



Wstęp



Ogród ozdobny daje wytchnienie i zaspokaja pragnienie piękna, ale zazwyczaj brak w nim typowej części użytkowej przeznaczonej pod uprawę warzyw. Dlaczego? Nie każdy chce mieć warzywnik, bowiem utarło się przekonanie, że jego obecność w ogrodzie ozdobnym będzie zagrożeniem dla niepowtarzalnego piękna, że przyziemna funkcja użytkowa w połączeniu z wątpliwymi walorami dekoracyjnymi warzyw zniszczy atmosferę miejsca. Wiele osób rezygnuje z zakładania warzywnika w ogrodzie, mimo że odczuwa potrzebę jego istnienia i docenia wartość domowych upraw. Jeśli już ktoś się na niego decyduje, to zakłada go gdzieś w kącie, w mało widocznym miejscu, z dala od domu. Tymczasem dobrze zaprojektowany warzywnik może stać się ozdobą ogrodu. Wystarczy bliżej się przyjrzeć roślinom warzywnym, by dostrzec ich urodę. Jeśli połączymy ją z urodą kwitnących bylin, krzewów, czy zielenią trawnika, z pewnością powstaną oryginalne i piękne kompozycje. Tylko od

naszej wyobraźni zależy zachowanie dekoracyjnej funkcji ogrodu, w którym założymy warzywnik. A ile jest korzyści z takiego nietypowego połączenia. Dzięki temu, że mamy własne, zdrowe i smaczne warzywa pod ręką, możemy objadać się nimi codziennie do woli, konserwować, suszyć, przechowywać do wiosny. Naprawdę trudno przecenić ich znaczenie dla zdrowia w czasach, gdy wszystko jest „prawie naturalne” lub „zgodne z naturalnym”.

O tym właśnie jest ten poradnik.

Ale także o tym, gdzie założyć mały warzywnik rodzinny, jak uprawiać i pielęgnować warzywa oraz jak zagospodarować je po zbiorach. Spośród wielu gatunków omówiono warzywa łatwe w uprawie, bardziej wymagające, ale o niewątpliwych walorach dekoracyjnych, szczególnie wartościowe, przyprawowe oraz polecane dla dzieci. Przy doborze gatunków kierowano się też różnymi terminami uprawy, aby warzywnik wyglądał estetycznie i dawał plony prawie przez cały rok, od wczesnej wiosny do późnej jesieni, a nawet zimą.

Poradnik



10

Dlaczego warto
założyć warzywnik

13

Plan warzywnika
a systemy uprawy

12

Gdzie założyć warzywnik

22

Co powinniśmy wiedzieć
o warzywach



27

Zakładamy warzywnik



45

Zbieramy plony

33

Pielęgnowujemy warzywnik

51/54

Zestawienia
Rok w warzywniku

Dlaczego warto założyć warzywnik

Po co uprawiać warzywa, skoro można je kupić w sklepie prawie przez cały rok, są tanie i w dużym wyborze? A jednak... Jest co najmniej siedem powodów, dla których warto poświęcić trochę czasu na pracę na grządce.

1 JEMY WARZYWA NAJLEPSZEJ JAKOŚCI

Przez cały sezon wiemy, co zjadamy. Warzywa możemy uprawiać metodami ekologicznymi lub integrowanymi, minimalizując zabiegi chemiczne. W plonach nie będzie więc pestycydów. Zachowując zasady zmianowania, racjonalnego nawożenia, zwłaszcza organicznego, a także przestrzegając zalecanych terminów siewu, sadzenia i zbioru, w znacznym stopniu ograniczymy zawartość azotanów w roślinach. Plony zbieramy w optymalnym okresie dojrzałości, kiedy rośliny są najsmaczniejsze i zawierają najwięcej cennych składników odżywczych. W uprawie stosujemy różne zabiegi (ściółkowanie, nawadnianie, odchwaszczanie, podpieranie, cięcie, cieniowanie) w celu stworzenia roślinom optymalnych warunków rozwoju. Zbiory warzyw możemy przyspieszać i opóźniać, wykorzystując do tego celu osłony

(np. szklarnie). Mamy więc własne nowalijki wczesną wiosną i późną jesienią. Mało tego, możemy uprawiać gatunki mrozo odporne, dające plon nawet zimą. Zdobywając wiedzę i doświadczenie, jesteśmy w stanie zapewnić roślinom optymalne warunki i ochronić je przed cho-

robami. Uprawa jest więc przez cały czas pod naszą kontrolą. Jeśli pojawiają się zagrożenia, np. wzrost zanieczyszczenia powietrza, możemy wybrać do uprawy tylko gatunki, które nie kumulują metali ciężkich i innych szkodliwych związków.



Mieszanka kolorowych sałat jest ozdobą grządki

2 JEMY ZAWSZE ŚWIEŻE WARZYWA

Warzywa z własnego ogrodu zwykle zaraz po zbiorze trafiają na stół w postaci świeżych surówek lub sałatek. Możemy je od razu ugotować, przetworzyć lub zamrozić. Dzięki szybkiemu zagospodarowaniu nie tracą wartości odżywczych, gdyż jeszcze nie zachodzą w nich pozbiornicze przemiany fizjologiczne. Nie są składowane, tak jak warzywa z produkcji towarowej, które zanim trafią na półki sklepowe, muszą być jakiś czas przetrzymywane (często w nieodpowiednich warunkach), sortowane, pakowane i transportowane na duże odległości. To wszystko wpływa na pogorszenie ich jakości. Droga na stół warzyw z naszego ogrodu jest zdecydowanie krótsza i łatwiejsza.

3 MOŻEMY WYBRAĆ NAJSMACZNIEJSZE ODMIANY

Możemy, a nawet powinniśmy wybierać do uprawy odmiany przeznaczone do produkcji amatorskiej. Zwykle są one delikatniejsze w smaku od odmian przemysłowych. Pomidory z supermarketów dobrze znoszą transport i długotrwałe przechowywanie, ale mają gru-

bą, twardą skórę i niesmaczny miąższ. Amatorsko uprawiane odmiany sałaty liściowej także są dużo smaczniejsze.

4 JEMY WIĘCEJ WARZYW

Mając pod ręką zagon z różnymi warzywami, zwykle z czasem zaczynamy jeść ich więcej. Większa różnorodność to bardziej racjonalne odżywianie. Nadwyżki plonów możemy przeznaczyć na mrożonki lub przetwory.

5 ZDROWIEJ SIĘ ODŻYWIAMY

Regularne, codzienne spożywanie warzyw to podstawowy warunek utrzymania zdrowia. Codziennie powinniśmy zjadać 70-80 dag warzyw i owoców. Warzywa są cennym źródłem witamin, składników mineralnych, błonnika, łatwo przyswajalnych cukrów, kwasów organicznych i innych substancji biologicznie czynnych, często o właściwościach leczniczych. Warzywa pomagają utrzymać w organizmie równowagę kwasowo-zasadową, regulują procesy biochemiczne, ułatwiają trawienie, zapobiegają zaparciom i innym chorobom przewodu pokarmowego, obniżają ciśnienie krwi, podnoszą

ogólną odporność organizmu. Praca w ogrodzie pomaga w utrzymaniu dobrej kondycji fizycznej, a obcowanie z roślinami odpręża psychicznie.

6 MNIEJ WYDAJEMY NA JEDZENIE

Własna produkcja warzyw daje zauważalne oszczędności w budżecie rodzinnym. Kupuje się tylko nasiona i niektóre środki do produkcji ogrodniczej. Nie liczy się nakładów pracy własnej i członków rodziny.

Warto też pamiętać, że przy większym spożyciu warzyw, rzadziej chorujemy, a więc mniej wydajemy na leczenie.

7 WARZYWA ZDOBIĄ OGRÓD

Warzywa mogą zdobić ogród, pod warunkiem że odpowiednio dobierzemy gatunki i odmiany. Możemy je uprawiać w różnych kombinacjach. Wśród warzyw jest wiele form ozdobnych: kędzierzawy, kolorowy jarmuż, różnokolorowe kapusty, buraki, sałaty, fasole. Można je z powodzeniem wykorzystywać na rabatach w zestawieniach z roślinami ozdobnymi, a także w uprawie pojemnikowej.

Gdzie założyć warzywnik

Najważniejsze jest znalezienie odpowiedniej lokalizacji. Warzywnik najlepiej zakładać na terenie czystym, zacisznym, nasłonecznionym, na żyznej, próchnicznej i przepuszczalnej glebie.

Zwracamy uwagę na zanieczyszczenie środowiska. Na szkodliwe działanie spalin i zawartych w nich metali ciężkich (np. ołowiu, kadmu) narażone są zwłaszcza ogrody położone w najbliższym sąsiedztwie ulic o dużym natężeniu ruchu. W takich ogrodach lepiej nie zakładać wa-

rzywnika, a jeśli już musimy, to powinniśmy umiejscowić go jak najdalej od ulicy. Przy płocie oddzielającym od drogi warto posadzić gęsty żywopłot, najlepiej z krzewów lub niewysokich drzew o dużej zdolności do oczyszczania powietrza. Największą zdolność wchłaniania pyłów i metali

ciężkich mają drzewa i krzewy z liśćmi o dużej liczbie włosków lub komórek woskowych (np. jarząb, brzoza). Do ogrodów przy drogach wybieramy warzywa szybko rosnące i takie, które nie gromadzą zanieczyszczeń z powietrza i gleby. Uprawiamy je raczej pod osłonami.



Osłony w ogrodzie chronią uprawy nie tylko przed chłodem, ale też przed zanieczyszczeniami powietrza. Sałata pod osłonami (małe zdjęcie)

Plan warzywnika a systemy uprawy

Wiele osób rezygnuje z zakładania warzywnika w ogrodzie ozdobnym w obawie, że intensywna uprawa zeszpeci kompozycje roślinne. Tymczasem jest wiele sposobów uprawy warzyw i nietrudno dobrać taki, który podniesie walory estetyczne i użytkowe naszego ogrodu. Ważny jest też dobór gatunków.

System rzędowy, tradycyjny

Stosowany jest w ogrodach od lat. Warzywa uprawiane są w długich, prostych rzędach, pomiędzy którymi poprowadzone są ścieżki ułatwiające do nich dostęp. Rzędy są usytuowane w kierunku wschód – zachód lub z nachyleniem w kierunku zachodnim albo północnym. Za-

zwyczaj od strony północnej lub północno-zachodniej sadi się rośliny wysokie. Coraz niższe sadi się od południa i południowego wschodu, by nie zabierały sobie światła słonecznego. Pewną wadą rzędowej uprawy jest znaczne współzawodnictwo między roślinami o przestrzeń

w rzędzie, zwłaszcza wśród warzyw z dużymi liśćmi (kapusta, kalafior). Trudniej też o zachowanie prawidłowego płodozmianu. System rzędowy może być przydatny w dużych ogrodach, w których warzywnik można przenosić w inne miejsce co dwa-trzy lata.



Warzywa uprawiane w rzędach

System zagonowy

W tym systemie warzywa uprawiane są na grządkach (zagonach) o kształcie kwadratu lub prostokąta. Rozmieszcza się je równolegle w rzędach, ale także pomiędzy rzędami. Mogą być sadzone naprzeciwlegle, tak by utworzyły ukośny deseń. Rosną w zwartych grupach – na 1 m² sadi się lub sieje więcej roślin niż przy systemie rzędowym.

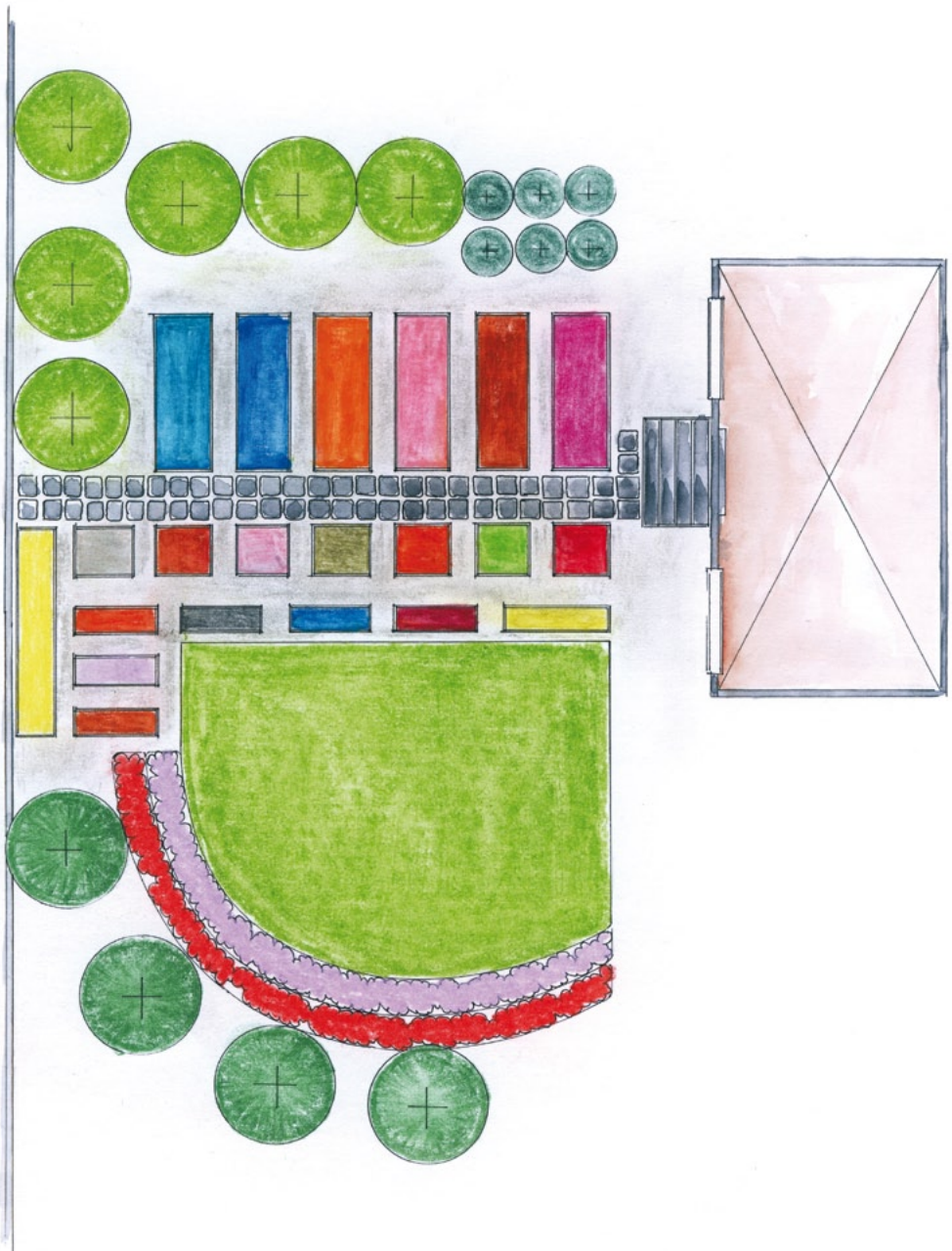
Ich wzrost i właściwy kształt są bardziej wyrównane. W późniejszych fazach wzrostu odstęp między roślinami zmniejszają się, tak że stykają się one liśćmi, dzięki czemu ograniczają rozwój chwastów. Ścieżki między zagonami są dość wąskie i położone dalej od siebie, dlatego ziemia na zagonach jest mniej zbita (nieudeptana), a struktura gleby

– nienaruszona. Standardowa szerokość zagonów wynosi 90 cm, a maksymalna – 120 cm. Umożliwia to łatwy i wygodny dostęp do środka zagonu z obu stron ścieżki, co jest szczególnie ważne przy pracach pielęgnacyjnych – siewie, sadzeniu, nawożeniu, pielieniu i zabiegach ochronnych.



Warzywnik
w samym środku
ogrodu
ozdobnego

Dobrze rozplanowany i starannie utrzymany ogród warzywny jest ozdobą ogrodu i oczywistym powodem do dumy jego właściciela



Najwygodniejszy
i najprostszy
jest system
zagonowy,
w którym grządki
mają kształt
prostokątów lub
kwadratów