

<<身边的瓜果蔬菜>>

图书基本信息

书名：<<身边的瓜果蔬菜>>

13位ISBN编号：9787122070890

10位ISBN编号：7122070891

出版时间：2010-1

出版时间：化学工业出版社

作者：胡永军 编

页数：126

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<身边的瓜果蔬菜>>

前言

蔬菜在中国饮食文化中占据重要的位置，食用的历史非常悠久。

古籍《尔雅》这样定义蔬菜：“凡草可食者，通名为蔬。

”明代《本草纲目》明确指出：“凡草木可茹者谓之菜，韭、薤、葵、葱、藿，五菜也。

”菜的品种非常多，营养成分也非常丰富，吃法多样，可以清炒、煮汤、凉拌，还可以腌着吃，总之，我们的生活里离不开蔬菜。

同时，蔬菜所提供的审美享受与各种花卉相比也毫不逊色。

比如叶用莙菜，叶柄呈绿色、黄色、红和白色等，令人赏心悦目；比如辣椒、朝天椒是鲜红的，青皮椒是嫩绿的，而五彩椒，有青、红、黄、紫等颜色，而且在果实成熟过程中会慢慢地由绿变红或变黄，最终形成顶端红黄相杂，底部青翠相拥的亮丽色彩，美丽动人。

再如樱桃番茄，看上去枝叶舒展，枝条下附着的点点明珠，或绿似玛瑙，或粉如桃花，或红胜朝阳，让人爱不释手。

然而，日常生活中我们经常对市面上的蔬菜不大认识，尤其是新品种蔬菜，不知道它们的食用方法，就更谈不上了解它们的营养价值了，这经常让我们感觉尴尬和困扰。

而对于我们的下一代，更是常常对身边的蔬菜不知所以。

本书以图文并解的方式向大家介绍了108种分布在全国各地的瓜果蔬菜，其中包括传统蔬菜、新兴蔬菜、蔬菜新品种及营养价值较高的野菜，介绍了这些蔬菜的识别特征、营养价值、食用方法及栽培要点，书后还附有中文名称索引，方便读者去识别和利用。

书中的每个品种均配有多幅照片，在搜集整理图片的过程中，许多同志给予了无私的帮助，比如国家蔬菜研究中心的周树春同志等，在此谨向这些图片提供者表示诚挚的感谢。

在本书的编写过程中，也参阅了一些关于蔬菜瓜果方面的著述，在此谨向这些著作者表示诚挚的感谢。

。

<<身边的瓜果蔬菜>>

内容概要

本书作者作为国际蔬菜科技博览会的专家，通过丰富的图片和精要的文字向您一一介绍108种全国常见的瓜果蔬菜，其中包括传统蔬菜、新兴蔬菜、蔬菜新品种及营养价值较高的野菜，介绍了它们的识别特征、营养药用价值、食用方法及栽培要点。

书后还附有中文名称索引，方便读者去识别和利用。

本书适合广大热爱生活的朋友，尤其求知欲强的学生，也适合营养师及蔬菜种植人员参考阅读。

<<身边的瓜果蔬菜>>

书籍目录

1.番茄2.茄子3.辣椒4.甜椒5.人参果6.酸浆7.马铃薯8.叶用枸杞9.黄瓜10.西葫芦11.南瓜12.冬瓜13.节瓜14.苦瓜15.丝瓜16.瓠瓜17.蛇瓜18.佛手瓜19.西瓜20.甜瓜21.飞碟瓜22.芸豆23.豇豆24.荷兰豆25.扁豆26.大白菜27.小白菜28.结球甘蓝29.抱子甘蓝30.羽衣甘蓝31.苜蓿32.花椰菜33.青菜花34.萝卜35.小油菜36.芥菜37.根用芥菜38.叶用芥菜39.菜薹40.芝麻菜41.乌塌菜42.独行菜43.胡萝卜44.芹菜45.香芹46.结球茴香47.茺荑48.美洲防风49.苜蓿50.根芹51.菠菜52.菜用甜菜53.黄须菜54.灰灰菜55.地肤56.菊苣57.茼蒿58.朝鲜蓟59.生菜60.苦苣61.茎用莴苣62.菊芋63.紫背天葵64.牛蒡65.蒲公英66.苜蓿菜67.山苦菜68.刺儿菜69.塔里根70.菊花脑71.雪莲果72.大蒜73.大葱74.韭菜75.宽叶韭76.洋葱77.芦笋78.黄花菜79.菜用百合80.紫苏81.薄荷82.罗勒83.鼠尾草84.薰衣草85.益母草86.空心菜87.叶用甘薯88.落葵89.藤三七90.黄秋葵91.冬寒菜92.山药93.苋菜94.马齿苋95.莲藕96.生姜97.香椿98.番杏99.旱金莲100.琉璃苣101.守宫木102.鱼腥草103.蒴藋104.车前草105.委陵菜106.费菜107.桔梗108.蕨菜
中文名称索引

<<身边的瓜果蔬菜>>

章节摘录

1.番茄(西红柿、洋柿子) [学名]*Lycopersicon esculentum* Mill.[英文名]Tomato [科属]茄科
茄属番茄亚属,多年生草本植物。

[原产地]中美洲和南美洲。

[分布地区]主产地为美国、俄罗斯、中国、意大利、土耳其、埃及和西班牙。

[识别特征]植株高0.6~2米。

奇数羽状复叶或羽状深裂,互生:小叶极不规则,大小不等,常5~9枚,卵形或长圆形,边缘有不规则锯齿或裂片。

聚伞花序,花冠黄色,辐射状。

浆果扁球状或近球状,肉质而多汁,橘黄色或鲜红色。

果色大红、粉红、橙红和黄色等。

[营养价值]番茄含有丰富的胡萝卜素、维生素C和B族维生素,尤其是维生素C含量居蔬菜之冠。

[食用方法]果实作蔬菜,可制成番茄酱、番茄汁、调味品,还可做沙拉、汤和炖食。

[栽培要点]喜温不耐寒,也不耐热,生长适温白天为20~26℃,夜温15~17℃。

夏季无霜期可以露地栽培,春秋季节可以利用简易设施进行春提早栽培、秋延迟栽培:秋、冬、春季利用日光温室进行秋冬栽培、越冬、冬春栽培。

每亩(1亩=667平方米)种植1600~1800株。

进行双杆整枝,在主干第一花序下留一个健壮的分枝作为第二主干后,要将两主干上叶腋萌发的所有侧枝及早抹除,减少侧枝营养消耗。

<<身边的瓜果蔬菜>>

编辑推荐

日常生活中我们经常对市面上的蔬菜不大认识，尤其是新品种蔬菜，不知道它们的食用方法，就更谈不上了解它们的营养价值了，这经常让我们感觉尴尬和困扰。本书以图文并解的方式向大家介绍了10·种分布在全国各地的瓜果蔬菜，并介绍了这些蔬菜的识别特征、营养价值、食用方法及栽培要点。

<<身边的瓜果蔬菜>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>