


НА ДОМ НЕ ВЫДАЕТСЯ

АЛЁНА ВОЛКОВА

24-2553

24-02553



СВОЯ ЗЕЛЕНЬ

ВЫРАЩИВАЕМ • УХАЖИВАЕМ • ЕДИМ

Алёна Волкова

СВОЯ ЗЕЛЕНЬ

**ВЫРАЩИВАЕМ,
УХАЖИВАЕМ И ЕДИМ**

ПОЧЕМ ПУЧОК

**КАК ВЫРАЩИВАТЬ
СВОЮ ЗЕЛЕНЬ**



Издательство АСТ

Москва

УДК 635.1/.8
ББК 42.34
В67

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Волкова, Алёна Петровна.

В67 Своя зелень. Выращиваем, ухаживаем и едим — Почем пучок. Как выращивать свою зелень / А.П. Волкова. — Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2024. — 160 с. — (Огородная магия / А вот и огород!).

ISBN 978-5-17-157289-1 (Своя зелень. Выращиваем, ухаживаем и едим)

ISBN 978-5-17-160021-1 (Почем пучок. Как выращивать свою зелень)

Своя зелень круглый год доступна каждому! Алёна Волкова, автор блога «Алёнин сад», развеет миф о том, что зелень можно выращивать только летом.

Автор расскажет о самых зеленых обитателях ваших грядок такие захватывающие подробности, что вы непременно захотите их вырастить! Зелень будет радовать вас пышной листвой не только на огороде, но даже на подоконнике в квартире.

Можно ли заставить редис расти зимой? Как заготавливать укроп разными способами? Зачем наводить уют с помощью зелени на подоконнике? Какие фитолампы выбрать и как использовать? Что такое микрозелень и почему она именно то, что вам нужно?

Вас ждут ответы на все зеленные вопросы, а также секреты выращивания, подсказки по использованию зелени круглый год, описание разнообразных зеленных культур и простые авторские рецепты с большим содержанием витаминов.

Скорее открывайте книгу, но будьте осторожны — с зеленью расцветает!

УДК 635.1/.8
ББК 42.34

ISBN 978-5-17-157289-1

(Своя зелень. Выращиваем, ухаживаем и едим)

ISBN 978-5-17-160021-1

(Почем пучок. Как выращивать свою зелень)

© Волкова А.П., текст, фото, 2023

© Пинхасова Г.А., иллюстрации, 2023

© ООО «Издательство АСТ», оформление, 2023

Содержание

| | |
|---|-----|
| Введение | 5 |
| Глава 1. Зима | 7 |
| Горшочки из магазина и из огорода | 8 |
| Выгонка на зелень | 10 |
| Зелень из мусорного ведра | 13 |
| Микрозелень | 15 |
| Зимние посевы зелени | 24 |
| Собираем урожай зелени с огорода | 33 |
| Едим то, что вырастили зимой и заготовили летом | 35 |
| Глава 2. Весна | 39 |
| Посевы в теплицу | 40 |
| Зелень в контейнерах | 44 |
| Собираем то, что само выросло | 49 |
| Посевы на рассаду | 64 |
| Основной посев на грядки в открытом грунте | 68 |
| Самосев | 72 |
| Едим и заготавливаем весеннюю зелень | 73 |
| Глава 3. Лето | 91 |
| Высадка рассады | 92 |
| Повторные посевы в середине лета | 99 |
| Зелень, на которую не рассчитывали | 100 |
| Как получить свои семена для микрозелени? | 101 |
| Едим и заготавливаем летнюю зелень | 103 |
| Глава 4. Осень | 113 |
| Как продлить рост зелени на огороде осенью? | 115 |
| Что забрать на зиму домой? | 119 |

| | |
|---|------------|
| Осенние посевы | 121 |
| Едим и заготавливаем осеннюю зелень | 122 |
| Заметки по выращиванию зелени | 129 |
| Луки многолетние | 129 |
| Лук порей | 131 |
| Боб и горох | 134 |
| Мята | 135 |
| Редис | 136 |
| Руккола и двурядник | 138 |
| Салат кочанный | 139 |
| Татцой (тат-сой) | 142 |
| Базилик | 143 |
| Петрушка | 145 |
| Мангольд | 146 |
| Шпинат | 148 |
| Майоран | 149 |
| Спаржа | 150 |
| Водяной кресс (жеруха) | 152 |
| Листовая капуста (кейл, кале) | 153 |
| Перилла | 155 |
| Хризантема овощная | 156 |
| Корн салат (валерианелла, полевой салат) | 156 |
| В качестве заключения | 158 |