



源自大自然的馈赠

享受生活 选择丰美

绿丰果园 上海丰美果蔬专业合作社

地址：崇明县横沙乡育贤南路 1068 号

电话：021- 56899531

手机：15026998996

联系人：陈先生

网址：www.fengmeish.com

经营范围：

“真”开心土地领养；林地鸡鸭鹅；特色农家乐；各类绿色有机蔬菜、大米；田园风光游等等

坚持打造绿色原生态种植环境

“真”开心农田 诚邀你的加入



三农**实用**周刊

面向农民 服务农业 指导农村生活

【热线答疑】

草莓根部病害咋防治

草莓种植户李女士问：大棚草莓前一段看上去还比较正常，但最近却发现根部变色，整株草莓萎蔫，严重的地段缺苗断垄，咋防治？

答：这可能是由草莓根部病害引发的，一种是红中柱根腐病，另一种是根腐病。红中柱根腐病在地势低洼的地段发生严重，根的始发症状是中心柱呈红色或淡红色，然后逐渐变黑褐色而腐烂。地上部分幼苗基部叶片边缘开始变为红褐色，然后再向上萎蔫，但叶片不失绿色。该病是一种根腐疫霉病，系土传病害，当地温在 20℃ 以下时，卵孢子开始发芽，从草莓根部悄悄侵入，在浇水频繁土壤湿度大、地温 10℃ 时，病害的诱发就逐趋严重。如果气温逐渐升高，病害就相应得到缓解。

根腐病初现症状时，基部叶片的边缘显露红褐色，严重时全株叶片自下而上萎缩枯死。感病株根的中心柱呈红色或淡红褐色，继而变黑褐色腐烂。该病的重要标志就是没有腐烂部分根的中心也呈红色。根腐病是一种低温性疫霉病，为土传病害，但只危害草莓。低洼地或排水不良的大田种植草莓，在地温低于 25℃ 以下时，感病几率就高。

这两种病的症状有些相似，发病的环境与传播途径也有共同之处，因此在防治措施上应齐抓共管。从农业预防手段来讲，一是实行轮作换茬；二是选用抗病品种；三是开好田间及四周的沟渠，特别要搞好高垄栽培，做到雨住沟干；四是增施有机肥，增强抗病能力。从化学防治来讲，一是在定植前用 50% 锰锌乙铝可湿性粉浸苗；二是用 70% 乙磷锰锌可湿性粉剂 500 倍液灌根；三是用 20% 病易克乳剂 2000~2500 倍液喷施；四是用 3% 多氧清水剂 600~800 倍液灌根。

冬季葡萄园如何清园

冬季葡萄树修剪后果农要剥除枯死老树皮，注意防止树干受伤，把枯枝、落叶等所有动植物残体从园地清除出去，与农家肥一起堆沤腐熟作为来年年月子肥使用。

冬剪后及时喷施药剂进行首次清园，购买或熬制石硫合剂，晴天中午全园喷施 3~5 波美度石硫合剂+0.2% 合成洗衣粉消灭越冬病菌与害虫或喷施福美双可湿性粉剂 500~800 倍液+毒死蜱 1000 倍液全园喷雾。注意葡萄枝蔓、架杆、地表土壤全园喷施。翌年元月中下旬第二次喷药清园，药剂同上。第三次清园于翌年 3 月中下旬为宜，方法同上。若葡萄园病虫害较轻，第二次处理可以省略。

家庭农场是建设现代农业的重要力量

由中国国外农业经济研究会、中国社会科学院农村发展研究所主办的“新时代·新主体·家庭农场学术研讨暨研究成果发布会(2017)”日前在京召开。50 多位专家学者围绕“家庭农场与乡村振兴”进行了深入研讨。与会专家一致认为，家庭农场是将小规模农户纳入农业现代化进程的重要实现形式，必须通过制度创新，推动家庭农场的健康发展。

专家表示，家庭农场本源于农副经济，是全球农副经济的基本表现形态，也是未来我国农副经济发展的升级版。我国现有 2.6 亿户农户，其中 2.3 亿承包农户，体量庞大、经营分散的普通农户仍将长时间保持足够数量。庞大的农副经济主体，顺应了传统农业发展需要，却不适应现代农业发展要求。在城镇化、工业

化背景下，农村剩余劳动力转移、城镇化水平提升、农业生产条件的改善，都为农副经济升级提供了外部环境。因此，普通农户通过发展家庭农场实现与现代农业发展有机衔接，是历史性趋势。

专家指出，家庭农场具有家庭性、适度规模性和专业化的内在特质，即以家庭为基本单元，家庭成员劳动力数量和时间占主要比例；以农业经营性收入为主，规模一般大于传统承包农户，小于合作社；聚焦一个产业进行专业化生产，“一业为主，多种经营”。多元化是家庭农场的基本特征，主要表现为组织方式多元化、经营领域多元化、融合形态多元化。作为现代农业的微观基础，从一定意义上讲，家庭农场是顺应农业自然属性、降低监督成本的最

优选择。全球大约有 5.7 亿个农场，其中 90% 以上以家庭经营为单位。

专家说，推动家庭农场健康发展需要聚焦制度创新。一是完善农村承包地“三权”分置，推进承包地经营权有序流转和开放共享；二是加强对家庭农场的金融信贷和农业保险支持力度，破解其中的关键性难题；三是强化对家庭农场的人才支撑。

据了解，自 2014 年起，为及时了解家庭农场发展情况，农业部农经司专门委托中国社会科学院农村发展研究所杜志雄研究员组建团队，对全国 31 省(市、区)的近 3000 家家庭农场进行跟踪监测和研究。目前已完成连续 3 年的监测，出版了两本《中国家庭农场发展报告》和近 40 篇学术论文。

刘振远

大寒节气要吃什么

鸡汤

寒冷的冬天来碗热腾腾的鸡汤是多么畅爽的事情啊。鸡汤是很多南京人大寒养生的必备食物，大寒已是农历四九前后，传统的一九一只鸡食俗仍被不少市民家庭所推崇，南京人选择的多为老母鸡，或单炖、或添加参须、枸杞、黑木耳等合炖，寒冬里喝鸡汤真是一种享受。

八宝饭

民间有大寒节气吃糯米的说法，因为糯米能够补养人体正气，吃了后会周身发热，起到御寒、养胃、滋补的作用。而糯米制作的食品，最典型的就是八宝饭。糯米蒸熟，拌以糖、猪油、桂花，倒入装有红枣、薏米、莲子、桂圆肉等果料的器具内，蒸熟后再浇上糖卤汁即成。味道甜美，是节日或平时待客佳品。

关于八宝饭的由来各有说法，一说是周王伐纣后的庆功美食，所谓“八宝”指的是辅佐周王的八位贤士。不过更加靠谱的解释是八宝饭源自于江浙一带，经由江南师傅进京做御厨才传到北方。如今宁波、嵊州、嘉兴也都保留着过年吃八宝饭的习俗。

年糕

吃“消寒糕”的习俗在北京由来已久。“消寒糕”是年糕的一种，不但因其糯米比大米含

糖量高，食用后全身感觉暖和，有温散风寒、润肺健脾胃的功效，而且老百姓选择在“大寒”这天吃年糕，还有“年高”之意，带着吉祥如意、年年平安、步步高升的好彩头。所以老北京的习俗中大寒这天，一家人分吃年糕，既带着吉祥味，也能驱散身上寒意，所以称为“消寒糕”。

糯米饭

古语有云：“小寒大寒无风自寒”。小寒、大寒早上吃糯米饭驱寒是传统习俗。民间认为糯米比大米含糖量高，食用后全身感觉暖和，利于驱寒。中医理论认为糯米有补中益气之功效，在寒冷的季节吃糯米饭最适宜。加之糯米饭寓意温暖，从年头到年尾“暖笠笠”，更是有吉祥之意。

腊八粥

小寒之后过 15 天就是大寒，也是全年二十四节气中的最后一个节气。此时天气虽然寒冷，但因为已近春天，所以不会像大雪到冬至期间那样酷寒。这时节，人们开始忙着除旧饰新，腌制年肴，准备年货，因为中国人最重要的节日——春节就要到了。其间还有一个对于北方人非常重要的日子——腊八，即阴历十二月初八。在这一天，人们用五谷杂粮加上花生、栗子、红枣、莲子等熬成一锅香甜美味的腊八粥，是人们过年中不可或缺的一道主食。



尾牙祭

按我国的风俗，特别是在农村，每到大寒节气，人们便开始忙着除旧布新，腌制年肴，准备年货。在大寒至立春这段时间，有很多重要的民俗和节庆。如尾牙祭、祭灶和除夕等，有时甚至连我国最大的节庆春节也处于这一节气中。大寒节气中充满了喜悦与欢乐的气氛，是一个欢快轻松的节气。尾牙源自于拜土地公做“牙”的习俗。所谓二月二为头牙，以后每逢初二和十六都要做“牙”，到了农历十二月十六日正好是尾牙。尾牙同二月二一样有春饼(南方叫润饼)吃，这一天买卖人要设宴，白斩鸡为宴席上不可缺的一道菜。据说鸡头朝谁，就表示老板明年要解雇谁。因此现在有些老板一般将鸡头朝向自己，以使员工们能放心地享用佳肴，回家后也能过个安稳年。

贮藏果蔬防腐烂方法

的直接存放环境应保持较高的相对湿度。目前，采用的塑料薄膜保湿包装，基本上不存在失水萎蔫现象，但由于薄膜内湿度过大，使薄膜内壁大量结露，极易产生病菌、造成腐烂。

防止“出汗结露”通常从以下几方面入手：

果蔬入库前应充分散热预冷，入库后果蔬应凉透至与库温达到平衡后再用塑料薄膜包装。

果蔬贮藏过程中切忌库内外温度相差太大，必要时通风换气，库温应尽量保持稳定。

选用对水汽有较好渗透性的塑料薄膜包装。普通塑料薄膜对水的渗透性差，结露以后水珠始终存在，而且积聚越来越多，经过特殊加工的保鲜袋对水汽有较好的渗透性，在充分预冷且温度稳定的库房中，袋表面基本不结露或结露很轻，而在库房比较干燥，且适度通风的条件下即使原有结露也会逐渐消除。但要注意，采用保鲜袋贮藏时，库房应保持干燥。

依柯



果蔬的含水量一般都在 95% 以上，保持果蔬不失水是保鲜的一个重要方面。因此果蔬

食用油级别越高越有营养吗

在眼花缭乱的食用油广告中，经常可以看到“特级初榨××油”、“5S 压榨一级××油”、“精炼××油”等，那么是不是等级越高，食用油就越有营养？

根据国家相关标准，对于大多数食用油(如大豆油、玉米油、花生油)，按照品质从高到低，分为一级、二级、三级、四级。

等级越高的食用油，精炼程度越高，在加工过程中流失的营养往往越多。虽说精炼加

工越充分，越有利于去除毛油中存在的有害杂质，提高食用油的品质，但在精炼中也同时会去掉很多对人体有益的成分，例如维生素 E、胡萝卜素等。从营养的角度看，级别越高的食用油，营养并非就越高。相反，级别越低的食用油，营养成分往往保留得更好。

另外，有些高级别的食用油经过脱臭工艺，会改变食用油固有的香味。如果喜欢食用油的固有香味，可以选择压榨油；如果不喜欢



食用油的固有香味，例如大豆油的豆腥味，那么可以选择一级大豆油，而不是三级或四级。