



#### ۴ روش ساده برای تازه کردن سبزی پزمرده

سبزی در هوای گرم خیلی زود پژمرده می شود و تازه نگه داشتن آن سخت است. اگر سبزی کپک زده یا لزج و سیاه شده باشد، نمی توان آن را تازه کرد اما ترفندهایی مثل تازه کردن سبزیجات با «آب و یخ» و «سیب زمینی» وجود دارند که بتوان سبزی را تا مدت طولانی در یخچال تازه نگه داشت؛ حتی بعد از اینکه پژمرده شدند.

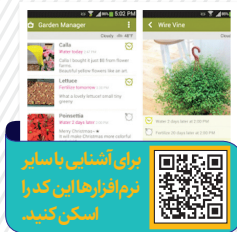


ادامه مطلب را با اسکن این کد بخوانید.



#### یک اپلیکیشن کاربردی برای پرورش گل و گیاه

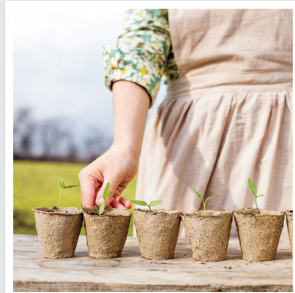
اگر در خانه تان گلستان زیاد دارید شاید بد نباشد برای مدیریت گلستان هایتان یک دستیار دیجیتال استفاده کنید: Garden Manager. وقتی موعد آبیاری گیاهان برسد این اپلیکیشن با آلارم به شما این موضوع را یادآوری می کند. همچنین می توانید در محیط این اپ برای کارهای دیگر مثل هرس کردن، کود دادن و سمپاشی هم برنامه ریزی کنید.



برای آشنایی با سایر نرم افزارهای کاربردی اسکن کنید.



### با کاشتن سبزیجات در خانه هایتان از سالم بودن آن مطمئن خواهید بود



### کدام سبزی هارا می توان در گلدان کاشت؟

سبزی های معطر و خوش طعم را می توان در فضای نورگیر آپارتمان و داخل گلدان کاشت و پرورش داد. سبزیجاتی مثل ریحان، گشنیز، جعفری، شوید، رازیانه، شاهی، اسفناج و نعناع در برابر دریافت نور متوسط و فیلتر شده به خوبی رشد می کنند. این سبزیجات رشد سریعی دارند و پس از یک ماه از کاشت قابل برداشت هستند. در ضمن گیاهان دیگری مانند رزماری و فلفل قرمز که معمولاً به عنوان ادویه برای طعم دادن به غذا از آنها استفاده می شود، به راحتی در محیط پر نور آپارتمان رشد می کنند.



### ابزارهای کاشت سبزی در آپارتمان

- + بذر یا نهال
- + گلدان مناسب
- + دستکش
- + آبپاش کوچک
- + بیلچه
- + الک
- + خاک مناسب برای کاشت سبزی

این کد را اسکن کنید و بیشتر بخوانید.



# مزرعه سبزی در خانه

این روزها تمایل به کاشت سبزی در گلدان و پرورش گیاهان خانگی رو به افزایش است. با انجام این کار، مصرف کننده کاملاً می داند که محصولش چطور پرورش پیدا کرده و بابت برچسب های غذایی فریبده نگران نخواهد بود. همچنین با کاشتن گیاهان خوراکی در خانه، به سبزیجات تازه دسترسی خواهد داشت و از سالم و ارگانیک بودن آن مطمئن خواهد بود.

خوشبختانه برای کاشت سبزی در گلدان و داشتن سبزیجات خانگی نیاز نیست که یک کشاورز باشید. تنها با یادگیری چند نکته برای پرورش صحیح گیاهان می توانید این کار را انجام دهید. اگر یک پنجره نورگیر و مقداری زمان اضافی دارید، می توانید به راحتی محصولات خودتان را در خانه پرورش دهید. یکی از گیاهانی که می توانید در گلدان بکارید نعناع است؛ نعناع از سبزی های پر کاربرد در آشپزخانه است و خواص زیادی برای سلامتی دارد. در ادامه برای نمونه روش کاشت صحیح و سساده نعناع را در گلدان به شما آموزش می دهیم.



#### ۱. بذر نعناع و پونه را انتخاب کنید

برای خرید نعناع و پونه می توانید سری به بازارهای گل بزنید یا اگر کسی را در اطرافیان خود دارید که در باغچه خود نعناع و پونه دارد چند شاخه از او تقاضا کنید. نعناع به راحتی از بذر جوانه نمی زند و چون شما هم فرد باتجربه ای نیستید برای شروع کار از بذر استفاده نکنید. پس از آوردن ساقه های نعناع و پونه به خانه، می توانید آنها را مستقیماً در خاک گلدان یا کمپوست بکارید.

#### ۲. یک قلمه از گیاه نعناع را انتخاب کنید

تقریباً ۱۰ سانتی متر بالای محل اتصال ساقه نعناع را با قیچی تیز ببرید. قلمه حداقل ۱۰ تا ۱۵ سانتی متر باید طول داشته باشد.

#### ۳. شاخه سر حال و تازه را انتخاب کنید

از نعناعی استفاده کنید که خیالتان از سالم بودنش جمع باشد، زیرا اگر شاخه نعناع آفت داشته باشد ممکن است نتیجه نگیرید.

#### ۴. یک لیوان تمیز را با آب پر کنید

شاخه های تازه بریده شده را در لیوان قرار دهید تا ریشه های جدید رشد کنند. آنها را در مکانی گرم و آفتابی نگهداری کنید و منتظر بمانید تا ریشه بزنند. به میزان لازم آب اضافه کنید تا لیوان پر بماند.

#### ۵. بگذارید ریشه هادر آب کمی بلندتر شوند

صبر کنید تا ریشه های سفید قبل از کاشت چند سانتی متر رشد کنند. آنها حتی می توانند به عمق گلدان هم برسند.

# سبزی

۱۰ قدم تا بوی خوش نعناع در خانه

#### ۶. گلدان مناسب انتخاب کنید

گلدانی بخرید که قطر آن حداقل ۳۰، ۵ سانتی متر باشد، چون گیاه نعناع برای رشد به فضای زیادی نیاز دارد. گلدانی با سوراخ های زهکشی در پایین انتخاب کنید. گیاه نعناع در خاکی با زهکشی مناسب رشد می کند. برای گلدان تان یک زیر گلدانی هم در نظر بگیرید.

#### ۷. گلدان را با خاک مناسب پر کنید

کمپوست ریگداز را از یک فروشگاه باغبانی یا بازار گل خریداری کنید. گیاهان نعناع برای رشد به خاک غنی و با زهکشی مناسب نیاز دارند. یک سوم پایینی گلدان را با کمپوست و خاک گلدان پر کنید. سپس قلمه یا نهال نعناع خود را در گلدان قرار دهید. اگر ریشه ها برای گلدان خیلی بلند است، به آرامی آنها را جمع کنید و داخل گلدان قرار دهید. در نهایت اطراف نعناع را با خاک گلدان خوب پر کنید تا اطراف ساقه نعناع فضای خالی باقی نماند.

#### ۸. آبیاری کنید

خاک را طوری آبیاری کنید تا به ریشه ها برسد. نعناع دوست دارد خاکش همیشه رطوبت داشته باشد. بنابراین در تابستان، ممکن است لازم باشد آن را چندین بار در روز آبیاری کنید.

#### ۹. گلدان را مقابل نور مناسب قرار دهید

گلدان تان را در مکانی رو به شرق نگاه دارید. حداقل باید ۶ ساعت یا بیشتر نور خورشید به آن برسد، اگر در زمستان نور خورشید بسیار کم باشد، ممکن است گیاه از بین برود.

#### ۱۰. نعناع را زود هرس نکنید

قبل از بریدن و استفاده از نعناع صبر کنید تا گیاه نعناع پر شود و برگ ها به اندازه کافی بزرگ شوند. قلمه زدن های مکرر گیاه را پر و برگ ها را از نظر طعم قوی نگه می دارد. در کل بهتر است هر چند وقت گیاه خود را تقسیم کنید و سپس هر قسمت را در یک گلدان جدید بکارید. اگر آن را تقسیم نکنید، گیاه آسیب می بیند و برگ ها به طور پیوسته رشد نمی کنند.