



上海丰羨实业有限公司

宝杨路1858弄15号601室 电话:021-61532137 66867462 13816062477 联系人: 黄先生

来自海上的香格里拉（横沙岛）的产品
系列饮料：芦粟汁，橙汁；绿色农产品生产与销售，农家乐休闲旅游等。**诚招代理商**

芥蓝在上海地区如何栽种？

来自青浦的孙女士致电上海三农服务热线，询问芥蓝是否可以在上海地区栽种，以及如何栽种？

针对此问题，热线专家表示，芥蓝是甘蓝的一个变种，为十字花科一、二年生草本植物，茎粗大、直立、分枝多，叶片灰绿色、蜡质较多，幼苗期与甘蓝苗期很相似。芥蓝原产于我国南方，在广东、广西、福建等地广为栽培，不仅是我国著名的特色蔬菜，而且还是畅销港澳和东南亚等地的出口菜，近年来在北京、上海等大城市也越来越受欢迎。芥蓝以肥嫩的花苔和嫩叶为食用部位，营养丰富、口感脆嫩、风味爽口，深受消费者的喜爱。据报道每100克鲜食芥蓝含有粗蛋白27克，脂肪6.3克，碳水化合物3.5克，粗纤维1.2克，维生素C50—80毫克，胡萝卜

素2毫克，钙242毫克，磷46毫克，钾345毫克，铁2.8毫克，镁52毫克。

芥蓝根据花色可分为白花芥蓝和黄花芥蓝两种，上海以栽培白花芥蓝为主。芥蓝喜温和气候，耐寒性强，耐热性也较强，生长势较旺盛，易栽培。上海栽培芥蓝可分为春、夏、秋三季，如果要解决夏淡季供应，一般在7月初播种，9月中旬陆续上市，一直可延续到国庆节前后。

芥蓝栽培要点：1、芥兰一般采用直播、穴盘点播、撒播三种播种方式；2、芥蓝播种时正值高温干旱季节，因此播种前一天要求浇足底水，保持土壤疏松、湿润，播后畦面

用遮阳网覆盖。保湿出苗后，揭去遮阳网以防幼苗徒长，出苗后间苗一、二次。可用0.5%尿素水追肥。在苗龄20—25天后定植，苗距30cm见方为宜；3、其他管理参照甘蓝（施肥、防病、防虫等）。

芥蓝采收要点：芥蓝一般以主花苔及侧花苔为产品，商品要求品质脆嫩、色泽青绿、苔叶细小、节间长，菜苔粗细均匀适中，横茎为1.5—2cm，高度不超过18—20cm，产品还要新鲜洁净，无病虫害。



三农实用周刊



玉米已经结穗了还要施肥料吗？

问:我种了一些玉米,已经结穗了,还要施肥料吗?

答:玉米施肥一般要求施足底肥,早施苗肥,重施穗肥,补施粒肥。如基施时投入优质农家肥2000公斤最好;追肥时宜采取开沟条施,目的是集中施肥,以利于作物吸收,减少浪费。

据胡女士讲,她的玉米除了施一些基肥和复合肥,就没有再施过肥料。现在已是穗肥时节,须抓紧补施一些氮磷钾复合肥,用量为10—15公斤/亩,可直接撒在根部,然后进行培土。培土可以增强根系活动,增加肥沃土层厚度,既有利于防旱保墒,又便于排水防涝,还能促进植株上发生次生根,防止倒伏并有利于减轻杂草为害。此后,如果植株叶色深、长势好的话,就不必再追粒肥,以免贪青晚熟。反之,可在果穗吐丝时喷施尿素与磷酸二氢钾的混合液每亩50公斤,使其在乳熟灌浆期发挥作用。

牡丹如何养护？

问:牡丹如何养护?

答:牡丹属毛茛科的落叶灌木,原产秦岭、大巴山区,是我国十大名花之一,花期为4—5月。牡丹性喜阳光,爱凉爽环境,耐寒,忌高温闷热,适宜在疏松、肥沃、排水良好的砂质土壤中生长。一般栽培牡丹可用充分腐熟的厩肥、园土、粗砂以1:1:1的比例配制培养土。盆栽牡丹选用适应性强、花型较好的早、中花的品种,如“洛阳红”、“二乔”、“赵粉”、“一品朱衣”等。

盆栽时,盆底铺3—5厘米厚的粗砂或小石子,以利排水。填土要使根系舒展,不能卷曲,上盆后浇一次透水,放半阴处缓苗。正常管理后,保证其能照射到充足的阳光。新上盆的牡丹,半年后可逐渐施些薄肥,如腐熟的鸡粪水或豆水等,肥水比例以20%—30%为宜。生长期间经常松土,每隔半个月左右施一次复合肥。牡丹系肉质根,怕积水,浇水应根据天气、盆土情况,适时、适量进行。牡丹开花时,可设棚覆盖或暂时放在室内,避免阳光直射,延长开花期;对主枝顶芽是叶芽的,应摘去,以免徒长,影响开花。牡丹花谢后,及时剪去残花及花梗,保留茎部的1—2个外侧芽。

牡丹较耐寒,但在寒冷地区,也应于立冬前后搬入室内,放在向阳处,室温保持零摄氏度左右。次年清明前后再搬出室外进行正常管理。

上海三农服务热线供稿

淡水小龙虾的生态养殖

淡水小龙虾，因其外观艳丽，肉味鲜美，正日益成为人们餐桌上的新宠。小龙虾的市场价格节节攀升，数量供不应求，因此从事小龙虾养殖的人，也如雨后天春笋般涌现。然而实践证明，养殖方式不同，小龙虾养殖者的效益却是千差万别。这里将小龙虾养殖过程中的技术要点总结如下。

科学选址 选择的塘口要求靠近水源，水质清新无污染，进排水方便，土质以黏土为好，保水性能好。

防逃设施完备 小龙虾有溯水逃逸的习性，池塘四周应设置围网防逃设施，同时进排水口是要做好防逃工作，并经常检查。

合理放养 虾种放养至关重要，放种成功就等于整个养殖成功了一半。应选择无病无伤、附肢齐全、体色鲜亮、规格一致的龙虾苗种，亩放200尾/kg左右的优质幼虾50kg。如无自繁苗种应采用就近收购的原则。在运输过程中不能挤压、脱水，多次多点投放，确保虾苗放养的成活率。

养好水草 “要想虾养好，必须种水草”，良好的生态环境，丰富的水草资源是养殖成功的关键。水草既是小龙虾的饲料又是它栖息脱壳的场所。水草种类要多，既要有沉水植物，又要有浮水植物，还要有挺水植物，

如水葫芦、伊乐藻、轮叶黑藻、茭白等。水草栽种面积占池塘总面积的60%—70%。

合理投饵 在养殖实践中为了获取更大的利润空间，绝大部分养殖户都加大了精料的投入。但同时也陷入误区，往往只注重了精料的投喂，忽视了青饲料的投入，要注意荤素搭配。据研究发现，小龙虾的食物中青草的比例占80%以上。实践表明，草资源缺乏的情况下生产出来的龙虾产量低品质差，难以卖出好价钱。目前“铁壳虾”“钢虾”大量出现的一个主要原因就是因为缺乏青草。精料投得再多而缺乏青草，不仅会使小龙虾缺乏喜食可口的饲料，而且会使小龙虾缺乏适宜的生活栖息脱壳场所，导致脱壳次数减少，甚至不脱壳，造成停止生长，而小龙虾的成熟季节已到，从而形成了个体不大但虾壳已变红变硬的现象。因此，养殖过程中加大青饲料的投入就显得尤为重要。精饲料的



日投喂量一般以存塘虾重量的6%即可。蜕壳素的添加应按日投喂精料总量的1%添加，并且定期使用。

科学管理 除了日常坚持“三观五勤”，主要是要加强对敌害生物的清除和药物管理。在改造时清塘消毒要彻底，坚决清除乌鳢、黄鳝等凶猛性鱼类，平时要及时驱逐老鼠、水鸟等敌害生物。小龙虾病害少，一般不会发病，若发病对症下药，消毒杀菌就用二氧化氯，纤毛虫等就用硫酸锌，禁用聚酯类、有机磷类药物。每月可坚持施用生石灰一次，用量每亩20kg，既可改善水质，又可增加水体中的钙质，促进龙虾脱壳。水位管理要根据季节与温度变化按“浅—深—浅—深”的原则管理。

阡农

常吃五谷杂粮好处多

五谷杂粮比起精制的面粉和稻米，其营养价值更胜一筹，其中含有不少保健益寿的营养成分和辅助防癌效能，微量元素和维生素的含量更是特别丰富。营养学家认为，每周至少吃三次粗粮，有利于人体健康。

最助消化的是糙米

所谓糙米，就是将带壳的稻米在碾磨过程中去除粗糠外壳而保留胚芽和内皮的“浅黄米”。糙米中的蛋白质、脂肪、维生素含量都比精白米多。米糠层的粗纤维分子有助于胃肠蠕动，对胃病、便秘、痔疮等消化道疾病有效。糙米较之精白米更有营养，能降低胆固醇，减少心脏病发作和中风的几率。糙米适合一般人群食用，但由于糙米口感较粗，质地紧密，煮起来也比较费时，建议煮前可以将它淘洗后用冷水浸泡过夜，然后连浸泡水一起投入压力锅，煮半小时以上。

最补肾的是黑米

黑米营养丰富，含有蛋白质、脂肪、B族维生素、钙、磷、铁、锌等物质，营养价值高于普通稻米。它能明显提高人体血色素和血红蛋白的含量，有利于心血管系统的保健，有利于儿童骨骼和大脑的发育，并可促

进产妇、病后体虚者的康复，所以它是一种理想的营养保健食品。黑米具有滋阴补肾、益气强身、健脾开胃、补肝明目、养精固涩之功效，是抗衰老、防病强身的滋补佳品。经常食用黑米，对慢性病人、康复期病人及幼儿有较好的滋补作用。由于黑米不易煮烂，应先浸泡一夜再煮。消化功能较弱的幼儿和老弱病人不宜于食用。

最排毒的是糯米

糯米又叫江米，因其香糯黏滑，常被用以制成风味小吃，深受大家喜爱。糯米中含有蛋白质、脂肪、糖类、钙、磷、铁、维生素B2、多量淀粉等营养成分。

最养颜的是薏米

薏米又称薏仁米、苡米。薏米的营养价值很高，被誉为“世界禾本植物之王”。薏仁米营养丰富，含有薏苡仁油、薏苡仁脂、固



醇、氨基酸、精氨酸等多种氨基酸成分和维生素B1、碳水化合物等营养成分、具有利水渗湿、健脾止泻、清热解毒的功效。中医认为，薏米味甘、淡，性微寒、入脾、胃、肺经，对脾虚腹泻、肌肉酸重、关节疼痛等症有治疗和预防作用。

最养胃的是小米

小米又称粱米、粟米、粟谷。其富含蛋白质、脂肪、糖类、维生素B2、烟酸和钙、磷、铁等营养成分。由于小米非常易被人体消化吸收，故被营养专家称为“保健米”。小米具有健脾和中、益肾气、清虚热、利小便、治烦渴的功效，是治疗脾胃虚弱、体虚、精血受损、产后虚损、食欲不振的营养康复良品。由于小米性稍偏凉，气滞者和体质偏虚寒、小便清长者不宜过多食用。

中食