

# КАПУСТА, САЛАТ, ЩАВЕЛЬ, ШПИНАТ

Сажаем,  
выращиваем,  
заготавливаем,  
лечимся

Советы *М*от *Михальча*



Советы от Михалыча

Николай Звонарев

**Капуста, салат, щавель,  
шпинат. Сажаем, выращиваем,  
заготавливаем, лечимся**

«Центрполиграф»

2011

## **Звонарев Н. М.**

Капуста, салат, щавель, шпинат. Сажаем, выращиваем, заготавливаем, лечимся / Н. М. Звонарев — «Центрполиграф», 2011 — (Советы от Михалыча)

На столе не пусто, если есть капуста! Белокочанная, цветная, брокколи, кольраби... Капусту на Руси используют свежей, вареной, тушеной, квашеной, маринованной и даже сушеной. Доказано, что капуста использовалась первобытными людьми уже в каменном веке! А кладезь витаминов и минеральных веществ – зеленый салат, шпинат, щавель? Их подавали к столу персидских царей! И сегодня эти культуры очень популярны. Михалыч рассказывает о том, как их вырастить, уберечь от болезней и вредителей, какие сорта существуют. Дает рецепты вкуснейших блюд из них и рассказывает все о лечебных свойствах этих растений.

# Содержание

Предисловие	5
Капуста	7
Белокочанная капуста	8
Полезные свойства капусты	8
Применение белокочанной капусты в кулинарии	8
Применение в медицине	9
Выращивание капусты	10
Сорта белокочанной капусты	12
Болезни белокочанной капусты	15
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# Н. М. Звонарев

## Капуста, салат, щавель, шпинат

### Сажаем, выращиваем, заготавливаем, лечимся

#### Предисловие

Человек неразрывно связан с природой. Основные формы связи с растительным миром – пищевые. Сколько существует человек, столько он использует в пищу, наряду с животными и рыбой, всевозможные растения – как надземную их часть, так и корнеплоды. Овощные растения в этом процессе занимают, пожалуй, первое место.

Половина произрастающих овощных растений находится в культуре, а остальные – в дикорастущем состоянии. В нашей стране выращивают около 70 видов овощных растений.

Пищевое значение овощей определяется высоким содержанием в них легкоусвояемых углеводов, органических кислот, витаминов, ароматических и минеральных веществ, разнообразное сочетание которых обуславливает вкус, окраску и запах этой полезной продукции.

Овощи – важный источник минеральных солей. Листья петрушки, зеленый горошек, лук, капуста, пастернак богаты фосфором; листовые овощи и корнеплоды – калием; салат, шпинат, свекла, огурцы, томаты – железом; цветная капуста, салат, шпинат – кальцием.

Высокое содержание витаминов и их разнообразный состав делают овощи незаменимыми продуктами питания, играющими решающую роль в регулировании аминокислотного, жирового и углеводного обменов в организме человека.

Кроме этого в овощах имеются органические кислоты – лимонная, яблочная, винная, щавелевая и другие. Они благоприятно влияют на вкусовые качества овощей и способствуют лучшему их усвоению. Эфирные масла овощных (лук, петрушка, укроп) обладают фитонцидными свойствами. Известно, что фитонциды издавна используются в медицине: они предохраняют человека от многих инфекционных болезней.

Чтобы удовлетворить потребность в витамине С, например, необходимо съесть за сутки 200 г свежей капусты белокочанной или 300 г квашеной, 50 г сладкого перца или зелени петрушки, 250 г томатов или редиса, 70 г укропа или хрена. Дефицит каротина (провитамина А), могут восполнить 40–50 г моркови, шпината, укропа, зелени петрушки, 300 г томатов или редиса, 80 г зеленого лука, 75 г щавеля.

К древнейшему культурному растению можно смело отнести салат. Начал он свое распространение с районов Средиземноморья. Ученые при изучении египетских пирамид обнаружили на росписях растения салата. Из сообщений древнегреческого историка Геродота известно, что уже около 550 г. до н. э. салат подавали к столу персидских царей, а в годы царствования Камбеза салат при его дворце считался ценным лакомством. Время появления салата в Европе точно не известно, однако достоверно, что культуру салата греки восприняли от египтян. В Древней Греции салат употреблялся и как овощ, и для лечебных целей.

Латук упоминается в трудах Гиппократов, Аристотеля, Теофраста, Diosкорида. Римляне употребляли его в качестве десерта, а позднее, со времен Домициана, в качестве возбуждающей аппетит закуски.

Гален широко пользовался его целебными свойствами, считая, что млечный сок латука не только бодрит по утрам, но и помогает уснуть ночью.

Во времена императора Августа салат не только употребляли в свежем виде, его мариновали с медом и уксусом, консервировали, как зеленые бобы.

У арабов в Испании (VIII–IX вв.), помимо кочанного салата, был и летний эндивий.

Во Францию салат был завезен папским садовником (в Авиньон) в XIV в. (отсюда его название ромэн, или римский), где он получил признание и широко возделывается и в настоящее время.

Появление кочанных салатов – результат селекционной деятельности средневековых монахов, которые, выращивая салат на своих монастырских огородах, уделяли плотности кочана особое внимание.

В странах Восточной Азии наибольшее распространение получили спаржевый, листовой и срывной типы салата.

Первые сведения об употреблении спаржевого салата в Китае относятся к VII–X вв.

Из всех зеленых овощей на Руси капуста получила наибольшее распространение. Если салаты русскими используются в основном в сыром виде, то капусту солят, варят, квасят, тушат и, конечно, употребляют в сыром виде.

Род капусты содержит более 100 видов, большинство которых вышло из Средиземноморья и Китая. Дикие виды распространены в Евразии. В группу овощных и кормовых видов капусты входит капуста огородная, китайская и пекинская. Капуста огородная включает следующие разновидности: дикая листовая, или дикая ветвистая, брюссельская, листовая кормовая, кольраби, португальская, савойская, настоящая кочанная, брокколи, цветная. Такие виды капусты, как листовая, цветная, кольраби, китайская, пекинская, являются древними. Кочанные формы произошли от культурной листовой капусты.

Судя по археологическим находкам, капуста использовалась первобытными людьми уже в каменном и бронзовом веках. В Египте широко возделывали капусту за шесть веков до новой эры. Ее культивировали в древности греки и римляне, о чем можно прочесть в трудах Гиппократ, Аристотеля и Плиния. Римляне выращивали целый набор листовой и кочанной капусты. Им даже была известна брокколи – изысканная спаржевая капуста.

На Руси капуста известна издревле. К русским вначале, очевидно, попала кочанная капуста, ведь название овоща «капуста» происходит от латинского «капуциум» (голова). Нашим предкам, видно, по душе пришелся этот могучий овощ: ведь в период длительных постов он вместе с рыбой заменял им обширный стол скоромных продуктов. Да и в другое время капустой не гнушались; круглый год она была любимым яством трудовых людей.

Русская кухня немыслима без этого овоща. В 1812 г., когда капусты не доставало, русские солдаты квасили листья винограда и варили из них щи. Видимо, не зря на Руси бытовала поговорка: «Капуста не пуста, сама летит в уста». Капусту на Руси использовали свежей, вареной, тушеной, квашеной, маринованной и даже сушеной.

Как видим, овощная пища у русских – неотъемлемая часть их рациона.

## Капуста

Известно, что славяне начали возделывать капусту не позднее чем в IX веке. Наиболее достоверной и распространенной считается версия, согласно которой капуста с греко-римскими колонистами, проживавшимся в Крыму и других районах Причерноморья, попала сначала к южным славянским племенам.

Большинство культурных видов происходит из Средиземноморья и Китая. Самые древние из них – лист венные, а также цветная (впервые в России о ней упоминается лишь в 1825 году), кольраби, китайская и пекинская капуста. В настоящее время капустный род насчитывает около 150 разновидностей.

В России капусту начали выращивать очень давно – наши прохладные увлажненные условия хорошо подошли холодостойкой влаголюбивой капусте. Вряд ли какая другая кухня мира знает столько блюд, основой которых является капуста. В меню россиян она всегда стояла на одном из первых мест. И сегодня мы съедаем капусты в несколько раз больше, чем, европейцы и американцы. Россияне вполне справедливо могут назвать своими национальными продуктами питания картофель, капусту и другие овощи. В нашей стране капуста занимает около 30 % посевов овощей, и, конечно же, львиная доля их приходится на белокочанную капусту.

Все виды капусты – это отменная овощная зелень.

К сожалению, на наших огородах, помимо белокочанной капусты, достаточно редко можно встретить краснокочанную, цветную, брюссельскую, савойскую, кольраби, брокколи, пекинскую и китайскую капусты. Возможно, что причина кроется в традициях. Мы слишком привыкли к нашей родной белокочанной и не особенно интересуемся другими видами, которые, кстати, очень популярны во многих странах, а их выращиванию уделяется серьезное внимание.

## **Белокочанная капуста**

Самый популярный и широко применяемый вид капусты. В России ни один огород не обходится без капусты. В обязательных заготовках на зиму присутствует в свежем и консервированном виде.

Является двулетним растением, выращиваемым в однолетней культуре ради получения сочного кочана, который представляет из себя сильно разросшуюся верхушечную почку.

Кочаны, в зависимости от сорта, бывают: круглые, конические, плоские. Культура очень холодостойкая. Требовательна к влаге и свету.

По срокам созревания различают сорта раннеспелые (июль), среднеспелые (сентябрь) и позднеспелые (октябрь).

Раннеспелые сорта отличаются рыхлыми нежными кочанами, их используют как салатную зелень, а так же для приготовления других блюд. Раннеспелые сорта обычно наиболее пригодны для засолки, квашения, маринования.

Позднеспелые – закладывают на длительное хранение.

Белокочанная капуста подвергается атакам многих вредителей (капустная муха, капустная блоха, гусеница капустной бабочки белянки и другие листогрызущие вредители), поэтому требует принятия мер защиты.

## **Полезные свойства капусты**

Состав капусты характеризуется высоким содержанием воды (до 90 %) и клетчатки. Капуста обладает отменными вкусовыми качествами и многими полезными (диетическими) свойствами. По содержанию белков капуста превосходит свеклу, репу, брюкву, морковь и многие другие овощи.

Белок капусты является источником незаменимых аминокислот, которые необходимы для работы почек, щитовидной железы, и процессов кроветворения.

Капуста является основным поставщиком редких витаминов: витамина U и витамина K. Витамин U способствует заживлению язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Капуста является также хорошим источником витамина C. Причем, он сохраняется в капусте в течение всего срока хранения. В меньшем количестве, в капусте присутствуют остальные витамины: провитамин A (каротин), витамины B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, провитамин D, витамины P, PP, H.

Капуста очень богата клетчаткой, в ней практически нет крахмала и сахарозы. Благодаря этому капуста очень полезна диабетикам и рекомендуется людям с повышенной массой тела. Клетчатка нормализует микрофлору кишечника и выводит из организма излишки холестерина. В капусте присутствует, необходимая нам молочная кислота. Капуста содержит необходимые нашему организму минералы: кальций, калий, магний, железо, фосфор и другие микроэлементы.

## **Применение белокочанной капусты в кулинарии**

Много витаминов содержится как в квашеной капусте, так и в рассоле. Сохраняются витамины вплоть до следующего урожая.

Недаром она так популярна в разных национальных кухнях. Ее используют для приготовления салатов и борщей, голубцов и шей, начинки для пирожков. Она пригодна для пищи сырая, отварная, тушеная и соленая.

Особенно ценными являются блюда, приготовленные из брюссельской и цветной капусты. По калорийности и содержанию витаминов белокочанная капуста несколько уступает этим

сортам. Брюссельская капуста, например, считается диетическим продуктом. Бульон, приготовленный из нее, почти равноценен куриному.

Капуста белокочанная полезна всем как источник витаминов и других необходимых организму веществ, особенно в зимнее время. Хороша она в свежем и квашеном виде и вполне может удовлетворить суточную потребность в витамине С.

Пищевое применение капусты белокочанной весьма разнообразно. Существует огромное количество рецептов её употребления в свежем, обработанном и консервированном виде. Белокочанная капуста богата многими полезными веществами, особенно витаминами.

## Применение в медицине

О пользе капусты писали еще древние врачеватели. Лечение капустой позволяет избавиться от бессонницы и различных заболеваний желудочно-кишечного тракта, глухоты и мигрени, заболеваниях печени, суставов. Лечили капустным соком раны и язвы.

Известны ее обезболивающие, общеукрепляющие и противовоспалительные свойства. В народной медицине используются не только свежие листья, но и свежеприготовленный капустный сок.

*Противопоказаниями для приема свежей капусты являются повышенная кислотность и язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, а также желудочно-кишечные кровотечения, панкреатит и другие болезни, связанные с желудочно-кишечным трактом в стадии обострения.*

В целом считали капусту средством, повышающим устойчивость организма к ряду заболеваний. Особенно сырая капуста рекомендовалась детям.

Сухой сок белокочанной капусты используется сейчас для лечения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Лечат им также колиты и гастриты. Выпускается в виде порошка. Назначают по 1–2 чайные ложки в 0,5 стакана теплой воды 3–4 раза в день за полчаса до еды.

Можно с успехом пользоваться свежеприготовленным соком капусты. Хранить сок следует при температуре не выше 2 °С и не более одних суток. Принимают по 0,5–1 стакану 3 раза в день на протяжении 3–4 недель. Назначают его в той же дозировке при атеросклерозе.

Капуста является ценным продуктом в лечебном питании при сердечно-сосудистых заболеваниях, болезнях желудочно-кишечного тракта.

Употребляют капусту в свежем и квашеном виде как средство, увеличивающее секреторную функцию желез пищеварительного тракта и регулирующее деятельность кишечника. Назначают при желудочно-кишечных заболеваниях, геморрое, особенно если заболевание сопровождается запорами и кровотечениями. В данном случае пьют теплый рассол до двух стаканов на прием.

Применяют капусту при заболеваниях печени и как мочегонное средство.

Сок свежей капусты с сахаром считается хорошим отхаркивающим, смягчительным средством при бронхитах, пьют его также при желтухе. Свежая и квашеная капуста в народе считается хорошим противочинготным средством. Применять ее можно без точной дозировки, так как она является безвредной.

Для наружных целей ее используют при лечении язв и ожогов. Измельченные капустные листья, смешанные пополам с сырым яичным белком, наносят на незаживающие язвы и обожженные участки кожи.

В народной медицине свежеприготовленный капустный сок пополам с кипяченой водой с успехом применяли при воспалении слизистой оболочки рта.

Народом особенно любима квашеная капуста. Она улучшает цвет лица и помогает справиться с проблемной кожей, а благодаря молочной кислоте очищает организм от шлаков и укрепляет кишечную флору. Использовать в пищу капусту следует хотя бы раз в неделю.

*Квашеная капуста из-за содержания большого количества органических кислот противопоказана больным, страдающим повышенной кислотностью, а также с язвенной болезнью желудка и кишечника, заболеваниями печени и поджелудочной железы.*

## Выращивание капусты

Хорошо растет на плодородных почвах с нейтральной реакцией. На кислых – заболевает килой.

Капусту обычно выращивают рассадой в два приема. Сначала высевают семена, выращивают сеянцы, а затем в фазе семядолей их пикируют в парник, ящик, а лучше в питательные горшочки, которые плотно устанавливают в парник и засыпают питательной смесью.

Срок посева семян на рассаду определяют исходя из того, что от посева семян до появления всходов проходит 8 – 12 дней, а от всходов до образования полноценной рассады еще 45–50 дней. Поэтому высевать семена в ящики для получения рассады надо за 55–60 дней до ее высадки в грунт. Исходя из этого забегая по времени легко подсчитать нужный срок посева семян.

После появления всходов температура воздуха не должна превышать 6–7 °С. Особенно важен этот температурный режим ночью. Если вы не сможете выдержать температурный режим, то рассада вытянется. При этом в лучшем случае вы получите рассаду низкого качества, в худшем – она погибает.

Пониженную температуру сохраняют 6–7 дней, затем ее повышают днем до 15 °С, а ночью – до 12 °С. Как правило, сеянцы до пикировки поливают очень умеренно водой комнатной температуры или вообще не поливают. Влажность воздуха не должна превышать 70–75 %, то есть воздух должен быть сухим.

Через 10–12 дней при появлении у всходов одного – двух настоящих листочков их пикируют в кубики, горшочки, стаканчики, ящики или прямо в парник. Эта пикировка (пересадка) необходима растениям для улучшения освещения, увеличения площади питания корней, укрепления корневой системы.

Для этого горшочки или стаканчики заполняют той же питательной смесью, что и для посева семян, сеянцы поливают раствором марганцовокислого калия и приступают к пикировке. В почве тоненькой палочкой делают ямку и сажают в них сеянцы, заглубляя их до семядольных листочков. Очень длинные корни предварительно прищипывают на одну треть их длины. При посадке надо внимательно следить за тем, чтобы корешки располагались равномерно, не загибались и были хорошо заделаны грунтовой смесью.

После посадки сеянца грунт осторожно обжимают с боков растения в зоне расположения корней. Молодые садоводы при этом часто прижимают не корень сеянца, а стебель, что делать нельзя. Все слаборазвитые сеянцы при пикировке надо выбрасывать.

Поливают рассаду только по мере высыхания почвы, температура воды должна быть 18–20 °С. После полива обязательна хорошая вентиляция помещения.

Избыточная влажность почвы и воздуха при выращивании рассады капусты приводит к ее заболеванию «черной ножкой» и гибели! Поэтому примерно раз в неделю рассаду надо поливать водой с марганцовкой. Если же эта болезнь все-таки появилась, то надо немедленно присыпать почву сухим прокаленным песком слоем 1–1,5 см. Если вы выращиваете рассаду в ящиках без пикировки, то на этой фазе развития ее надо проредить на расстоянии 5–6 см.

При выращивании рассады в горшочках или кубиках увеличить площадь почвенного и воздушного питания можно с помощью увеличения промежутков между ними в ящике на 2–3 см, которые сразу же надо засыпать почвенной смесью.

В течение первых 10–12 суток после пикировки сеянцы растут очень медленно, затем их рост идет более интенсивно. В течение первых недель на рассаде образуются по 2–3 настоящих листочка, а перед высадкой на постоянное место уже 4–5 настоящих листьев.

За неделю до высадки в открытый грунт поливы рассады водой прекращают, чтобы сдерживать ее рост. Перед выборкой накануне вечером рассаду обильно поливают водой. А за 2–3 часа до высадки в грунт рассаду снова обильно поливают водой. Если же вы рассаду выращивали в горшочках, то от чрезмерного полива воздержитесь, так как горшочки могут развалиться.

Рассаду во время выращивания надо подкармливать. Первую подкормку проводят, когда появится второй настоящий лист. Подкармливают мочевиной (30 г на 10 л воды), этого количества хватит на 2–3 м<sup>2</sup>. Перед подкормкой рассаду надо полить, а после подкормки слегка опрыснуть водой, чтобы смыть с листьев удобрительный раствор.

Вторую подкормку проводят за 15 дней до высадки рассады в открытый грунт. Для этого в 10 литрах воды растворяют по 10–25 г мочевины и сульфата калия или хлористого калия, расходуя 1 литр раствора на 5 растений.

Очень оправдал себя для подкормок рассады капусты птичий помет. Для этого одну часть удобрения заливают 2–3 частями воды и настаивают 2–3 суток. Затем его разводят водой в соотношении 1:10, и подкормка готова.

Перед подкормкой рассады, следует учитывать состояние растений, условия их выращивания и назначение сорта. При недостатке света или вынужденной высокой влажности почвы дозу азота в подкормках надо уменьшить, а калия – увеличить.

В качестве калийного удобрения хорошо использовать древесную золу, которая к тому же содержит и все необходимые микроэлементы.

Рассада с 4–5 настоящими листьями готова к высадке. А горшечная рассада ранней капусты может быть высажена с 6–7 листочками.

За 2 недели до высадки в открытый грунт начинают закаливать рассаду. Для этого ее выносят на открытый воздух, приучая не только к низким температурам (5–6 °С), но и к прямому солнечному свету, постепенно увеличивая продолжительность ее пребывания на открытом воздухе.

При наличии в достаточном количестве хорошего биотоплива (конского или коровьего навоза на соломенной подстилке) рассаду ранней капусты можно вырастить и в парнике. Для этого в середине марта парник набивают конским навозом, разогревают его, сверху насыпают смесь перегноя и дерновой земли в соотношении 3:1 слоем в 12–15 см и слегка ее уплотняют. Затем ее поливают настоем коровяка (1:10) и горячей водой. Потом почву маркируют на квадратики со стороной 10 см. В центре квадратиков палочкой делают углубления, в каждое из них кладут по 2–3 наклюнувшихся семечка и засыпают их перегноем. Затем парник закрывают рамами и утепляют матами в два слоя.

Через 3–4 суток маты снимают и укрывают ими парник только на ночь или при сильном морозе. При появлении всходов в каждой лунке оставляют по 1–2 растения, подсыпают к ним смесь земли с древесной золой в соотношении 1:1, чтобы избежать заболевания растений черной ножкой. Через 6–7 дней в лунке оставляют по одному растению и снова подсыпают землю.

После появления первого настоящего листа рассаду подкармливают раствором нитрофоски и древесной золы (10 г нитрофоски и четверть стакана золы на ведро воды). После образования второго листа растения подкармливают второй раз тем же раствором и длинным ножом прорезают почву до глубины навоза вдоль и поперек парника, делая прорезы на одинаковом расстоянии между растениями.

За 5–6 дней до высадки рассады на постоянное место почву снова прорезают ножом на те же квадраты. Температуру воздуха в теплице надо поддерживать днем на уровне 15–18 °С, ночью – 10–12 °С.

Рассаду среднеспелых и позднеспелых сортов капусты в Нечерноземной полосе можно выращивать в открытом грунте на утепленных грядках (рассадниках) без пикировки. Для этого рассадники размещают на защищенных от ветра плодородных участках, чистых от многолетних сорняков и мокрицы. Грядку для рассадника готовят с осени, внося под перекопку на 1 м<sup>2</sup> до 100 г извести и до 50 г нитрофоски.

В середине апреля на грядку вносят до 10 кг на 1 м<sup>2</sup> перегноя или компоста и рыхлят почву на глубину 10–12 см. Затем грядку поливают горячей водой и сразу ставят над ней пленочный парник.

Подготовленные семена сеют в конце апреля под маркер или в бороздки. Расстояние между бороздками 6–8 см, между семенами в ряду – 5 см, глубина заделки семян 1–1,5 см. Через неделю в рассаднике появятся всходы. Рассадник требует постоянной заботы и внимания. Почву в нем необходимо постоянно поддерживать в рыхлом состоянии, сорняки своевременно удалять и следить за появлением крестоцветных блошек.

Для получения хорошей рассады растения надо слегка окучить. За период роста рассаду в рассаднике надо дважды подкормить разведенными в воде минеральными удобрениями (10 г мочевины, 20 г суперфосфата и 15 г сернокислого калия на 10 л воды).

При выращивании рассады под пленочными укрытиями особое внимание надо уделять вентиляции рассадника и увлажнению почвы в жаркие дни.

В теплые дни укрытие с рассадника вообще снимают во избежание перегрева, при похолодании снова укрывают пленкой. В холодные ночи рассадники накрывают матами или неткаными укрывными материалами из полимерных волокон.

Переращивать рассаду не следует, так как она вытягивается и плохо приживается при посадке в грунт.

Накануне и в день посадки почву в рассаднике обильно поливают, что обеспечивает выборку рассады с сохранением кома земли и корешков. Затем корни лучше обмакнуть в жидкую болтушку из коровяка и глины, что значительно улучшает приживаемость рассады.

## Сорта белокочанной капусты

### Раннеспелые сорта

Сорта этой группы имеют короткий вегетационный период, созревают через 90 – 120 дней от посева или 60–80 дней от высадки рассады в грунт. Они относительно малоурожайные, кочаны образуют некрупные, средней плотности, на разрезе кремовые с прозеленью. Продукция используется в салатах, для приготовления различных кулинарных блюд, но для квашения они непригодны, так как тонкие нежные листья при квашении деформируются, размягчаются.

К числу недостатков следует отнести неустойчивость к растрескиванию кочанов при переставании. Поэтому их убирают выборочно по мере созревания кочанов и период этот может быть растянут до трех и более недель. Ранние сорта подвержены «цветущности», которая проявляется в образовании цветущих побегов вместо кочана. Причина этого явления заключается в том, что растения переходят в генеративную фазу развития под влиянием пониженной температуры, это бывает при затяжной весне с возвратом похолоданий, когда высаживается переросшая до восьми листьев рассада. Среди ранних сортов капусты нет устойчивых к киле, все они в разной степени могут поражаться килой. Для зимнего хранения сорта непригодны, так как быстро поражаются болезнями, подсыхают, растрескиваются.

*Номер первый грибовский 147.* В условиях Московской области созревает в июле при условии высадки рассады в конце апреля. Созревание растянуто до трех недель. Сорт хорошо

удается на разных почвах, но на кислых поражается килой. Кочан округлый, небольшой, масса кочана 1–1,5 кг, средней плотности.

*Июньская.* Очень скороспелый, созревает через 50–55 дней после высадки рассады, или 90 – 100 дней от всходов, опережая сорт Номер первый грибовский 147 на семь – десять дней. Кочаны округлые, высоких товарных и вкусовых качеств. Сорт относительно устойчив к ранневесенним похолоданиям и заморозкам до -5 °С. Средняя масса кочана 1 – 12 кг.

*Кузукику Вараяие* (Дитмарская ранняя). Созревает на пять – восемь дней раньше сорта Номер первый грибовский 147, основной урожай получают за первые два сбора. Склонен к растрескиванию. Розетка мелкая, компактная, лист сидячий. Ткань листа слегка морщинистая, край волнистый. Жилкование редкое, центральная жилка более широкая и изогнутая. Кочан округлый и округло-плоский, мелкий, массой до 1,5 кг, плотность средняя.

*Скороспелая.* Созревает на шесть – восемь дней раньше сорта Номер первый грибовский 147. Отличается дружным созреванием и хорошим товарным видом кочана. По морфологическим признакам близок к сорту Июньская.

### Среднеспелые сорта

В эту группу включены сорта с вегетационным периодом от 115 до 150 дней от всходов или 85 – 120 дней от высадки рассады в грунт. В связи с коротким вегетационным периодом рассаду этих сортов готовят в открытом грунте, что значительно удешевляет продукцию. Кроме того, многие сорта можно выращивать безрассадным способом, посевом семян в грунт. Они образуют нормальный кочан за относительно короткий летний период. По урожайности среднеспелые сорта значительно превосходят скороспелые и даже не уступают некоторым позднеспелым сортам. Сорта по хозяйственному назначению специализированы: некоторые используются в свежем виде и для квашения, другие – для зимнего хранения.

*Золотой гектар 1432.* Относится к среднеранним сортам, вегетационный период 100–120 дней от всходов или 73–79 дней после высадки рассады. Созревает на пять – семь дней позже скороспелого сорта Номер первый грибовский 147, но отличается лучшим качеством кочана. Кочаны более устойчивы к растрескиванию, их можно использовать и для квашения. Кочан округлый, Массой 1,2–2 кг, на разрезе белый с прозеленью.

*Стахановка 1513.* Созревает через 105–125 дней от всходов или через 75–90 дней после высадки рассады. Довольно дружно созревает, устойчив к растрескиванию, поэтому пригоден для одновременной уборки.

Кочан округлый, крупный, массой 1,5–2,5 кг, средней плотности. При благоприятных условиях кочан достигает массы 5 кг, это самый урожайный сорт этой группы. При выращивании безрассадным способом созревает в августе, а при посеве в конце мая и высадке рассады в первых числах июля может заменить такие среднеспелые сорта, как Слава грибовская 231 или Слава 1305. Его можно использовать для квашения.

*Слава грибовская 231.* Хорошо растет на легких почвах. Созревает через 100–110 дней после высадки рассады. Кочан округлый, хорошей плотности, массой 2–3 кг. Розетка компактная, диаметром 60–80 см. Лист с коротким черешком, ткань листа мелкоморщинистая, край гладкий, окраска темно-зеленая со слабым восковым налетом. Используется в свежем виде осенью и для квашения.

*Слава 1305.* Поспевает на две недели позже сорта «Слава грибовская 231», но более урожайный и устойчивый к растрескиванию.

Хранится плохо, быстро портится. Кочан округлый, встречаются растения со слегка уплотненным кочаном. Масса кочана 3–5 кг, средней плотности, на разрезе кочан белый. Используется для квашения и осеннего потребления.

*Белорусская 455.* Сорт влаголюбивый, требовательный к плодородию, относительно устойчивый к киле. Окраска листа сине-зеленая, восковой налет от среднего до сильного. Кочан округлый и плоско-округлый, массой 2,5–3 кг, очень плотный, на разрезе белый. У этого сорта очень короткая внутренняя кочерыга, которая входит в кочан на 1/4 – 1/5 его высоты.

*Подарок.* Сорт универсальный по использованию: дает хорошую продукцию для квашения, пригоден для длительного хранения в течение четырех – пяти месяцев. Розетка крупная, раскидистая. Лист с черешком, окаймленным листовой пластиной. Ткань листа мелкоморщинистая, край гладкий, жилки полувееорообразные. Окраска листа серо-зеленая с сильным восковым налетом, придающим листу голубоватый вид; на кроющих кочан листьях встречается фиолетовый пигмент. Кочан округлый или плоско-округлый, массой 3–3,5 кг, очень плотный. В условиях Нечерноземной зоны сорта этой подгруппы выращивать безрассадным способом не следует, так как они не успеют образовать нормальный кочан.

*Надежда.* Сорт предназначается для квашения и использования в свежем виде в осенне-зимний период, хорошо сохраняется до середины зимы. Сорт более устойчив к растрескиванию.

### **Позднеспелые сорта**

Сорта позднеспелой группы имеют длинный вегетационный период – более 150 дней от всходов или более 125 дней от высадки рассады. Чтобы получить полноценный урожай, сорта этой группы нуждаются в защищенном грунте при возделывании рассады. При оптимальных условиях выращивания позднеспелые сорта более урожайные, нежели скороспелые и среднеспелые, дают продукцию хорошего качества. Позднеспелые сорта используют для квашения или для зимнего хранения.

*Московская поздняя 15.* Это один из лучших сортов для квашения, из него готовят высший сорт квашеной капусты – провансаль.

Это самый крупнокочанный сорт, кочаны округлые, масса достигает 18 кг, средняя масса кочана 4–6 кг. Сорт требователен к плодородию и влаге, особенно в осенний период (сентябрь). Относительно устойчив к киле. При выращивании нуждается в большой площади питания. Транспортабельность сорта средняя, а для зимнего хранения непригоден, так как дает большой отход продукции.

*Аматер 611.* Ценным у этого сорта является способность длительно сохраняться зимой, в течение пяти – шести месяцев. Осенью листья кочана грубые, горьковатые, поэтому его не используют для квашения. За время хранения вкус улучшается, к весне кочаны сохраняют свежесть и сочность. Розетка средних размеров, раскидистая, диаметром 70–90 см. Край листа гладкий, окраска голубовато-зеленая, восковой налет сильный. На центральной жилке листа и на кроющих кочан листьях имеется фиолетовая пигментация. Кочаны среднего размера, массой 2,5–3 кг, плоско-округлой формы.

*Зимовка 1474.* Самый лежкий сорт из всех отечественных. Имеет очень длинный вегетационный период – 165–175 дней от всходов или 130–140 дней от высадки рассады, что препятствует его распространению в Нечерноземной зоне. Хранится шесть – восемь месяцев, дает небольшой отход, к концу хранения проявляет устойчивость кочана к растрескиванию и поражению точечным некрозом.

Окраска листьев сине-зеленая с сильным восковым налетом. Кочан очень плотный, некрупный, по форме плоско-округлый со сбегом, массой 3,5–4 кг. Вкусовые качества в осенний период удовлетворительные, листья грубоватые, после трех четырех месяцев хранения вкус улучшается.

## Килоустойчивые сорта

Сорта этой группы выведены под руководством профессора Б. В. Квасникова. Они проявляют значительную устойчивость к киле – одному из самых распространенных заболеваний капусты в Нечерноземной зоне. Возбудитель килы – одноклеточный грибок – находится в почве и проникает в корни молодых и взрослых растений. На корнях образуются вздутия – наросты различной величины. Кила отнимает у растения питание, ослабляет его и губит. Образование кочана зависит от степени поражения килой, при сильной степени поражения кочан не образуется, листья розетки засыхают.

Абсолютно устойчивых к киле сортов (иммунных) не существует, это объясняется биологическими особенностями растения и паразита. Однако под влиянием отбора можно усилить устойчивость растений, снизить пагубное влияние возбудителя. Селекционеры использовали этот метод, и в результате многолетней работы появились сорта со значительной степенью устойчивости.

*Ладожская 22*. Среднеспелый сорт. Используется для квашения, хорошо сохраняется до середины зимы. Розетка крупная, раскидистая, кочерыга наружная высокая. Кочан округлый, массой до 3 кг, плотный.

*Лосиноостровская 8*. Сорт среднепоздний. Используется в свежем виде в осенний период, а также для квашения. Сохраняется хорошо до марта, транспортабельность хорошая.

Розетка раскидистая, крупная, нижние листья горизонтальные, верхние приподняты. Наружная кочерыга средних размеров (до 22 см). Лист со средним черешком, ткань листа слегка морщинистая, край слабоволнистый, окраска зеленая со слабым восковым налетом, сизым оттенком.

Кочан плоскоокруглой формы, массой 2,3–3 кг, довольно плотный.

*Зимняя грибовская 13*. Сорт среднепоздний, созревает через 115–120 дней от высадки рассады. Используют в свежем виде в осенне-зимний период, пригоден для квашения, сохраняется до марта, транспортабельность хорошая.

Розетка крупная, раскидистая, наружная кочерыга высокая. Лист с черешком средней длины, чаще окаймленным сбегавшей пластинкой. Окраска серо-зеленая, восковой налет средний. Кочан округлый, массой 2,5–3 кг.

*Московская поздняя 9*. Сорт отличается повышенной килоустойчивостью.

## Болезни белокочанной капусты

В период выращивания рассады значительный ущерб наносят болезни черная ножка и ложная мучнистая роса.

*Черная ножка*. Проявляется в виде почернения корневой шейки у сеянцев, рассады и взрослых растений. Инфекция передается через почву. Способствует развитию болезни недостаток освещения, повышенная влажность почвы, недостаточный воздухообмен, густая посадка. Чаще всего она поражает ослабленные растения.

Для предупреждения развития болезни следует соблюдать режим температуры и влажности почвы при выращивании рассады, посев присыпать прокаленным песком, толщиной до 1 см. Ограничить полив сеянцев, а если необходимость заставляет, поливать слабым раствором марганцевокислого калия (марганцовки).

*Ложная мучнистая роса* (переноспора). Проявляется на семядолях или листьях рассады в виде светлых расплывчатых пятен на верхней стороне, которым с нижней стороны соответствуют пятна с сероватым налетом грибницы. Способствуют заболеванию повышенная влаж-

ность воздуха и почвы, излишняя густота посадки растений. После высадки растений в открытый грунт заболевание исчезает.

В качестве предупредительной меры против этого и других заболеваний рекомендуется термическое протравливание семян (прогревание их в горячей воде при температуре 48–50 °С в течение 20 минут). Надо строго следить за температурой, для чего берется большая масса воды, в которой легче поддержать температуру постоянной в течение всего необходимого времени. Выше 50 °С температура опасна, ниже 48 °С не даст эффекта.

Молодую рассаду при сильном поражении опыливают ТМТД – 7 г м<sup>2</sup> стараясь нанести препарат на нижнюю сторону листьев.

*Кила, фомоз, фузариозное увядание, сосудистый бактериоз.* Являются в открытом грунте вредоносными болезнями.

Возбудители этих заболеваний сохраняются и накапливаются в почве, поэтому наиболее эффективной мерой предупреждения и борьбы с этими болезнями является соблюдение чередования культур на участке, очистка его от растительных остатков (листьев и кочерыг с корнями).

*Кила.* Возбудитель килы поражает корни рассады и взрослых растений. На корнях появляются наросты различной величины. Растения отстают в росте, и в жаркое время суток листья таких растений начинают вянуть. При сильном поражении кочаны не образуются.

Для предупреждения килы вносят известь или золу в лунки перед посадкой. Можно обеззараживать почву цинебом или смачивающимся порошком серы. Готовят суспензию из 0,3 %-ного цинеба или 0,4 %-ной серы (соответственно 3–4 г порошка на 1 л воды). Расходуют 80 – 100 г/м<sup>2</sup> суспензии, внося ее опрыскивателем.

Если заболевание килы обнаружено у взрослых растений, то применяют подкормку раствором коровяка или навозной жижи, разбавленных в три – четыре раза с добавлением 0,02 %-ного молибденово-кислого аммония. После подкормки растение высоко окучивают, чтобы способствовать отрастанию новых корней.

*Фомоз, или сухая гниль.* Проявляется через две – три недели после высадки в грунт. Пораженные растения отстают в росте, имеют лиловую окраску. На листьях и стебле появляются бледные пятна с темными точками – пикнидами гриба. При дальнейшем развитии болезни кочерыга становится сухой, размочаливается ткань, кочан не образуется. На рассаде заболевание проявляется в виде черной ножки. Особенно опасно это для семенников капусты, так как болезнь передается с семенами.

Действенной мерой против этого заболевания является термическое протравливание семян и соблюдение плодосмена. Пораженные растения необходимо сразу удалить с участка, а место, где они росли, присыпать хлорной известью.

*Фузариозное увядание.* В основном распространено в южных районах страны, но за последние годы стало появляться в некоторых областях Нечерноземной зоны, особенно в жаркие годы. Инфекция находится в почве и через корни проникает в растение, в лист. Начинает желтеть половина листа, а затем вся пластинка. Лист опадает, остается лишь недоразвитый кочан.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.