



БИБЛИОТЕЧКА ГАЗЕТЫ

ВАШИ
6 СОТОК

ВАШ САД

№ 7 (107)

САЛАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

*119072, Москва, Берсеневская наб., 20/2
Дом российской прессы,
редакция газеты «Ваши 6 соток»*

МОСКВА, 2010 г.



ПОДПИСКА-2010

Подписаться на журнал «Ваш сад» можно
во всех отделениях связи.
Подписной индекс в каталоге «Роспечать»: 72025

Ф СП-1

Министерство связи Российской Федерации
«Роспечать»

АБОНЕМЕНТ на ~~газету~~
журнал

Количество комплектов	
-----------------------	--

(На 2010 год по месяцам)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА

на ~~газету~~
журнал

(индекс издания)

ПВ	место	ли- тер

Стои-
мость

подписки
пере-
адресовки

_____ руб.

_____ руб.

количество
комплектов

(На 2010 год по месяцам)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда

(почтовый индекс)

(адрес)

Кому

(фамилия, инициалы)

САЛАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

*А. ЛЕБЕДЕВА,
кандидат сельскохозяйственных наук*



Салатные растения (салат листовой, кочанный, ромэн, спаржевый, срывной, рапунцель, витлуф, эндивий, эскариол, радиччо) возделывают на всех континентах земного шара. Они отвечают взыскательным потребностям вегетарианской кухни и диетического питания. Помогают вести здоровый образ жизни, заряжая организм человека бодростью и энергией. Салат является бесценным источником легкоусвояемого белка, углеводов, биологически активных веществ и минералов, которые находятся в сбалансированном виде. Салаты богаты витаминами, в них обнаружены витамин С, каротин, витамины группы В (В₁, В₂, В₆), Е, Р и РР, фолиевая кислота. Одно из их достоинств – чрезвычайно высокое содержание витамина К, участвующего в образовании протромбина, недостаток которого приводит к мелким множественным кровоизлияниям. По калорийности (14 ккал на 100 г) они незаменимы

для тех, кто следит за стройностью своей фигуры и заботится о хорошем самочувствии.

Салатные растения высоко ценили с глубокой древности. Изысканные блюда из салата подавали к столу персидским и финикийским царям. Его выращивали древние египтяне, римляне. В Древней Греции салат использовали как овощное, лекарственное и ритуальное растение. Его сочные нежные листья быстро увядают на солнце, и не случайно он был символом тленности красоты и бренности всего живого на земле.

Родоначальником культурного салата латука считается дикий салат компасный. Листья его расположены вертикально, пластинка всегда повернута на запад и восток, а ребра – на север и юг, за что он получил название компасный. Это позволяет растению улавливать лучи солнца без перегрева. В результате естественных мутаций образовалось несколько разновидностей и форм латука. Славянам салат был известен со времени принятия христианства, когда из Греции он попал в Киевскую Русь. При Петре I салат в принудительном порядке подавали придворным на званых обедах, но его промышленное выращивание началось только в середине XIX в. В любительском овощеводстве салатные растения заслуживают большего внимания.

Салат используют в основном в свежем виде. Он относится к пресным овощам, и для подкисления его сдабривают фруктовым соком, лимоном или простоквашей. Он создает ощущение сытности, что полезно тучным людям. Добавление салата к мясным, картофельным и рыбным блюдам способствует лучшему их усвоению. Листьями салата украшают стол, отдельные сорта с курчавыми, зелеными или красными листьями очень эффектны. Блюдо, на которое выкладывают листья салата, предварительно рекомендуется натереть чесноком. Из листового салата готовят суп-пюре, кочанные и цикорные разновидности служат гарниром.

Хлорофилл салата по своему строению близок к гемоглобину крови, что стимулирует образование эритроцитов и самого гемоглобина. В млечный сок салата входят

горькое вещество лактуцин и алкалоид гиосциамин, которые успокаивающе действуют на нервную систему, улучшают сон. В листьях салата аккумулируется целый спектр полезных микроэлементов, органических кислот и незаменимых аминокислот. В наружных розеточных листьях накапливается кверцетин. По накоплению солей калия салат занимает первое место среди овощей. Соли калия благотворно действуют на почки. Пектин и фолиевая кислота улучшают пищеварение, помогают выведению лишнего холестерина. Салат способствует нормализации водного баланса организма, снижая отложение солей. Свежий сок салата рекомендуется при гипертонической болезни, сахарном диабете, для укрепления мышечной ткани, людям, ведущим малоподвижный образ жизни. Он также полезен при отеках, подагре, коклюше и как отрезвляющее средство. Из стеблей салата получают млечный сок, используемый как обезболивающее и успокаивающее средство при хроническом бронхите, астме и др. Настой семян рекомендуется кормящим матерям, а настоем из свежих листьев – при стрессах, малокровии, снижении остроты зрения, хронических запорах. Листья салата применяют в косметике. Однако употребление его следует ограничить при острых заболеваниях желудочно-кишечного тракта, туберкулезе, астме.

ЛИСТОВОЙ САЛАТ

Листовой салат образует розетку листьев и утолщенный корень с боковыми корешками, расположенными неглубоко в почве. Листья различной формы, с гладкими, зубчатыми, волнистыми или рассеченными на доли краями. Поверхность листьев гладкая, морщинистая, гофрированная или кудрявая. Сорта по консистенции листа разделяются на **маслянистые** и **хрустящие**. Маслянистые образуют гладкие нежные листья, что обусловлено наличием жира и повышенным содержанием витамина Е, благодаря чему и другие жирорастворимые витамины хорошо усваиваются организмом человека. Хрустящие сорта на-

капливают меньше нитратов. Окраска листьев от бледно-зеленого до красного и коричневого цвета. Салат – самоопыляющееся растение, но при обилии насекомых возможно перекрестное опыление. Цветение растянутое, семена созревают не одновременно. Листовой салат – ранний и неприхотливый овощ. Он может расти даже на загрязненной тяжелыми металлами почве, не накапливая их в листьях. Семена прорастают при температуре 5°, всходы появляются на 5-7-й день. Проростки переносят заморозки до -6°. Оптимальная температура для роста и развития салата 10-17°. Растение светолюбиво, любит влагу, при недостатке света, загущении вытягивается. В сухую и жаркую погоду, а также при затяжном холоде в листьях появляется горечь, преждевременно образуются цветоносы. У краснолистных сортов изменяется цвет и ухудшается качество продукции. Салат растет на любых почвах с нейтральной реакцией (pH 7), предпочитая рыхлые плодородные участки. Растение отзывчиво на подкормки, но не переносит высоких концентраций удобрений. Продуктивность его также зависит от наличия в почве микроэлементов, особенно страдает салат от недостатка бора, марганца, цинка, молибдена и кобальта.

СОРТА

Раннеспелые (39-45 дней): зеленые, маслянистые – *Холодок, Атлет, Московский парниковый, Сказка, Лакомка, Эврика, Витаминный, Летний золотой, Богема, Новогодний, Мульти, Фурор*; краснолистные маслянистые – *Лолло Премиум, Скорород*; зеленые хрустящие – *Фанли, Неженка, Фантайм, Фанвэй, Эксклюзив*; краснолистные хрустящие – *Роселла, Эстафет*.

Среднеранние (45-50 дней): зеленые маслянистые – *Грин Манул, Дачный, Оник, Творец, Рапсодия*; краснолистные маслянистые – *Гурман, Аморикс*; зеленые хрустящие – *Азарий*.

Среднеспелые (50-60 дней): зеленые маслянистые – *Дубрава, Алекс, Нестор, Букет, Кредо, Дионис, Ералаш, Малахит*; с яркой антоциановой пигментацией – *Северный румянец*; краснолистные маслянистые – *Файэр, Красно-*

лиственный летний, Вишневая дымка, Брюнет; с сильной антоциановой окраской – Ривьера, Забава; зеленые хрустящие – Тайфун, Абракадабра; краснолистные хрустящие – Лолло Росса, Революция.

Позднеспелый (65-70 дней): хрустящий – Балет.

Сорта, устойчивые к болезням: к вирусу мозаики – Богема, Фурор, Лакомка, Дачный; к краевому ожогу – Ера-лаш, Кредо; к ложной мучнистой росе – Аморикс, Фанли, Эстафет. Устойчивы к двум болезням: ложной мучнистой росе и вирусу мозаики – Фантайм, Фанвэй; краевому ожогу и гнилям – Атлет, Дубрава, Забава; септориозу и гнилям – Московский парниковый.

АГРОТЕХНИКА

Листовой салат можно выращивать круглый год, подсеивать к тугорослым культурам, таким как морковь, пастернак, сельдерей, в соотношении 1:10. Он хорошо сочетается со свеклой, фасолью, мангольдом и луком-пореем. Как почвопокровную культуру его используют среди разных видов капусты, а краснолистные сорта прекрасно смотрятся в бордюрах, с цветами. Отличным предшественником для салата служат культуры, под которые вносили органические удобрения. Сам салат является превосходным предшественником для любых овощных культур. Для раннего посева важно выбрать освещенный, прогреваемый участок. Органические удобрения вносят под предшествующую культуру в количестве 4-6 кг на 1 кв. м или разбрасывают с осени перегной в дозе 3-4 кг на 1 кв. м. Одновременно заделывают нитрофоску – 50 г и калимагнезию – 10-15 г на 1 кв. м, которая улучшает окраску листьев. Салат хорошо отзывается на внесение в рядки при посеве гранулированного суперфосфата (6-8 г на 1 кв. м). На легких торфянистых почвах дозы калия повышают. На кислых почвах вносят 300-600 г на 1 кв. м извести.

Ранние сорта сеют с конца апреля – начала мая с интервалом 2 недели, среднеспелые и поздние сорта, устойчивые к стрелкованию, с мая до середины июня. Дрожированные семена лучше высеять под зиму, при наступлении устойчивых заморозков. Семена салата очень

мелкие, поэтому почву тщательно разделяют и выравнивают граблями. Семена раскладывают на расстоянии 1,5-2 см в поперечные бороздки глубиной 1,5-2 см, расположенные через 15-20 см, присыпая землей слоем в 1 см. Норма высева – 1-3 г на 1 кв. м. На легких почвах сеют многострочными лентами в 5-6 рядов или сплошным способом вразброс, протоптав дорожку для прохода. Чтобы получить зелень раньше, на посевах ставят дуги и накрывают пленкой. После посева почву слегка уплотняют или прикапывают, затем мульчируют торфом, опилками, перегноем, чтобы не образовалась почвенная корка. Весной всходы появляются через 12-15 дней, летом через неделю. Спустя неделю после появления всходов почву неглубоко рыхлят (5-6 см) и удаляют сорняки, а через две недели растения прореживают в рядках, оставляя их на расстоянии через 5-6 см друг от друга. Прореженные растения можно рассаживать по откосам гряд или среди медленно развивающихся культур. Салат в начале роста требует высокой влажности почвы и воздуха. Полив в это время проводят из лейки с ситечком, дождеванием. Позже поливают реже, между рядами, стараясь не увлажнять листья. Растения салата накапливают большое количество нитратов (400 мг на 1 кг продукции), поэтому на хорошо удобренной почве подкормки не проводят. При слабом росте и появлении бледных мелких листьев следует подкормить калийной селитрой или мочевиной (5-10 г на 10 л воды). Для листового салата важно не допускать загущения и затенения растений, пересыхания почвы. Листовой салат начинают убирать через 25-40 дней после появления всходов при образовании 5-9 настоящих листьев, когда единичные растения образуют цветоносы. При совместных посевах салат убирают до разрастания основной культуры вместе с корнем.

КОЧАННЫЙ САЛАТ

Кочанный салат, сочетая скороспелость и холодостойкость, обладает высокой лежкостью, транспортабельностью и урожайностью. Растение накапливает ценные для организма витамины, минеральные соли и биологически активные вещества. По содержанию солей кальция кочанный салат занимает первое место среди овощей. Сначала растет как листовой салат, максимальное количество листьев появляется к 55 дням. Затем плотно сближенные центральные листья образуют кочан, формирование которого продолжается 20 дней. По форме кочана сорта делятся на кочанные и полукочанные. Полукочанный салат формирует рыхлый кочан. Маслянистые сорта зачастую формируют менее плотный кочан. У хрустящих сортов изгибаются целые листья, завиваясь в более плотный кочан. После образования кочана появляется стебель и цветонос. Кочанный салат в начальный период роста особенно требователен к свету. При слабой освещенности, загущении плохо формирует кочан. Плотные кочаны получают на открытых солнечных участках. Он также предъявляет более высокие требования к плодородию почвы и минеральному питанию. Наибольшее количество питательных веществ (90% от общей массы) салат потребляет за две недели до образования кочана, вынося из почвы больше всего калия. Лучшим удобрением для него являются перепревший навоз, перегной или компост, а из минеральных – комплексные удобрения с повышенным содержанием калия. При дефиците калия листья становятся хрупкими, кочан деформируется. Молодые растения в фазе розетки могут выдерживать кратковременные заморозки (до -8°), а взрослые сохраняются под снежным покровом (при $-16-18^{\circ}$). Наиболее устойчивы к отрицательным температурам сорта с пигментированными листьями. Длительное воздействие низких температур на молодые растения провоцирует образование цветоноса, минуя фазу кочана. Оптимальной температурой для роста и развития является $15-20^{\circ}$.

СОРТА

Кочанные: раннеспелые маслянистые – *Данко, Думка, Машенька, Сашенька, Кассини*; хрустящие – *Гоплана, Грэнада Ожаровска, Грейт Лайкс 659, Крулева лята*; среднеранние маслянистые – *Либуза, Подмосковье*; среднеспелые хрустящие – *Ассоль, Айс квин, Буру, Даймонд, Елена РЗ* (устойчив к мучнистой росе), *Кампионас РЗ, Кучерявец Семко* (к ложной мучнистой росе), *Фиоретт РЗ* (устойчив к вирусу мозаики); маслянистые – *Аттракцион, Берлинский желтый, Кадо, Соната, Лимпопо, Фестивальный, Фонарик*; с более крупным кочаном – *Мэй Кинг, 4 сезона, Опал, Шампань, Шартрез*; среднепоздние хрустящие – *Крупнокочанный, Каприоле* (к вирусу мозаики), *Куала, Роксетте* (к ложной мучнистой росе), *Хрустальный, Рубетт РЗ* (к вирусу мозаики); позднеспелые хрустящие – *Галера* (к вирусу мозаики), *Колобок, Миретт, Тарзан, Эмбрейс* (к мучнистой росе), *Челлендж* (к ложной мучнистой росе, вирусу мозаики).

Полукочанные сорта: раннеспелые хрустящие – *Локарно РЗ, Кримсон, Лолло Бионда, Рижский* (к слизистому бактериозу и серой гнили); среднеранние маслянистые – *Эвридика, Аврора, Конкорд РЗ, Теремок, Яхонт*; среднеспелые хрустящие – *Азарт, Домино, Орфей, Кучерявец Грибовский, Хамелеон, Гейзер, Гранд Рапидс* (к краевому ожогу); маслянистые – *Адмирал, Анапчанин, Бостон*; среднепоздние хрустящие – *Кучерявец одесский, Клабир*.

АГРОТЕХНИКА

Кочанный салат выращивают семенами или рассадой, на грядке, в цветниках, на рабатке, группами на газоне. Некоторые любители предпочитают высаживать наиболее декоративные сорта салата в партере. Для создания конвейера его сеют в 2-3 приема по 2-3 сорта в каждый срок начиная с конца апреля. Под предшественник вносят 4-5 кг на 1 кв. м компоста. Бедные почвы дополнительно заправляют с осени перегноем (2-3 кг на 1 кв. м). Одновременно рассыпают минеральные удобрения – 30-50 г на 1 кв. м суперфосфата и 15-20 г калийной соли. Чтобы избежать накопления нитратов, азотные удобрения реко-

мендуется вносить весной в виде мочевины или осенью в виде сернокислых солей – 10-15 г на 1 кв. м. Почву тщательно разделяют, выравнивают, делают бороздки через 45 см. Семена предварительно смешивают с древесной золой или гранулированным суперфосфатом в соотношении 1:4. Глубина заделки семян – 0,5-1 см. После посева грядку прикатывают или уплотняют для лучшего контакта семян с влажной почвой и мульчируют торфом. Кочанный салат нуждается в своевременном прореживании: первый раз прорывку рекомендуется проводить в фазе образования 2-3 настоящих листьев на расстоянии 3 см в ряду. Выбранные молодые растения подсаживают в изреженные места, в междурядья земляники, размещают среди огурцов, кабачков, по краям грядок с луком или озимым чесноком, прикрывая от иссушающего солнца. После уборки основной культуры салат отлично разрастается, образуя полноценные кочаны. Одновременно с прорывкой удаляют сорняки.

При второй и окончательной прорывке убирают лишние растения в фазе 4-6 листьев, оставляя между ними расстояние 15-20 см, у крупнокочанных сортов – 25-30 см. С прореживанием нельзя задерживаться, так как у оставшихся растений сильно нарушается корневая система. На окультуренных почвах ограничиваются одним прореживанием в фазе третьего настоящего листа, при посеве дражированными семенами обходятся без него. До смыкания рядов почву постоянно неглубоко рыхлят. До образования 6-7-го листа салат рекомендуется поливать из лейки с ситечком, потом по бороздам, чтобы вода не попадала на листья. Очень важно, чтобы равномерно был увлажнен корнеобитаемый слой почвы (6-10 см). Недостаток влаги в почве, особенно в ранние фазы роста, потом сказывается на размере и плотности кочана. Полив в жару помогает снизить температуру и задержать стрелкование. За 7-10 дней до созревания кочанов поливают редко, но обильно, расходуя при этом 20-25 л на 1 кв. м. Салат отзывчив на азотно-калийные подкормки, которые проводят вплоть до образования кочана. Первую подкормку дают в фазе двух

настоящих листьев, подкармливая калийной селитрой или мочевиной из расчета 10-15 г на 10 л воды, вторую – через 2-3 недели удобрением кемира универсал 2 (40 г на 10 л воды).

Рассада позволяет раньше получить продукцию. Весной ее готовят за 25-30 дней до высадки с пикировкой или без нее. До появления всходов растения держат в тепле (20°), а после появления всходов снижают температуру до 10-12° в течение 3-5 дней, затем повышают до 18° днем и 10° ночью. Рассаду дважды подкармливают, сначала мочевиной (1,5 г на 1 л воды), а через неделю удобрением кемира универсал (2-3 г на 1 л). К моменту высадки она набирает 4-5 листьев. Рассаду высаживают во второй половине мая, когда минуют сильные заморозки, по схеме 30x30 см или рядами через 50 см, оставляя в ряду 20 см между растениями. Растение высаживают вровень с верхним краем горшка, при сильном заглублении не получается хороший кочан. Ранние сорта срезают выборочно вечером или утром, когда кочан станет приблизительно с кулак. У более поздних и крупнокочанных сортов ориентируются на плотность кочана, надавливая тыльной стороной ладони. Срезают салат у поверхности почвы, оставляя кочерыгу (1 см) и два-три прикочанных листа. При переержке листья становятся горькими. Верхние листья кочанов, предназначенных для хранения, не должны быть влажными. Поздние сорта убирают до заморозков. При комнатной температуре кочанный салат сохраняется 3-4 дня, а при 0° и влажности воздуха 95-100% – больше трех недель. Значительно дольше сохраняются кочаны, упакованные в полиэтилен.

САЛАТ РОМЭН

Это римская разновидность салата латука (ромэн, романо или кос), объединяющая сорта с удлиненной формой кочана. Считается, что он относится к полукочанным салатам. В XIV в. салат ромэн был завезен во Францию, где получил признание. Затем распространился в другие

страны, в том числе и в Россию. Листья салата ромэн мясистые и хрустящие с характерным терпким вкусом, используют в свежем, тушеном и отварном виде. При подаче к столу их не рекомендуется измельчать, поскольку они быстро теряют привлекательность и витамины. Хорошо сочетается с другими салатами и овощами. Растение богато селеном и витамином Е, которые улучшают работу сердца. В окрашенных листьях салата содержится антоциан мальвидин и ряд флавонов, которые оказывают противовоспалительное действие, повышают содержание гемоглобина в крови, увеличивают упругость кровеносных капилляров.

Растение образует крупную розетку прямостоячих, узко- или широкообратнояцевидных, широколанцетных листьев, которые меньше страдают от подопревания. Удлиненные кочаны состоят из листьев одинаковой длины, но часто самостоятельно завиваться не могут. Поэтому листья связывают над центром. Отбеливаясь, они становятся исключительно сочными и нежными. Отдельные сорта образуют кочан, но листья закручиваются позже, чем у кочанного салата. Кочаны обладают хорошей лежкостью, предназначены в основном для зимнего потребления. При температуре 4⁰ сохраняются 2-4 месяца. Салат ромэн по своим биологическим свойствам схож с позднеспелыми сортами кочанного салата, но отличается холодостойкостью, устойчивостью к стрелкованию и продолжительностью технической спелости. Меньше, чем кочанный салат, подвержен болезням. Растение светолюбивое, но выдерживает полутень. Переносит осенние и весенние кратковременные заморозки до -5⁰. Предпочитает плодородные почвы, чувствителен к влажности почвы и воздуха, отзывчив на азотные и калийные удобрения, но не выносит кислых почв. Период от всходов до технической спелости 50-100 дней.

СОРТА

Раннеспелый (55-60 дней) – *Станислав*; среднеспелые (62-70 дней) – *Вячеслав*, *Роджер*, *Денди* (устойчив к бакте-

риальным гнилям и краевому ожогу); позднеспелый (70-80 дней) – *Ремус* (к ложной мучнистой росе).

АГРОТЕХНИКА

Сеют семена на грядку ранней весной (конец апреля), летом (первая половина июля) и под зиму при наступлении устойчивого холода -4-5⁰. В июле можно готовить рассаду на грядке для осеннего оборота в обогреваемых теплицах. Семена перед посевом калибруют и протравливают. Для получения более ранних всходов замачивают или проращивают до наклевывания, а перед посевом подсушивают. Глубина заделки семян – 0,5-1 см. Расстояние между рядами – 30-40 см. После посева грядку прикрывают мульчирующим материалом. Самый ранний урожай в открытом грунте получают, используя рассаду, которую готовят так же, как и рассаду кочанного салата, в течение 30-40 дней. Высевают семена в ящики или в питательные кубики размером 3х3 см или 6х6 см в теплицу или парник. На постоянное место растения высаживают в фазе 3-4 листьев (конец апреля) по схеме 30х25 см. Корневая шейка должна быть на уровне земли, ее нельзя сильно заглублять. Любые неблагоприятные факторы во время пересадки растений тормозят рост и развитие растений. На утепленных грядках ромэн служит уплотнителем к ранней белокочанной и цветной капусте.

Всходы салата ромэн появляются через 12-15 дней весной и через 5-6 дней летом. Через неделю после появления всходов почву рыхлят, удаляя сорняки. В фазе 2-3 настоящих листьев рядки прореживают, оставляя между растениями 3-4 см. Через две-три недели удаляют лишние растения, оставляя их на расстоянии 15-30 см. Чтобы улучшить вкус, поднимают и связывают верхушки листьев бечевкой, когда они достигнут высоты 20-30 см. Отбеливание проводят ступенчато, с интервалом 7 дней. После отбеливания кочан и листья салата становятся нежными, исчезает горечь. Для растения очень важен аккуратный полив под корень. При сухой погоде поливают через каждые 3-4 дня, расходуя по 0,5 л на растение. Ослабленные растения подкармливают после прореживания из расчета

20 г на 1 кв. м селитры или коровяком, разбавленным с водой в соотношении 1:5. Последующие азотно-калийные подкормки делают в период интенсивного роста до смыкания листьев. Позже они бесполезны и могут даже принести вред.

Уборку листьев проводят до образования стебля, так как потом они становятся горьковатыми. Осенью при наступлении устойчивых холодов (в первой половине октября) оставшиеся растения с комом земли переносят в подвал, где при температуре 4-5⁰ (но не ниже 1⁰). Работу эту следует выполнять в сухую погоду, так как влажные растения плохо хранятся. Для зимнего потребления ромэн высевают 10-15 августа. Затем 25-дневную рассаду рассаживают через 30-35 см друг от друга. Когда она образует хорошо развитую розетку листьев с полусформировавшимся кочаном, растения с корнем выбирают и прикапывают в теплице или парнике почти вплотную. Поливают каждое растение под корень. Температуру поддерживают от 3 до 12⁰. При более высокой температуре образуются мелкие кочаны, а растения поражаются грибными болезнями. Убирают по мере готовности кочанов. Храниться такой салат может до января. Во время хранения листья отбеливаются, теряя горечь.

СПАРЖЕВЫЙ САЛАТ

Салат спаржевый (стеблевой или уйсун) пользуется большим спросом в странах Восточной Азии. В России выращивают его на юге, в Приморском крае, на Дальнем Востоке. Успешно можно выращивать и в Нечерноземье. Листья спаржевого салата, отличаясь приятным вкусом, по питательности в 4 раза превосходят кочанный салат. Он богат минеральными солями и микроэлементами, которых насчитывается более 50. В стеблях аккумулируется больше сахаров и меньше нитратов. Сочный и нежный стебель по вкусу напоминает деликатесный овощ – спаржу. Чтобы он стал вкуснее, предварительно стебель подвяливают, а затем очищают от грубых наружных тканей.

При этом он теряет природную горечь, приобретая освежающий вкус. Растение образует крупную розетку с горизонтальными или полуприподнятыми листьями, а затем утолщенный сочный стебель, примерно толщиной с руку, достигает высоты 80 см. В верхней части стебля появляются боковые побеги. Листья сидячие, ланцетовидные, продолговатые, гладкие или морщинистые, зеленые, разных оттенков, с городчатым, гладким или слабоволнистым краем. Консистенция листьев у спаржевого салата более грубая, волокнистая. Встречаются несколько разновидностей: с коротким утолщенным стеблем, широкими листьями и более поздним сроком цветения; с тонким длинным стеблем, узкоудлиненными листьями, ранним сроком созревания; с рассеченными листьями. Листья и стебель выделяют млечный сок со специфическим ароматом. Вегетационный период спаржевого салата от всходов до уборки – 100-120 дней. Растение скороспелое, относительно холодостойкое, светолюбивое и влаголюбивое. Недостаток влаги в сочетании с высокой температурой приводит к преждевременному стрелкованию и появлению горечи. Для нарастания листьев и толстого стебля благоприятен короткий день (10-12 час.), для цветения и плодоношения – длинный. В северных широтах растение развивается более интенсивно. Семена прорастают при температуре 12-15⁰, всходы переносят -5⁰ в течение нескольких суток. Оптимальная температура для роста и развития растений 17-20⁰. Растение растет на любой почве, кроме кислой и засоленной, лучше развивается на суглинистых или супесчаных почвах с нейтральной реакцией (pH 6,1-6,6). За первую половину вегетации он потребляет всего лишь 10%, а за три недели до уборки 70% общего количества питательных веществ.

СОРТА

Светлана – среднеспелый при уборке листьев (93 дня), позднеспелый при уборке стеблей. Розетка листьев горизонтальная, высотой 65-95 см. На одном растении образуется 50-70 листьев, масса – 300-600 г.

АГРОТЕХНИКА

Спаржевый салат культивируют посевом семян или рассадой. В Нечерноземье целесообразно выращивать рассадой, которую готовят в теплице или парнике со второй половины февраля – первой половины марта. До всходов температуру поддерживают на уровне 20-25⁰, а после появления всходов на 4-5-й день ее снижают до 16⁰ днем, 10⁰ ночью. В фазе первого настоящего листа рядки прореживают, оставляя растения на расстоянии 4-5 см одно от другого. Рассаду поливают умеренно, не допуская почвенной корки, подкармливают дважды комплексными удобрениями (1 ст. ложка на 10 л воды). Первый раз – после прорезывания растений, второй раз – через 2 недели после первой подкормки. Рассаду высаживают на грядку в возрасте 30-35 дней с 4-5 настоящими листьями. Посадку проводят в середине мая по схеме 50x40 см, с подливом воды.

Посев семян в грунт рекомендуется проводить в конце мая – начале июня. Глубина посева – 0,5-1 см, норма высева – 1-2 г на 1 кв. м. Сеют рядовым способом через 40-50 см. Посевные бороздки слегка уплотняют. После посева грядку мульчируют торфом или перегноем. Посевы при загущении прореживают начиная с фазы первого настоящего листа, оставляя их в ряду сначала на расстоянии 4-5 см одно от другого, затем на 30-35 см. Поливают растения в засушливую погоду не часто, но обильно, один-два раза в неделю по бороздам из расчета 10-15 л на 1 кв. м, подкармливают дважды. Первый раз – через 1-2 недели после посадки или через 3 недели после посева, используя коровяк, разбавленный с водой в соотношении 1:5. Второй раз – спустя 3 недели комплексными минеральными удобрениями, 50-60 г на 10 л воды. Тяжелые заплывающие почвы неглубоко рыхлят после полива или дождя, изредка окучивают. Чтобы боковые побеги не подавляли рост и развитие стебля, их рекомендуется убирать, начиная снизу, за 2-3 недели до уборки. Это способствует утолщению стебля. Листья к столу собирают в течение лета до полной бутонизации через каждые 5-7 дней.

За две недели до уборки нижнюю часть зачищают, оставляя только хохолок. Стеблеплоды убирают до образования цветочных стрелок, обрезая листья и корни. Для хранения выкапывают растения с корнями и комом земли, слегка подсушивают и оставляют только точки роста. Корни прикапывают в подвале во влажный песок, располагая растения на 14-16 см одно от другого. Без доступа света такие растения хорошо сохраняются до января.

САЛАТ СРЫВНОЙ

Эта разновидность листового салата с довольно крупными листьями долго не переходит к цветению. Она менее распространена в нашей стране. Ее в основном выращивают в странах Западной Европы, Канаде, Австралии, США. Отличается тем, что растение не выдергивают целиком, а постепенно по мере отрастания срывают только листья. Ценится за содержание легкорастворимых углеводов и органических кислот, оказывает положительное влияние на функции эндокринной системы. Свежие листья салата, сдобренные зеленью петрушки и ложечкой растительного масла, – любимое блюдо многих кинозвезд и топ-моделей. Листья его добавляют к мясным, рыбным, картофельным блюдам для улучшения вкуса и лучшего усвоения продуктов. Срывной салат, как и другие виды салата, помогает организму справиться с весенним недостатком витаминов, вялостью и сонливостью.

Срывной салат образует пышную розетку листьев диаметром 30-40 см. Листья по форме цельные, веерообразные, с волнистым зубчатым или фестонобразным краем. Иногда образует полукочан. Поверхность листьев мелкоячеистая продавленная и пузырчатая, встречается мешковидная вздутая складчатость. Листья зеленые с желтизной до желто-зеленых с вишневым, интенсивно-красным и фиолетовым оттенком или сплошной пигментацией, сочной или хрустящей консистенции, на вкус сладкие со слабо острой горечью. Они не теряют своего качества в течение всей вегетации. Период от появления

всходов до технической спелости – 70 дней, до цветения – 120-130 дней. Растение длинного дня, переносит кратковременные заморозки до -6° . Срывной салат светолюбив и влаголюбив, предъявляет высокие требования к почвенному плодородию. При недостатке влаги листья мельчают. А при избыточном увлажнении почвы в сочетании с высокой влажностью воздуха растения поражают грибные заболевания.

СОРТА

Среднеспелые – *Изумрудный, Дубачек МС.*

АГРОТЕХНИКА

Эту разновидность выгодно размещать на освободившихся местах после раннеспелых культур, поскольку ее вегетационный период короче, чем у кочанного салата, а растение долго не переходит к стеблеванию. Подсевают в качестве уплотнителя к огурцам и томатам. Рассадку можно высаживать на клумбе или бордюре, рядом с цветочными культурами. Его нельзя только выращивать по свежему навозу, на закисленных и засоленных почвах. Агротехника его схожа с листовым салатом. Ранней весной бороздки поливают горячей водой, сеют в грязь. Когда вода впитается, засыпают сухой землей или мульчируют торфом. Под временные пленочные укрытия можно высевать с марта по сентябрь, чтобы собирать урожай с мая до самых заморозков. На бедных почвах перед посевом вносят перегной или компост слоем 2-3 см и заделывают его граблями в почву. После прореживания растения оставляют на расстоянии 15-30 см одно от другого. Благоприятны слабые подкормки азотными удобрениями в концентрации 0,2-0,3%, особенно в фазу развития у растений 2 настоящих листьев и после срыва листьев. По мере надобности листья срывают в течение всей вегетации, начиная снизу. Стебель растения идет вверх, точка роста продолжает расти. Если срезают листья вместе с верхушкой, оставляют небольшую часть стебля, на которой из пазушных почек ровно через 2-3 недели появятся новые розетки листьев. Таким образом, можно продлить период потребления листьев, получая с одной площади двойной урожай. Тем, кто

разводит кур, можно напомнить, что эта разновидность салата является хорошим кормом и для домашних птиц, заметно повышает их яйценоскость. Причем для этих целей салат можно высевать даже в затененных местах.

САЛАТ РАПУНЦЕЛЬ

Рапунцель (полевой салат) начали выращивать лишь в XX в. В народе его называют ягнятской травой, маш-салатом, валерьяницей или валерьянеллой. Это самый ранний, холодостойкий и неприхотливый салат, способный заменять другие салаты в зимнее время. Сейчас его под названием «корн» продают во всех крупных супермаркетах. Весной он поспевает одним из первых после схода снега. Рапунцель богаче солями железа, кальция, витамином Е и каротином, чем другие салаты. Употребление его в пищу способствует улучшению состава крови, укреплению стенок сосудов, рекомендуется при болезнях почек. Наличие эфирных масел придает неясный ореховый аромат. Едят его в основном в свежем виде, реже варят. Он идеально сочетается с любыми продуктами (рыбой, мясом, птицей), а также салатами.

Рапунцель относится к семейству валериановых. Это однолетнее или двулетнее растение высотой 7-20 см. Зелено-лиловые яйцевидные листья имеют нежную текстуру, собраны в прикорневую розетку диаметром 10-20 см. Стебель вилообразный, разветвленный. Корни хорошо оплетают и пронизывают верхний слой почвы. Растение зацветает и дает семена на второй год. Цветки голубовато-белые. Плоды округло-яйцевидные. Семена желтоватые, на широкой стороне три полосы, сохраняют всхожесть 3-4 года. Свежие семена всходят туго. Растение неприхотливое, растет на любых почвах, но предпочитает легкие по механическому составу с хорошим дренажом и глубоким плодородным пахотным слоем. Не любит переувлажнения и заболоченных мест. Хорошо переносит короткий световой день и пониженные температуры, зимой выдерживает сильные морозы при достаточном снежном покрове. Чем суровее зима, тем крепче его ореховый аромат. Растение

предпочитает наиболее освещенные места, хотя и неплохо переносит сильное затенение во взрослом состоянии. Наиболее требовательны к свету молодые растения при появлении всходов. Культура очень влаголюбивая, без полива листья грубеют. Растение лучше растет в прохладное лето, практически ничем не поражаясь. В жару медленнее набирает вегетативную массу.

СОРТА

Сирилла – с розеткой темно-зеленых листьев, высотой 7 см, диаметром 10 см.

Экспромт – с розеткой зеленых листьев, высотой 20 см, диаметром 18 см.

АГРОТЕХНИКА

Подготовка почвы такая же, как и для других видов салата. Семена можно сеять в несколько сроков. Весной семена высевают как можно раньше (в апреле-мае), используя укрытие пленкой или нетканым материалом. В Нечерноземье этот срок посева дает лучшие результаты. Летом рекомендуется сеять с конца июля до середины августа. При более поздних сроках сева накапливаются нитраты, качество продукции ухудшается. При посеве под зиму грядку укрывают нетканым материалом, перегноем или соломой. Рядки располагают поперек гряды с интервалом 20 см. Под пленку и укрывной материал можно сеять гуще и рядки размещать через 10-15 см. Заделывают семена обратной стороной грабель или дощечкой, хорошо прижимая их к влажной почве. Критическим моментом в выращивании рапунцеля считаются первые дни после появления всходов. Прямые лучи для них губительны, поэтому их прикрывают легким нетканым материалом или спасают частым дождеванием. Как только раскроются семядоли, укрытие приподнимают на дуги или каркасы. Поливают растения в начале вегетации довольно часто, раз в 2-3 дня, из лейки с ситечком, по мере роста полив сокращают до одного раза в неделю, не допуская попадания воды на листья. Следят, чтобы посеы не зарастали сорняками, загущенные рядки прореживают, сначала на 2-3 см, затем на 10-15 см друг от друга. В период вегетации междурядья

неглубоко рыхлят, растения по мере роста окучивают, что способствует отбеливанию листьев. На осенней культуре рапунцеля при наступлении заморозков устанавливают простейшие укрытия – каркасы или туннели с натянутой пленкой или нетканым материалом. Растения не гибнут при температуре -15° , листья при этом нарастают до глубоких морозов, а в районах с мягкой зимой вообще до весны. Зелень без вреда уходит под снег. Зимой хорошо растет в парниках и холодных теплицах. От весеннего посева листья собирают через 50-70 дней после появления всходов. Розетки убирают полностью до цветения. Летом листья нарастают быстрее. Осенью и в зимний период собирают листья более ограниченно – по 2-3 шт. с одного растения. От подзимнего посева свежая зелень поступает ранней весной.

ЦИКОРНЫЕ САЛАТЫ

К цикорным салатам относятся витлуф, эндивий, эскариол, радиччо, родоначальником которых является корневой цикорий. Все они содержат горькое вещество интибин, а также инулин, полезный людям, страдающим сахарным диабетом.

ВИТЛУФ

Витлуф – двулетнее растение семейства астровых. В первый год жизни формирует длинный белый корнеплод конической формы и розетку крупных широких листьев, на второй год зацветает и дает семена. Ценность витлуфа состоит в том, что зимой из корнеплодов выгоняют кочанчики, богатые солями калия и витаминами. Используют также молодые зеленые прикорневые листья в салатах и окрошках, а корни заготавливают как заменитель кофе. Растение неприхотливое, растет в любых климатических условиях, предпочитая суглинистые, хорошо удобренные почвы с нейтральной реакцией. Взрослые растения морозостойки, корнеплоды сохраняются зимой под снегом

при -30° . Семена прорастают при температуре $2-3^{\circ}$, а всходы легко переносят весенние заморозки $-4-5^{\circ}$. Растение влаголюбиво, отзывчиво на калийные удобрения. При недостатке калия наблюдается преждевременное стеблевание. На кислых почвах растет плохо. Оптимальная влажность почвы – $75-80\%$, относительная влажность воздуха – 70% . Нестандартные корнеплоды являются прекрасным кормом для животных. Настои и отвары витлуфа обладают фитонцидными свойствами, успешно используют в борьбе с тлей.

СОРТА

Скороспелый (100-120 дней) – *Конус*; среднеспелый (130-155 дней) – *Ракета*.

АГРОТЕХНИКА

Витлуф размещают на участке, чистом от сорняков. Лучшими предшественниками являются: огурец, капуста, бобовые культуры. Не рекомендуется высевать после моркови, картофеля, томатов, салата, которые являются переносчиками возбудителей белой гнили и проволочника. Почву с осени глубоко обрабатывают, предварительно рассыпая $30-40$ г суперфосфата и 25 г калийной соли на 1 кв. м. Органические удобрения ($3-4$ кг на 1 кв. м) вносят под предшественник или уменьшают дозу до $2,5$ кг на 1 кв. м, чтобы избежать сильного ветвления корнеплода. Весной добавляют 50 г на 1 кв. м нитрофоски. Почву взрыхляют на меньшую глубину, выравнивая поверхность граблями. На легких песчаных и супесчаных почвах обходятся без гряд, на тяжелых формируют гряды. Когда земля прогреется до $7-10^{\circ}$, сеют семена. Посев в холодную землю ведет к преждевременному стеблеванию. Норма высева – $0,3$ г на 1 кв. м, глубина заделки семян – $1-1,5$ см. Размещают витлуф рядами через 45 см или в два ряда по схеме $50+20$ см. После посева почву слегка прикатывают. Уход за растениями состоит в своевременном прореживании, рыхлении, поливе и прополке. Всходы появляются через $8-10$ дней. После появления всходов почву сразу же рыхлят. Прореживание выполняют в два приема: в фазе двух пар настоящих листьев – на $8-10$ см, и перед смыка-

нием листьев – на 15-18 см. Удаляют в первую очередь растения, склонные к стрелкованию, листья которых прижаты к земле. Однородные корнеплоды получают при густоте 15 шт. на погонный метр. Изреженность приводит к получению крупных и разветвленных корнеплодов, не пригодных для выгонки. За вегетацию делают 3-4 рыхления междурядий, сначала на 4-5 см, постепенно увеличивая глубину до 14-16 см, стараясь не повредить корни. Почвенную корку разрушают после каждого дождя или полива.

Поливают только в засушливый период и во время формирования корнеплодов из расчета 20-25 л на 1 кв. м. Подкормки проводят на бедных почвах после первого и второго прореживания, внося 25-30 г на 1 кв. м комплексных минеральных удобрений, с последующим заделыванием земель. При второй подкормке используют только фосфорно-калийные удобрения по 15-20 г или древесную золу по стакану на 1 кв. м. Молодые листья к столу срывают в течение вегетации. Убирают корнеплоды при отмирании нижних листьев (конец сентября), выкапывая вместе с ботвой. Для оттока питательных веществ в корни растения укладывают на 7-10 дней в бурт листьями наружу. Затем их обрезают на 1-3 см и убирают в хранилище. Мелкие, тонкие или сильно переросшие корнеплоды пускают на корм скоту, остальные укладывают в ящики, пересыпая их сухим торфом, песком, и хранят при температуре 1-2°. Для выгонки берут корнеплоды диаметром 2,5-4 см, очищая шейку от загнивших черешков. Подравнивают по длине до 18 см, обрезая снизу, удаляют боковые корни, плотно высаживают в вазоны или ящики с легкой почвой или песком, оставляя сверху только головку. Почву увлажняют, прикрывают темным материалом или землей, а емкости ставят в прохладном помещении (2-10°) на 2 недели. Затем переносят в помещение с температурой 12-18°. Через 3-4 недели после высадки продукция готова. При выгонке на свету листья зеленеют и дают больше горечи. При температуре 16-18° кочанчики созревают быстрее, но образуют больше горечи, при температуре 10° период выгонки уве-

личивается, кочанчики становятся более плотными, сочными и сладкими. Срезанные кочанчики в пленке сохраняют свои качества 2-3 недели при температуре 0-2°.

ЭНДИВИЙ

Эндивий долгое время выращивали как лекарственное растение, и лишь с XVI в. как овощ. Эндивий был хорошо известен в России, но после 1917 г. исчез. В последнее время успешно осваивается российскими огородниками. Он имеет более выраженный вкус, дает продукцию во внесезонный период, отличаясь низкой калорийностью. В пищу употребляется в свежем, вареном, тушеном и протертом виде как гарнир. Пикантная горечь листьев эндивия обусловлена глюкозидом интибином. Он служит мочегонным средством при гепатите, цистите, нефрите, а также при отеках сердечного происхождения. Наличие инулина, содержащегося в растении, помогает людям, больным сахарным диабетом.

Растение образует мощную розетку многочисленных сильно рассеченных прикорневых листьев. Существуют две разновидности эндивия: с кудрявыми, изрезанными листьями (фризе); с узкими прямостоячими, рыхло расположенными листьями. Стебель прямостоячий, ветвистый. Цветки мелкие, голубые, сиреневые, реже белые, собраны в корзинки в пазухах листьев или на концах побегов. Семена сохраняют всхожесть до 7 лет. Разновидности легко переопыляются между собой. Эндивий – двулетнее растение, но в Нечерноземье возделывается как однолетнее. По биологии эндивий схож с листовым салатом. Семена прорастают при 4-5°, взрослые экземпляры переносят осенние заморозки до -8°. В районах с мягкими зимами могут зимовать в открытом грунте. Оптимальная температура для роста и развития 15-20°, при более высокой температуре листья мельчают, грубеют, усиливается горечь. В отличие от кочанного салата эндивий выдерживает полутень и загущение. Его успешно выращивают в качестве уплотнителя в парниках и теплицах. Эндивий предьяв-

ляет высокие требования к плодородию и структуре почвы. Хорошо удается на супесчаных и суглинистых почвах, заправленных органическими удобрениями, а также на окультуренных торфяниках с нейтральной реакцией. Кислых почв не выносит. Эндивий отзывчив на внесение азота при достаточном наличии калия в почве. Избыток азота, особенно в конце вегетации, снижает иммунитет растений и лежкость. Растение предпочитает умеренную влажность почвы в течение всей вегетации. Следует избегать попадания влаги внутрь розетки листьев. Эндивий интенсивно наращивает мощную розетку весной или осенью. Вегетационный период – 75-115 дней.

СОРТА

Раннеспелые – *Барунди, Весенний, Градо, Родос*; среднеспелые – *Весеннее кружево, Королевский*.

АГРОТЕХНИКА

Эндивий выращивают после культур, под которые вносили органические удобрения. На бедных почвах под осеннюю перекопку вносят по 4-5 кг на 1 кв. м компоста и по 20-30 г нитроаммофоски. При выращивании эндивия во второй половине вегетации почву рыхлят мотыгой или планером (на легкой почве) с внесением только комплексных минеральных удобрений (40-60 г на 1 кв. м). Для получения ранней продукции выращивают рассаду, возрастом 30-35 дней, высаживают ее в июне по схемам 20x30 см, 20x20 см. Рассада более старшего возраста переходит к стрелкованию. Загущенная посадка ускоряет созревание, листья внутри слегка отбеливаются. Семена сеют весной, летом и осенью. Для осенней культуры высевают семена с конца июня до середины июля, раскладывая их в бороздки глубиной 1 см, расположенные через 40 см друг от друга. Дно бороздки уплотняют ребром руки, а после посева прикрывают рыхлой влажной почвой. Всходы прореживают в несколько приемов, оставляя растения в ряду сначала на 5-10 см, затем на 20-30 см. В течение вегетации своевременно рыхлят почву на небольшую глубину, пропалывают и регулярно поливают. При слабом росте растения подкармливают комплексными минеральными удоб-

рениями (30-40 г на 10 л воды). При необходимости подкормки повторяют через 10-15 дней. Для повышения вкусовых качеств через 2,5-3 месяца после посева связывают розетки листьев шпагатом или накрывают растения светонепроницаемыми колпаками. Внизу оставляют отверстие для воздухообмена. Неплохой результат дает высокое окучивание растений. Отбеленные листья становятся более хрустящими, менее горькими и сочными. Отбеливать следует столько растений, сколько нужно использовать к столу. Листья при этом должны быть сухими. Спустя 3 недели эндивий готов к употреблению. Осенью до наступления сильных холодов растения с небольшим комом земли прикапывают в подвале или теплице в ящик с влажным песком. В темноте растения постепенно отбеливаются. При температуре 1-5° и относительной влажности воздуха 80-90% растения сохраняют свои товарные качества до 3 недель. Подвал периодически проветривают, растения осматривают, собирают и удаляют пожелтевшие и загнившие листья.

ЭСКАРИОЛ

Эскариол – разновидность цикорного салата, схож с эндивием. Для российских огородников это новая культура. Он позволяет значительно разнообразить наш стол питательными и полезными веществами во внесезонный период. Особенно богат солями кальция, железа, магния, необходимыми для регулирования водного баланса в организме. Из отбеленных свежих листьев готовят салаты с различными заправками. Для снятия горечи зеленые листья перед употреблением погружают в теплую воду на 20 мин., затем моют и дают воде стечь. Нарезанную зелень можно оставить на некоторое время на воздухе, подвяливаясь, листья становятся менее горькими. Растение двулетнее, но в средней полосе России возделывается как однолетнее. Эскариол отличается от эндивия широкими цельнокрайними толстыми листьями и мясистой широкой центральной жилкой. Образует более мощную розетку, со-

стоящую из многих горизонтально расположенных листьев. Отдельные сорта представляют ряд переходных форм от широколистных к узколистым, то есть от эскариола к эндивию, а некоторые даже формируют кочан. Край листа зубчатый, слабо или сильно волнистый. Корни неглубокие, сильно разветвленные. Растение чаще перекрестноопыляющееся, хотя иногда встречаются самоопыляющиеся формы. Растение переносит заморозки -3° , требовательно к влаге, светолюбиво. Предпочитает солнечное, хорошо защищенное от ветров место. Лучше всего растет и развивается на рыхлых, плодородных почвах с нейтральной реакцией (рН 6,5). Не выносит кислых почв и высоких температур. Хорошо удается во второй половине вегетации при коротком дне, долго сохраняет товарные качества. Легко переносит пересадку даже во взрослом состоянии. Вегетационный период от появления всходов до стеблевания – 37-89 дней, до созревания семян – 100-110 дней.

СОРТА

Выращивают сорта и гибриды иностранной селекции: скороспелые (45-50 дней) – *Сиеста*, *Флорентина*; средне-спелые (53-82 дня) – *Фриго кроп*, *Батавия широколистная*.

АГРОТЕХНИКА

Эскариол размещают после культур, под которые вносили органику. Почву с осени перекапывают на штык лопаты, внося на бедных почвах по 4-5 кг на 1 кв. м компоста и по 20-30 г нитроаммофоски. Весной почву рыхлят немного мельче, чем осенью, и выравнивают перед посевом семян. При выращивании эскариола во второй половине вегетации почву после ранобуираемых культур рыхлят мотыгой и вносят комплексные минеральные удобрения (40-60 г на 1 кв. м). *Эскариол для летнего потребления* возделывают через безгоршечную рассаду, которую готовят с конца марта до конца апреля. При подготовке рассады следят, чтобы температура воздуха не опускалась ниже 10° . В противном случае растения преждевременно зацветают. Рассаду пересаживают с комом земли на постоянное место в фазе 5-6 листьев после окончания морозов по

схеме 25x25 см, не заглубляя корневую шейку. Иногда применяют загущенную посадку 20x20 см, что ускоряет переход растений к технической спелости. Внутренние листья при этом отбеливаются. После посадки рассады растения обильно поливают и мульчируют сухим торфом или перегноем.

Для осенне-зимнего потребления эскариол высевают во второй половине июня сразу на постоянное место, рядами через 30-45 см. Уход за растениями заключается в периодическом рыхлении почвы на небольшую глубину, прополках, подкормках, поливе и прореживании. Прореживают рядки в 2 приема, оставляя растения сначала на 5-10 см, затем через 2 недели – на 20-30 см одно от другого. В период бурного роста поливают 1 раз в неделю по 15 л на 1 кв. м, избегая попадания воды внутрь розетки. При слабом росте и на бедных почвах подкармливают аммиачной селитрой сразу после появления всходов из расчета 5-10 г на 1 кв. м. Спустя месяц подкармливают настоем коровяка, разведенным в воде (1:5), с добавлением сернокислого калия – 15-20 г на 10 л. Для повышения вкусовых качеств и устранения излишней горечи листовые сорта эскариола отбеливают, как и эндивий, когда листья достигнут максимальной величины. Важно при этом, чтобы свет и дождь не проникали во внутренние листья. При летнем потреблении убранные с корнем растения раскладывают тонким слоем на грядке на неделю, прикрывая темным материалом. В осенне-зимний период эскариол убирают до наступления сильных морозов, срезая растения близко к почве. Удаляют увядшие и загрязненные листья. Поздней осенью растения с комом земли переносят для доращивания и хранения в парники, укрыв их рамами и матами от промерзания. В темноте они постепенно отбеливаются. В безморозную погоду парники проветривают, чтобы предупредить загнивание листьев и продлить срок потребления. Лучшая температура для хранения эскариола 1-2⁰. Если имеются зимние теплицы, целесообразно высадить осенью в них взрослые растения, размещая их по схеме 30x30 см. Периодически растения поливают под

корень, проветривая. В случае понижения температуры ниже 0° над растениями ставят дуги, накрывают пленкой и ветошью сверху.

РАДИЧЧО

Радиччо, или радиккьо, – итальянская разновидность зимнего салата типа эскарриол. В Россию завезен из Италии. В 1996 г. были районированы первые 4 сорта, но они не прижились из-за недостаточной осведомленности населения о его ценных качествах, слабого знания агротехники. Многих пугал горький привкус листьев. Сейчас радиччо снова стал модным, появились и новые сорта. По биохимическому составу радиччо не уступает другим салатам. В его листьях содержатся почти все известные витамины, в том числе Е и К, органические кислоты, минеральные соли. Листья его слегка горчат, но их не вымачивают, а используют только вкусную внутреннюю часть. В радиччо присутствуют антиоксиданты, препятствующие старению, и вещества, стимулирующие деятельность щитовидной железы. Регулярное употребление салата уменьшает головные боли при вегетативно-сосудистой дистонии, улучшает зрение.

Выглядит он как листовой или кочанный салат с круглыми или конусовидными кочанами, некоторые похожи даже на краснокочанную капусту. Листья округлые, веерообразные, гофрированные, с сильно изрезанными или кудрявыми краями, с белыми жилками, окраска от зеленой, желтой, пестрой, розовой до красно-фиолетовой. Отдельные сорта имеют интенсивную антоциановую окраску внешних листьев, которая постепенно слабеет к сердцевине. Встречаются и пигментированные сорта с красными вкраплениями. Кочаны различной плотности и величины. Растения светолюбивы, холодостойки, влаголюбивы, предпочитают плодородные почвы. Переносят кратковременные заморозки (-5°). Радиччо относится к растениям короткого дня, хорошо формирует кочан в сентябре, при световом дне не выше 12 час. При длинном дне быстро пе-

реходит к стрелкованию, минуя стадию кочана. Кочаны раннеспелых сортов созревают за 70-75 дней, среднеспелых – за 100-105 дней, позднеспелых – за 106-115 дней.

СОРТА

Кочанные сорта: *Индиго* с зелеными листьями, *Пала Росса* с темно-красными листьями.

АГРОТЕХНИКА

Радиччо рекомендуется выращивать весной или осенью при коротком дне. Можно возделывать вторым оборотом после уборки ранних овощей рассадой или посевом семян. Ранние посеы проводят с мая до июня. Почву предварительно рыхлят, вносят удобрения. Грядку выравнивают граблями и делают бороздки вдоль или поперек гряды. Семена высевают во влажную землю, рядами, расположенными через 20-25 см. Глубина заделки семян – 1 см, норма посева – 0,5-1 г на 1 кв. м. В центральном регионе радиччо в осенней культуре целесообразно выращивать через рассадку, используя любое свободное место. Кислые почвы предварительно известкуют и вносят комплексные минеральные удобрения типа кемира супер с полным набором микроэлементов (25-30 г на 1 кв. м). Рассадку готовят на грядке с середины июля. Посевы проводят разреженно или прореживают так, чтобы между растениями было не менее 5 см. При выращивании рассады почву содержат во влажном состоянии. Поливают дождеванием во второй половине дня.

Рассадку с комом земли высаживают в фазе 3-4 настоящих листьев в шахматном порядке в лунки по схеме 20x20 см. Затем обильно поливают водой. Корневая система радиччо сравнительно хорошо переносит пересадку, отличаясь высокой восстановительной способностью. Посевы прореживают дважды: в фазе первого-второго настоящего листа и через 2 недели. Окончательно оставляют расстояние между растениями 20-25 см. Продернутые растения идут в пищу. Поливают растения раз в неделю в первой половине дня. Радиччо наиболее требователен к уходу в период завязывания кочана, когда необходим равномерный и аккуратный полив, чтобы вода не попала на

листья. Сохранению влаги в почве способствует мульчирование перегноем или торфом. В период интенсивного роста растения подкармливают настоем коровяка или сброженной травы в соотношении с водой 1:10 или комплексными минеральными удобрениями (1 ст. ложка на 10 л воды). Дальнейший уход такой же, как за другими салатами. Убирают радиччо при достижении массы кочана 80-120 г, удаляя растения через ряд. Оставшиеся растения при большей площади питания лучше проветриваются и освещаются. Их следует полить по бороздам и неглубоко прорыхлить. Это продляет получение свежей продукции еще на 15-20 дней. Кочаны набирают массу до 200-400 г. Кочаны радиччо при низкой температуре сохраняются лучше, чем кочанный салат.

