

物業科舉辦
2017年有機農夫體驗活動

有機耕作經驗分享

1 – AB

- 節瓜、青瓜、香草

- 節瓜如只長出雌花花蕊，沒長雄花花蕊，可以利用同屬葫蘆瓜科的雄花花蕊授粉，例如蒲瓜。此方法亦可長出又大又靚的節瓜。

- 不過提醒大家，用此方法種出來的節瓜，最好不要留種作下次栽種，因為種子已經不能保留原有品種及種子純度，而且雜交品種亦不易留種。

- 另外，第一代種子有特有的生長優勢，但種子從第二代開始，優勢便會減退。所以建議大家，如再栽種的話，最好再另買種子栽種，或只好留第一代種子栽種。



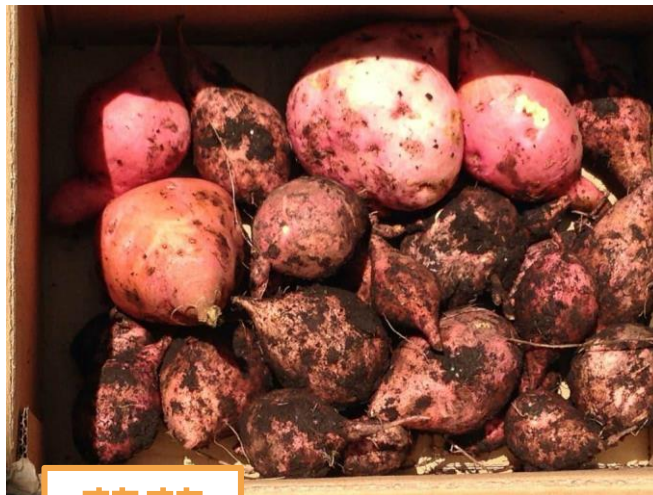
節瓜



節瓜

2 – ED

- 蕃薯、荷蘭豆、苦瓜
- 可能由於泥土營養不足引致苦瓜失收，需加肥休耕整理才可繼續耕作。
- 夏天適合種蕃薯，蕃薯葉可防止大雨沖走泥土，也不用擔心颱風吹走竹棚。



蕃薯



荷蘭豆

3 – CSD



- 西生菜、羅馬生菜、紅椒、薯仔、蕃薯、到手香、九層塔、東東草、虎尾蘭、薄荷葉、台灣枸杞
- 第一，原來到手香、九層塔可以折枝，然後用水種，待出根以後就能移植到田裡，隨著一直的照料，就能健康成長。
- 第二，在播下種子，然後等待幼苗的長出，繼而成長直至成熟可採摘。這個觀察過程，就足感到生命的奇妙; 對已慣於在城市生活的人，在栽種的過程是很好的機會可以對大自然多一點接觸，令人倍感舒暢之餘還有助減低工作壓力; 當有收成需要收割時，除了喜出望外，才明白到農夫的辛勞，也會特別珍惜食物! 這些經歷亦是我們今年最大的收穫。



西生菜



蕃薯



4 – FSD

- 番茄、日本蘿蔔、蜜糖豆、絲瓜、皇帝菜
- 今年收成沒上年佳。年頭有三個拳頭般大的日本蘿蔔，樣子可愛。
- 迷你番茄收穫最多，應該超過100個，但可能落肥不足，有的只有藍莓一般大小，賣相非常吸引。
- 可能今年的天氣不佳，絲瓜、蜜糖豆及皇帝菜的收成麻麻，明年要加倍努力了。



番茄



蜜糖豆



日本蘿蔔

5 – ITB



- 蕃薯、薑、薯仔、茛苳、青瓜、苦瓜、秋葵、青豆、向日葵
- 今年並沒有獲得特別多的收成，但在過去的種植中，發現了蕃薯的生命力很強，只要剩下部份根幹於泥中，不費吹灰之力，它便可以再次茁壯繁衍，真是驚嘆造物的神奇！
- 而其他農作物卻失收，相信是因為過往幾年的連作(如:青瓜)引致根部病變，及泥土中水份過多，以致泥土的透氣性及疏水能力不佳所導致，透過翻土及泥土保養將可作改善。



蕃薯



苦瓜



薑

6 – AB

- 番薯、**蒲瓜**、苦瓜及水瓜
- 如果初學者最好選擇容易種植和產量多如瓜類。
- 種植瓜類很需要依靠, 當瓜苗長有四塊葉時, 就要準備好一個棚給瓜苗爬藤和依附, 植物有依靠時會長得特別快。
- 但搭棚時要考慮穩固, 因為遇上颱風時, 就很容易被颱風吹倒。
- 當植物生長超快和產量多時, 種植者更可以提高自己興趣且能提高豐收。



蒲瓜



蒲瓜



7 – FRD

- 秋葵、蔥、車厘茄
- 勤於除草施肥
- 善用盆栽培植
- 土地有限，植物過多會難於成長
- 多請教其他同事
- 種植前先搜集植物資料，如種植的天氣季節，施肥頻率，泥土類別等



秋葵

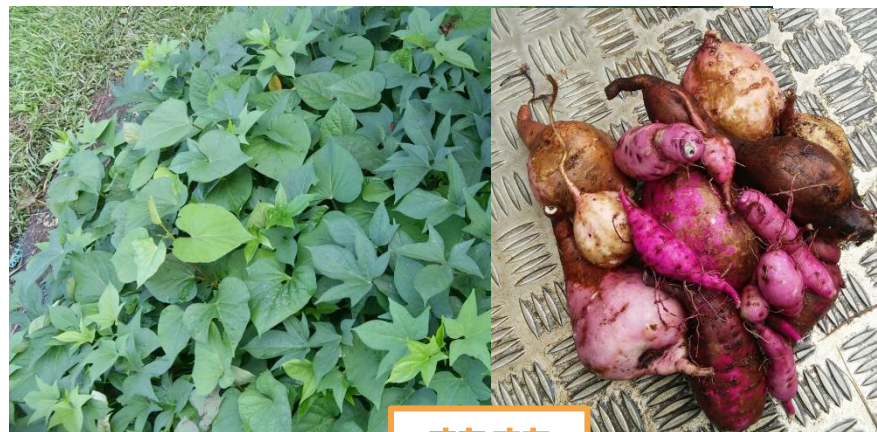
8 – FRD

■ 苦瓜和蕃薯

- 今年的天氣強差人意，時常下雨，使大部份農友的收成也不及去年豐盛。我種的苦瓜也不及去年收成多，除了因天氣外，其中一個原因是基於不想浪費的心理 - 因田園邊有3棵幼苗苦瓜自然生長起來，可能是先前種下的苦瓜成熟而爆出的種子，漸漸生長起來，於是移植到田裡種植，可能係第二代種子，所以生長不如理想。由此經歷體驗到以後切莫用第二代種子。



苦瓜



蕃薯

9 – PD

- 冬季 – 白蘿蔔、櫻桃蘿蔔、沙律生菜、紫椰菜
- 春夏 – 青瓜、老黃瓜、水瓜
- 使用新泥土培苗可提高發芽率。
- 今年種植的青瓜及老黃瓜受到白粉病感染，使用白醋可減少病菌及剪除受感染的葉片被免感染其它健康葉片。
- 雖然白粉病引致青瓜及老黃瓜失收，因及時改種水瓜，結果纍纍！



白蘿蔔



水瓜



老黃瓜

10 – CSD



- 台灣枸杞、青瓜、白苦瓜、合掌瓜、沖繩苦瓜、辣椒
- 今年種的台灣枸杞生長得很茂密，產量豐富。台灣枸杞是一種健康蔬菜，營養物質比較全面，還含有豐富的維生素及礦物質，具有清肝明目、清燥潤肺、化痰止咳、利尿等功效。台灣枸杞屬多年生品種，簡單易種，莖、葉接觸泥土也能生長，但灌溉及施肥仍是很重要，保持泥土的養份才能使植物茁壯成長。



台灣枸杞



青瓜及苦瓜



合掌瓜

11 – HRD

- 黃薑、青椒、秋葵、莧菜、羽衣甘藍
- 種植黃薑，沒有特別技巧，蟲害不多，照料的時間較少。但其生長期較長，一般需要九個月或以上，而且所佔空間較多，所以種植前要考慮一下位置和時間。由於黃薑營養價值很高，保存期很長，而黃薑花亦有觀賞價值，十分漂亮，故此，推介各位種植。



黃薑



青椒



秋葵



莧菜

12 – CE Office

- 蘿蔔、絲瓜、沙拉菜、豆角、白菜
- 今年的白蘿蔔收成非常好，可惜圓形的品種帶有苦味，大家也不知原因。
- 絲瓜也生長得很茂盛，由於養份不足，只有幾隻收成，期望下年有更多不同種類的品種可以種植成功！



蘿蔔



絲瓜



沙拉菜



**感謝您們的分享
多謝支持綠色生活**