

ใบความรู้

พืชผักสวนครัว

1. รู้จักพืชผักสวนครัว

ผักสวนครัว หมายถึง พืชที่ปลูกเพื่อใช้ในการปรุงเป็นอาหาร ซึ่งสามารถแบ่งตามลักษณะการนำมาประกอบอาหารได้ 4 ประเภท ดังนี้

1. ใช้ผลเป็นอาหาร เช่น แตงกวา มะเขือเทศ พริกหวาน
2. ใช้ใบและลำต้นเป็นอาหาร เช่น ผักกาดขาว ตำลึง ผักคะน้า สะระแหน่
3. ใช้ดอกเป็นอาหาร เช่น กะปลาดอก ดอกแค บร็อคโคลี่
4. ใช้หัวหรือรากที่อยู่ใต้ดินเป็นอาหาร เช่น หอมหัวใหญ่ แครอท กระเทียม ขิง

2. การขยายพันธุ์พืชผักสวนครัว

วิธีการขยายพันธุ์พืชผักสวนครัว มีหลายวิธีดังนี้

1. การเพาะเมล็ด

เป็นวิธีการนำเมล็ดพันธุ์พืชที่คัดเลือกพันธุ์แล้วมาหว่าน โรย หรือหยอดลงในภาชนะ หรือแปลงเพาะที่เตรียมไว้ ซึ่งก่อนที่จะเพาะเมล็ด ต้องเตรียมดินโดยตากหญ้าหรือวัชพืชให้หมด ตากดินไว้ประมาณ 2-3 วัน แล้วย่อยดินให้ร่วนซุย จากนั้นใส่ปุ๋ยคอกผสมให้เข้ากัน แล้วนำไปใส่ในภาชนะหรือแปลงเพาะที่เตรียมไว้

วิธีเพาะเมล็ดสามารถทำได้หลายวิธี ดังนี้

1. เพาะเมล็ดแบบต้นเดียว
2. เพาะเมล็ดในกระบะเพาะ
3. เพาะเมล็ดในแปลงเพาะ

2. การแยกหน่อหรือหัว

เป็นวิธีการขยายพันธุ์พืชที่นิยมทำกันมาก เพราะจะทำให้พืชไม่กลายพันธุ์สามารถทำได้รวดเร็ว และพืชเจริญเติบโตได้ดีกว่าเพาะเมล็ด พืชสวนครัวที่ใช้หน่อหรือหัวขยายพันธุ์ เช่น หัวหอม กระเทียม ขิง ข่า เป็นต้น

การขยายพันธุ์พืชโดยการแยกหน่อหรือหัว เป็นวิธีการนำหน่อหรือหัวของพืชที่คัดเลือกแล้ว มาปลูกลงในภาชนะหรือแปลงเพาะที่เตรียมดินไว้ จากนั้นกลบดินและกดให้แน่น รดน้ำให้ชื้นเพื่อให้พืชแทงหน่อได้ง่าย

เมื่อแยกหน่อหรือหัวเสร็จแล้ว ก็มาถึงขั้นตอนการปลูก ซึ่งสามารถทำได้หลายวิธี ดังนี้

1. ปลูกแบบต้นเดียว
2. ปลูกในกระบะเพาะ
3. ปลูกในแปลงเพาะ

3. การปลูกพืชผักสวนครัว

เมื่อพืชผักสวนครัวที่ปลูกเติบโตขึ้นสักระยะ เราจะต้องทำการย้ายต้นกล้าของพืชผักสวนครัวจากภาชนะ กระบะเพาะ หรือแปลงเพาะ มาสู่แปลงปลูก เพื่อให้พืชผักสวนครัวเจริญเติบโตต่อไป

การย้ายต้นกล้าไปปลูกในแปลงปลูก มีขั้นตอนการปฏิบัติดังนี้

1. เตรียมดินในแปลงปลูก และขุดหลุมให้ลึกพอสมควร
2. ใช้ช้อนปลูกขุดย้ายต้นกล้า โดยมีดินติดรากมาด้วย
3. จับปลายใบของต้นกล้าหย่อนลงในหลุมที่เตรียมไว้ แล้วเกลี่ยดินกลบ จากนั้นกดดินรอบ ๆ โคนต้นให้แน่น
4. รดน้ำให้ชุ่มทั้งแปลง และทำเพิงบังแดดจนกว่าต้นกล้าจะแข็งแรง

4. การบำรุงรักษาพืชผักสวนครัว

การบำรุงรักษาพืชผักสวนครัวอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้พืชที่ปลูกไว้เจริญเติบโตและงอกงามได้ดี โดยมีหลักปฏิบัติ ดังนี้

1. การรดน้ำ ควรรดน้ำในตอนเช้าและตอนเย็น โดยค่อย ๆ รดน้ำให้ชุ่มชื้น แต่อย่าให้แฉะจนเกินไป เพราะจะทำให้รากเน่าได้
2. การพรวนดิน ควรพรวนดินทุก ๆ 7-10 วัน โดยพรวนให้ทั่วทั้งแปลง และพรวนให้ลึกพอสมควร แต่ควรระวังอย่าให้ถูกราก เพราะอาจทำให้รากขาดได้
3. การใส่ปุ๋ย ควรเลือกใส่ปุ๋ยให้เหมาะกับพืช โดยโรยให้ทั่วแปลงปลูกในปริมาณที่พอเหมาะ แล้วรดน้ำให้ชุ่มหลังจากใส่ปุ๋ยแล้วทุกครั้ง

4. การกำจัดวัชพืชและศัตรูพืช ขณะพรวนดินควรถอนหรือเก็บวัชพืชออกให้หมด และควรราดยาหญ้าในแปลงปลูกอยู่เสมอ ถ้ามีแมลงศัตรูพืชต้องเก็บทิ้งหรือใช้ยากำจัดศัตรูพืชชนิดป้องกันประมาณสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

5. การเก็บเกี่ยวพืชผักสวนครัว

การเก็บเกี่ยวพืชผักสวนครัวจะทำเมื่อผักเจริญเติบโตเต็มที่ ซึ่งมีข้อปฏิบัติดังนี้

1. ควรเก็บเกี่ยวผลผลิตในตอนเช้าหรือตอนเย็น
2. ควรใช้กรรไกรตัดกิ่งหรือมีดคม ๆ เก็บเกี่ยว เพราะจะทำให้พืชผักไม่ช้ำ
3. หลังจากเก็บเกี่ยวผลผลิตแล้ว ควรนำพืชไปแช่น้ำหรือพรมน้ำ เพื่อป้องกันผักเหี่ยว

ตัวอย่างการปลูกพืชผักสวนครัว

การปลูกผักกาดหอม

ผักกาดหอมเป็นพืชที่ปลูกง่าย และเจริญเติบโตได้เร็ว สามารถปลูกได้ทุกฤดูกาล แต่จะให้ผลผลิตดีที่สุดเมื่อปลูกในช่วงระหว่างเดือนตุลาคม - มกราคม

การปลูกผักกาดหอม มีขั้นตอนดังนี้

1. การปลูกพืชต้นกล้า มีวิธีปฏิบัติดังนี้

- 1) เตรียมดินในภาชนะปลูกหรือแปลงปลูก แล้วหว่านเมล็ดผักกาดหอมให้กระจายทั่วแปลง
- 2) เกลี่ยดินกลบให้เมล็ดแน่น คลุมด้วยฟางหรือหญ้าแห้ง แล้วรดน้ำให้ชุ่ม

2. การย้ายต้นกล้า มีวิธีปฏิบัติดังนี้

1) เตรียมดินในแปลงปลูก ขุดหลุมให้ลึกพอสมควร โดยแต่ละหลุมห่างประมาณ 30 เซนติเมตร แล้วรดน้ำให้ชุ่ม

2) ขุดต้นกล้าจากแปลงเพาะไปปลูกในแปลงที่เตรียมไว้ทันที ไม่ควรทิ้งไว้นาน เพราะต้นกล้าอาจตายได้

3) กดดินรอบ ๆ โคนต้นให้แน่น แล้วรดน้ำให้ชุ่ม

4) ระยะ 2-3 วันแรก ควรทำเพิงบังแดดให้ต้นกล้า โดยเปิดให้ต้นกล้าได้รับความชื้นในช่วงเวลาเย็น และเวลากลางคืน

3. การบำรุงรักษา มีวิธีปฏิบัติดังนี้

1) การให้น้ำ ควรรดน้ำวันละ 1-2 ครั้ง ในเวลาเช้าและเย็น โดยรดน้ำให้ชุ่มและทั่วแปลง แต่อย่าแฉะจนเกินไป

2) หารใส่ปุ๋ย ควรพรวนดินให้ร่วนซุย แล้วใส่ปุ๋ย โดยหว่านปุ๋ยให้ทั่วแปลงปลูก และรดน้ำตามทันที

3) การกำจัดวัชพืชและศัตรูพืช ควรทำอย่างสม่ำเสมอ ขณะพรวนดินควรถอนหญ้าที่ขึ้นอยู่รอบ ๆ ด้วยทุกครั้ง

4. การเก็บเกี่ยว

ผักกาดหอมจะเก็บเกี่ยวได้เมื่อมีอายุประมาณ 40-45 วัน และควรเก็บในช่วงเวลาเย็นที่มีแสงแดดอ่อน ๆ โดยใช้มีดคม ๆ ตัดบริเวณโคนต้น แล้วดึงใบที่แก่ทิ้งก่อนนำไปประกอบอาหาร หรือนำไปจำหน่าย