительные убийцы».

Не догадываясь о существовании этих веществ, человек в незапамятные времена заметил лечебные свойства фитонцидных растений и активно применял такие растения в качестве лекарств. Известно, к примеру, что в Древнем Египте широкое применение получили лук и чеснок, которые, согласно особому распоряжению фараона, надлежало есть рабам на строительстве пирамид, чтобы укреплять защиту измученного тяжелым трудом организма. Сегодня наукой установлено, что лук и чеснок содержат сильнодействующий фитонцид аллицин, уничтожающий самые различные микробы. В овощах также содержатся такие фитонциды, как пизатин (горох), рапин (репа, хрен), рафин (редька), томатин (помидоры), подавляющий дрожжевые грибки капсицидин (стручковый перец) и убивающий туберкулезную бациллу, или палочку Коха, туберозин (картофель).

Эфирные масла обусловливают приятный вкус и аромат овощей. Овощи, особенно богатые эфирными маслами, как, например, чеснок, хрен, тмин, анис, используются в качестве приправы. Эфиромасличные овощи повышают аппетит и усвояемость пищевых веществ.

С аппетита начинается еда, поэтому расскажем подробнее, как овощи влияют на процесс пищеварения и обмен веществ вообще. Эфирные масла, а кроме того, грубая клетчатка и значительное количество воды, содержащейся в овощах, усиливают сокоотделение в желудке, повышают перистальтику стенок кишечника и общую моторику желудочно-кишечного тракта, усиливают секрецию желчи. Пектиновые вещества, особенно многочисленные в арбузах, баклажанах, моркови, редиса, свеклы и тыквы, нормализуют состав микрофлоры кишечника (сообщества симбиотических простейших и бактерий, содействующих процессу пищеварения у человека). Более того, пектины улучшают состояние слизистой оболочки кишечника. Некоторые компоненты в составе овощей повышают выделение холестерина.

Способностью связывать токсины обладают все растительные волокна, но овощи превосходят в этом все остальные культурные растения.

Опорожнение кишечника происходит благодаря овощам, балластные и пектиновые вещества которых и клетчатка служат исходным материалом для образования каловых масс. Овощные клетчатка и крахмал также вызывают газообразование в кишечнике. По подсчетам специалистов, овощи – главный виновник того, что человек за свою жизнь «производит» почти 4000 тонны экскрементов и 37000 раз выпускает газы из кишечника.

Овощи полезны еще и как носители значительного количества всевозможных минеральных веществ и микроэлементов. Самые распространенные в составе овощей вещества – это соли калия. Вдобавок в таких овощах (как бобовых, так и листовых) обнаружено много железа (особенно в шпинате), меди, кобальта, цинка, но в первую очередь, конечно же, кальция. Кальций лучше всего усваивается при правильном соотношении с фосфором. Такое соотношение кальция и фосфора характерно, как выяснилось, для обычной белокочанной капусты, салата, зеленого лука, тыквы и укропа. Арбуз, бобовые, свекла и зелень богаты магнием. В бобовых найдено много йода. Щелочные соли в овощах способствуют ощелачиванию внутренней среды организма.

Овощи представляют особую ценность как пищевые и лекарственные продукты в связи с высоким содержанием в них витаминов. Витаминами называются низкомолекулярные органические вещества, разнообразные по химическому строению. Примечательной особенностью этих веществ является то, что их количество, необходимое организму, ничтожно мало, но присутствие этих крох обязательно. Такое простое название этих веществ – витамины – на самом деле скрывает связанный с ними страшный факт: отсутствие витаминов в пище вызывает тяжелые заболевания, например цингу, бери-бери, рахит, пеллагру и прочие, которые заканчиваются смертью больного. Отсюда «витамин», что значит «амин жизни» (амины – тип органических веществ).

Человек давно заметил, что при отсутствии свежих овощей и фруктов зимой начинают проявлять себя странные симптомы неизвестного заболевания, которое заметно ослабляло здоровье, но вместе с тем легко излечивалось фруктово-овощной диетой. Со временем химики разложили все пищевые продукты и выяснили, что человеческому организму требуются белки, жиры, углеводы и вода: именно из этого состоит здоровая пища человека. Но не все оказалось так уж просто.

Русский ученый Н.И. Лунин в 1880 году проводил эксперименты на двух группах лабораторных мышей. Одной группе он скармливал очищенное молоко, которое состояло из всех необходимых жиров, белков и углеводов в правильной пропорции, а второй группе давал натуральное молоко. Мыши из первой группы вскоре зачахли и погибли, в то время как мыши из второй группы оставались бодрыми, активными и здоровыми. Эксперимент наглядно показал, что пища, помимо известных науке веществ, содержит еще какие-то, пока не выявленные, присутствие которых в пищевых продуктах тем не менее обязательно.

Молодому ученому тогда не поверили, и лишь в начале XX века похожие эксперименты провел другой пытливый ученый – польский биохимик Функ. Его опыты на голубях дали точно такие же результаты, что и опыты Лунина над мышами. Убедившись в существовании загадочного вещества, Функ начал его активные поиски. Несколько сотен тщательно продуманных и подготовленных химических реакций пошли впустую: количество вещества оказалось гораздо меньшим, чем ученый мог себе представить. Однако Функ не сдавался, и по прошествии некоторого времени результат был получен. Именно Функ назвал живительное вещество витамином и познакомил с ним весь мир.

Современной науке о витаминах – витаминологии – известны несколько десятков видов различных витаминов, которых ученые разделяют в зависимости от их растворимости в воде и жирах на две группы – водорастворимые и жирорастворимые. Класс водорастворимых витаминов включает в себя витамины группы В, аскорбиновую (витамин С) и никотиновую (витамин РР) кислоты и биофлавоноиды (витамин Р). К классу жирорастворимых витаминов относят витамины А (ретинол), D (кальциферолы), Е (токоферолы), К (филлохиноны). Кроме того, к витаминам причисляют не только настоящие витамины, но и витаминоподобные вещества, как то S-метилметионин и прочие.

Овощи богаты самыми различными витаминами. Несмотря на то, что многие фрукты содержат много больше витаминов, чем овощи, последние являются основным пищевым источником для человека таких витаминов, как аскорбиновая кислота, провитамин А (каротин), биофлафоноиды. Особенно обильны аскорбиновой кислотой и витамином Р петрушка, укроп, шпинат, белокочанная капуста и остальные листовые овощи, а также картофель. При этом кожура и другие внешние части овощей содержат больше витамина С, чем мякоть. Так, к примеру, содержание витамина С в верхних листьях капусты в два раза превышает таковое внутри кочана.

Аскорбиновая кислота важна для человека, поскольку при ее участии происходит окисление ароматических аминокислот (фенилаланина и др.), ферментативное превращение фолиевой кислоты в фолиновую, гидрооксилирование пролина в оксипролин и прочие физиологические процессы в организме. Аскорбиновая кислота разрушается при варке – до 2/3 всех запасов, а также при длительном хранении в обычных условиях. Поэтому богатые витамином С овощи следует употреблять в пищу целыми, а хранить их нужно замороженными или заквашенными, причем первые рекомендуется размораживать непосредственно до приготовления, чтобы сохранить как можно больше аскорбиновой кислоты.

Морковь, красный перец, тыква и помидоры являются основными источниками провитамина А, или, как еще его называют, каротина, который придает им яркую оранжевую и красную окраску. Попадая в печень человека, каротин под воздействием специальных ферментов преобразуется в витамин А, который содержится только в животных продуктах, но не растительных. Витамин А участвует в превращениях родопсина в сетчатке глаза, тем самым содействуя световому и цветовому восприятию. Провитамин А регулирует в организме обмен кальция и фосфора. Каротин содержится в овощах в плотных, слаборазрушаемых оболочках, которые разлагаются при температурной обработке, поэтому чтобы получать с овощами больше каротина, следует содержащие этот провитамин овощи предварительно отваривать. В составе блюд эти овощи рекомендуется подавать с жиром, так как в сопровождении жиров каротин лучше усваивается кишечником.

Витамины группы В содержатся почти во всех овощах. Наибольшим их содержанием отличаются бобовые, картофель, спаржа, репа, шпинат. В присутствии витаминов группы В происходят важнейшие физиологические процессы: химические реакции азотного и углеводного обмена, окислительно-восстановительные и другие.

Кроме этих, важнейших витаминов, в овощных культурах представлены и некоторые остальные виды витаминов. Листовые овощи содержат большое количество фолиевой кислоты (В9, содержащейся также в дыне, свекле, картофеле, спарже), токоферолы (витамин Е), филлохиноны. Пантотеновая кислота (В5) обнаружена в цветной капусте, кукурузе, картофеле. Белокочанная капуста представляет собой идеальный источник S-метилметионина, иначе витамина U. Еще витамин U в больших количествах находится в моркови, картофеле, помидорах, репе и спарже. Этот витамин способствует сохранению

аскорбиновой кислоты и залечивает язву желудка и двенадцатиперстной кишки.

Но о лечении овощами, их соками и смесями подробный рассказ пойдет ниже, в главе, посвященной целебным свойствам овощей. В прочих главах вы узнаете массу полезной информации о многочисленных возможностях использования овощей. Приступайте скорее к чтению этих глав и обогащайтесь практическими знаниями, тем более что первая, вводная глава уже закончилась.

ГЛАВА II

ДО НОВОГО УРОЖАЯ

Очень важно не только собрать урожай с огорода в целости и сохранности, но и сохранить его в дальнейшем, так, чтобы овощи можно было бы употреблять в течение всей зимы.

Для хранения овощей нужны специальные помещения – подвал, погреб. Перед тем как поместить в них собранные овощи, в подвале или погребе проводиться тщательная уборка, они хорошо проветриваются. Температура в помещении, в котором хранятся овощи, должна быть не выше 4–6 градусов тепла.

Перед хранением овощей помещение нужно побелить раствором гашеной извести, который приготавливается в пропорции: 2,5 кг извести, 100 г медного купороса на 10 л воды.

Если у вас нет погреба или подвала, вы можете устроить на своем огороде хранилище для овощей из металлической бочки емкостью 150 л. Бочку вкопайте в землю так, чтобы ее верхний край выступал над землей примерно на 10 см. На дно бочки уложите деревянный круг, а вокруг бочки уложите доски. Для лучшей сохранности овощей, перед тем как закопать бочку, ее стенки нужно смазать битумом, разведенным керосином. Бочку закрывайте деревянной крышкой, которую можно укрепить жестью.

В такое хранилище можно засыпать картофель, морковь, свеклу и многие другие овощи. Бочку нужно загружать овощами не полностью, сверху в нее

укладывается утепляющий слой опилок, еловых веток или соломы, который прикрывается полиэтиленовой пленкой и крышкой.

При отсутствии бочки овощи можно хранить и в яме, выкопанной в земле. Стены такой ямы нужно облицевать досками и фанерой, а сверху установить деревянный потолок из досок с люком.

Для длительного хранения отбирают овощи, не поврежденные вредителями и болезнями. Кроме того, овощи не должны быть повреждены механически. Перед хранением овощи необходимо очистить от земли, подсушить.

СБОР И ХРАНЕНИЕ КОРНЕ– И КЛУБНЕПЛОДОВ

Многие корнеплоды собирают руками, выдергивая овощи из земли за нижнюю часть ботвы. Кстати, одним из признаков того, что корнеплод пора убирать, служит побуревшая ботва, листья которой начинают опадать и пригибаться к земле.

Такие корнеплоды, как морковь, свекла, глубоко находятся в земле, поэтому их выкапывают вилами.

У корнеплодов, сразу же после их уборки, обрезают ботву, так как при хранении из нее испаряется много влаги, что портит сохранность плода. Срезать ботву нужно осторожно, не повреждая плод.

Корнеплоды очищают от земли, протирая их сухой тряпкой, и несколько часов обсушивают на открытом воздухе. Затем плоды ссыпают в ящики или на полки в подвал или погреб.

Такие корнеплоды, как морковь, петрушка, репа хуже сохраняются, чем свекла, брюква, редька, поэтому их нужно хранить в деревянных ящиках, пересыпанными сухим песком. Ящики должны быть высотой около 80 см и слегка сужаться кверху. При хранении морковь и другие корнеплоды нужно регулярно (не реже 2 раз в месяц) перебирать и удалять загнивающие корнеплоды. При обнаружении гнили ящик освобождают от корнеплодов,

перебирают их, затем снова ссыпают в ящик и пересыпают свежим сухим песком. Морковь, репа, петрушка, сельдерей более длительно хранятся при температуре от 0 до +2 градусов. Относительная влажность в помещении, в котором хранятся корнеплоды, должна составлять около 90 %.

МОРКОВЬ можно хранить в траншеях, вырытых в земле. Траншеи выкапывают в наиболее сухом месте огорода, желательно расположенном на возвышенности. Глубина траншеи должна быть около 80 см, ширина – 100 см, длина зависит от количества моркови. Морковь выкладывают в траншею, пересыпая сухим песком. Когда до края траншеи остается около 25 см, на морковь кладут сухие ветки, прутья и сверху траншею засыпают землей слоем в 15–20 см. Сверху, при сильных морозах, траншею можно дополнительно прикрыть соломой, еловыми ветками и снегом.

При хранении моркови в траншеях ее нужно защитить от грызунов, в особенности от мышей. Для защиты вы можете использовать мелкоячеистую проволочную сетку, накрыв ею штабель моркови сверху и по бокам.

Существует еще один старый, проверенный временем способ хранения моркови. Соберите в лесу, на болоте мох-долгунец и высушите его на солнце. Ссыпая морковь в ящики, пересыпайте ее сухим мхом. Хранить морковь нужно в погребе, при температуре около 3 градусов тепла.

Долго и успешно хранится морковь, если ее опустить в жидкую кашицу из глины и воды. Когда морковь высохнет, сложите ее в ящики и храните в погребе.

При хранении моркови в ящиках в погребе ее можно пересыпать сухим порошком из мела, луковой шелухой или опилками.

ПЕТРУШКУ перед хранением перебирают, отбраковывая поврежденные корнеплоды. Листья отрезают у самого основания. Хранят петрушку в штабелях высотой около 70 см и шириной в 1 м, а также в ящиках и корзинах. При хранении петрушку пересыпают большим количеством влажного песка так, чтобы отдельные корнеплоды не соприкасались. Песок должен быть такой влажности, чтобы собранный в кулак, он не рассыпался. На дно ящика насыпают песок слоем в 1,5–2 см, укладывают слой петрушки, обильно пересыпают ее песком, затем кладут новый слой петрушки – и так заполняют весь ящик. Повторно песок использовать нельзя.

ПАСТЕРНАК подготавливают к хранению так же, как и петрушку: перебирают, обрезают ботву. Хранить пастернак можно в подвале или погребе, пересыпав влажным песком, или в траншее, так же, как морковь.

РЕДЬКУ, РЕПУ И СВЕКЛУ хранят, как и морковь, в деревянных ящиках высотой около 1 м. Можно эти корнеплоды хранить и на полу, насыпав их небольшим холмиком. Ботву редьки, репы и свеклы обрезают сразу же после их уборки.

Свеклу хранят в ящиках, пересыпав влажным песком. Температура в помещении, в котором хранится свекла, должна быть немного выше нуля, чтобы корнеплоды не промерзли, а относительная влажность воздуха – 85–95 %. В таких условиях свекла может храниться несколько месяцев.

Редьку убирают перед наступлением первых серьезных заморозков. Поздно убранная редька хранится лучше, чем та, что собрана в начале осени. Корнеплоды редьки, предназначенные для длительного хранения, не должны быть повреждены механически, вредителями или болезнями. Редьку не стоит убирать в сырую, дождливую погоду.

Редьку можно сохранить в течение всей зимы, ссыпав ее в деревянный ящик и обильно пересыпав влажным песком. Оптимальная температура для хранения редьки – +1– 2 градуса.

БРЮКВУ, предназначенную для длительного хранения, нужно убирать как можно позже, перед наступлением морозом – убранная в это время брюква дольше и лучше хранится. При уборке брюквы нужно следить за тем, чтобы не повреждать корнеплоды. Ботву брюквы обрезают возле самого основания, но делают это осторожно, чтобы не повредить корнеплод. Брюкву очищают от земли, а если корнеплоды влажные, их обсушивают под навесом.

В холодном погребе брюкву хранят насыпью, на полках, полу или в деревянных ящиках.

Брюкву можно хранить и в траншеях глубиной около 15 см. Сложив брюкву в траншею, накройте ее сухой соломой или опилками, а сверху насыпьте землю из траншеи. Так брюкву можно хранить около 5 месяцев.

ХРЕН перед хранением нужно тщательно перебрать, отбраковывая поврежденные корни и срезая ботву. Затем корни хрена закапывают во влажный песок, насыпанный в деревянный или фанерный ящик. Хранят хрен при температуре не выше 4 градусов тепла. При более высокой температуре хранения хрен начинает прорастать.

СЕЛЬДЕРЕЙ содержит массу полезных для организма веществ, поэтому целесообразно позаботиться о его сохранении на зиму. Листья сельдерея обрывают, скручивая, у самого основания и увязывая их в небольшие пучки, сушат в тени. Корнеплоды сельдерея отряхивают от земли, обрезают с них корни и складывают в деревянные ящики в подвале, обильно пересыпая их песком. Для того чтобы сохранить зеленые листья, сельдерей можно прикопать в цветочные горшки и поставить их на окно.

КАРТОФЕЛЬ выкапывать нужно осторожно, чтобы не повредить клубни. Собранный картофель переберите, обрежьте клубни, поврежденные болезнями, вредителями. Оставшиеся половинки, обрезанные клубни нужно хранить отдельно и использовать в пищу как можно быстрее. Перебранный картофель просушите под солнцем в течение нескольких часов.

Хранить картофель нужно в решетчатых деревянных ящиках. Дно таких ящиков также должно быть решетчатым, чтобы картофель при хранении проветривался и не гнил. В ящики картофель ссыпают слоем около 100 см. Если картофель не удалось хорошо обсушить, сначала ящики насыпают только наполовину, а через несколько дней, когда картофель в них обсохнет, ящики досыпают доверху.

Можно применять и другой способ хранения картофеля. Собранные клубни картофеля тщательно промойте в теплой (но не горячей) воде и обсушите на солнце. После этого ссыпьте картофель в ящики и храните его в погребе. При таком способе хранения картофеля гниль повреждает значительно меньше клубней.

Оптимальная температура для хранения картофеля – около +3 градусов. Помещение, в котором хранится картофель, нужно регулярно проветривать, чтобы предотвратить развитие гнили.

Картофель можно хранить в траншеях под снегом. В земле выкапывают траншею глубиной около 70 см. Длина и ширина траншеи зависит от количества

картофеля. На дно траншеи укладывают полиэтиленовую пленку, сложенную в несколько раз. На пленку высыпают картофель, который сверху закрывают слоем сухих листьев, соломы, еловых веток или опилок, поверх утепляющего слоя кладут несколько палок и засыпают траншею землей или опилками. С наступлением морозов траншею забрасывают снегом.

В траншее вместе с картофелем можно хранить свеклу.

СКОРЦОНЕР, или, как его еще называют, «черная морковь» – очень необычный овощ, который содержит множество полезных веществ, его особенно рекомендуется употреблять в пищу больным сахарным диабетом. При уборке скорцонера нужно быть очень осторожными, чтобы не повредить корнеплод. Поврежденные корнеплоды плохо хранятся, быстро начинают загнивать.

Убранные корнеплоды отряхивают от земли и обрезают ботву на 6–8 см. Хранят скорцонер в деревянных ящиках, пересыпая корнеплоды влажным песком. Корнеплоды размещают в ящиках вертикально.

Скорцонер можно хранить и в траншеях глубиной около 10 см. Уложенные в траншеи корнеплоды пересыпают песком, а сверху засыпают торфом.

СБОР И ХРАНЕНИЕ ПЛОДОВЫХ РАСТЕНИЙ И КАПУСТЫ

КАПУСТУ из всех огородных культур убирают в последнюю очередь, так как она способна переносить осенние заморозки. Для длительного хранения отбирают только крепкие, не поврежденные механически или вредителями кочаны. Убирают капусту так: наклоняют кочан в сторону и срезают его вместе с наружными несколькими листьями. У собранной капусты оставляют кочерыжку длиной в 2–3 см. Хранят капусту в прохладном помещении, подвешивая ее за кочерыжки на стены или складывая ее на полки. При хранении капусты на полу ее складывают пирамидками по 5–7 кочанов. Оптимальная температура для хранения капусты – от -1 до +1 градуса, а влажность – 92–98 %.

Капусту можно хранить и в траншеях, пересыпав ее песком, так же, как и морковь.

Заготавливать капусту на зиму можно и другим способом, который пригоден для южных районов. Для получения поздней капусты семена высеивают на 3 недели позже общепринятых сроков. Перед наступлением холодов выкапывают кочаны вместе с кочерыгами, листья не обрывают. Выкапывают ямки глубиной около 25 см и шириной по диаметру кочана. В ямки кочаны помещают, кочерыгами вверх. Прикапывают капусту слоем земли около 10 см. После начала морозов капусту дополнительно прикапывают землей слоем около 25 см. При особенно сильных морозов капусту накрывают еще и соломой или навозом.

Через 3–4 месяца капустные кочаны увеличиваются в весе и размере и приобретают белый цвет

КРАСНОКОЧАННУЮ КАПУСТУ, предназначенную для длительного хранения, убирают перед наступлением морозов. У кочанов капусты оставляют по несколько наружных листьев. Кочаны капусты складывают на пол, полки стеллажа или в решетчатые ящики плотно друг к другу. При хранении капусту пересыпают влажным песком или почвой. Помещение, в котором хранится краснокочанная капуста, должно регулярно проветриваться. Оптимальная температура хранения краснокочанной капусты – 2–4 градуса тепла.

КИТАЙСКУЮ КАПУСТУ убирают перед заморозками и прикапывают во влажном песке. Для того чтобы при хранении капуста не завяла, после прикопки ее несколько раз поливают. Хранить китайскую капусту можно при температуре от -5 до +4 градусов.

ЭНДИВИЙ хранят зимой в подвале, прикапывая его вместе с корнями во влажном песке или почве. Эндивий хорошо хранится при температуре от -4 до +4 градусов.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/dubrovin_ivan/ogorod-kormilec

надано

Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: Купити