

<<第一次在家種菜就成功>>

图书基本信息

书名：<<第一次在家種菜就成功>>

13位ISBN编号：9789575658465

10位ISBN编号：9575658469

出版时间：2009

出版时间：台視文化

作者：鐘秀媚,陳博惠

页数：144

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>

<<第一次在家種菜就成功>>

前言

作者序 「第一次在家種菜就成功」 ~ 教您不用田地，也可自己在家輕鬆種菜，健康吃！
一片「歸農運動」中，是人們在高度文明發展後的反思行動，開始尋求田園生活的純樸與勞動，更為了健康生活的延續與實踐，愈來愈多人喜愛並認同農業價值，擺脫過去只有老人或失業才會回歸的農耕生活，更多渴望體驗農村經驗的家庭在世界各地應運而生，像是日本有「半農半x」、德國「市民農園、屋頂農業」、美國1/5庭院花園改成菜園.....，而台灣更是在政府及民間社團的推動下，讓「種菜」已然變成流行話題，但是，要人人取得一塊田地並非容易，要如何才能立即體驗種菜經驗及樂趣呢？

本書所教的方式，皆是在居家陽台、窗台、屋頂就可垂手可得的簡易空間來做利用，而自己種的菜，無毒無農藥，隨時監測照料，一定是安全又健康！

「從菜園到餐桌，從種子到佳餚」 ~ 教您38種台灣好蔬菜，省錢又可成功的種菜裡技！

縱看臺灣坊間種菜書籍，許多都是來自溫帶國家的日本或英國的翻譯書，對於臺灣亞熱帶氣候特色並未能完全適用，但其照片清晰、企劃精良、製作期長，無非是我們學習的目標，本書這次在台視文化全力支持下，願意等待筆者以多年試種經驗及成果，耐心多次協助拍攝蔬菜生長全記錄，全書得以呈現兼具美感與實務之蔬菜栽培歷程，讓臺灣讀者亦能有福擁有一本屬於臺灣本土蔬菜栽培經驗及技巧的重要參考書！

本書除精選38種台灣好蔬菜栽培各論外，有別於其他蔬菜書籍，更以完整篇幅製作「成功技巧大公開」，就是希望不僅給您魚吃，也一定要教您釣魚，「尋找您家好寶地」、「十全大補丸」請您一定要在種菜前優先閱讀，種菜不難，但要種得成功，卻是不容易，可別小看那簡單的播種、扦插動作，許多「眉角」若不注意，種出來的菜怎麼就是長不大、不好吃，種菜比種花需要更多技巧及用心栽培管理，想要成功收穫，可得要先做足功課才行呢！

而筆者所帶領的臺大學生田園體驗課程學期末了時，一定會來個烹飪成果發表會，這是學生最愛的部份，因為將自己辛苦栽培的健康菜煮成佳餚，真是最甜美又有成就感的時刻，此時也發現，原來從菜園到餐桌的距離可以那麼近，而從種子一路栽培成熟的蔬果變成一道道桌上佳餚更是那麼神奇，想要體驗「從菜園到餐桌，從種子到佳餚」的美好經驗？

相信您也一定也躍躍欲試想捲起袖子當個「都市農夫」吧！

「Kitchen garden vs Kids' garden vs Container garden」 ~ 教您親子園藝，全家來種菜，最夯全民自耕農運動！

本書的完成，除要感謝台視文化雁昭、雅如、亞賢、正毅外，還要感謝臺大曹幸之老師、沈志誠技正、志工隊李玲珍老師、吳鑒瑛老師的寶貴意見，以及父母家人的支持，最感謝的是先生博惠以及豪兒，博惠不僅提供許多重要又實用的農技團及改良場的田間經驗及技術，每每在假日帶著不到3歲的豪兒一起負責拌土種菜、澆水施肥，也因此讓我們深刻享受到愉快的家庭時光；其實在國外早已推動Kids' garden「親子園藝」，讓全家大小一起參與園藝工作，不僅孩子有了責任感，對於自己種的蔬菜也願意品嚐，更訓練他們觀察自然生態的能力，無論您家有多大都可以加入種菜的行列，本書所教的都是用個容器就可做出的Container garden「花盆菜園」，更可在廚房後陽台就佈置出Kitchen garden「廚房菜園」，先在家練習好功夫，有一天要成為「自耕農」就會美夢成真喔！

文末，在製作趕稿、校稿之際，正是筆者準備迎接新生命之時，兩次與台視文化合作都有「好孕到」，而新書的孕育總是像生命一樣，有挑戰、有挫折、有成長、有展望，也祝福各位讀者「第一次在家種菜就成功」，叮嚀您種菜一定要用心、愛心、耐心，並且享受那幸福甘美的收穫吧！

<<第一次在家種菜就成功>>

內容概要

下班空間在家，不曉得該做什麼才好嗎？

經濟不景氣，想開源節流，卻又不知道有什麼好方法嗎？

想吃的健康，又擔心市面上賣的蔬果有農藥殘留嗎？

現在，就給自己一個新的身分吧～ 只要一切就緒，就能開始你「城市自耕農」的新生活！

本書針對居家蔬菜栽培精選了38種蔬果，不管你家是屋頂陽台、前後陽台，還是只有幾扇向陽的窗台，只要光線足夠，都可以用盆器栽種出適合的蔬菜；除此之外，本書還特別增加了颱風菜小單元，專門介紹短期就能迅速生長的蔬菜，讓你在颱風來臨時再也不用擔心菜價上漲了！

最特別的是，本書有完整的「成功技巧大公開」，讓第一次種菜的你，也能馬上做足功課，打好基礎，教你在家就能輕鬆打造出令人稱羨的豐收菜園！

<<第一次在家種菜就成功>>

作者簡介

鐘秀媚 愛家、愛園藝、愛生活的巨蟹座好媽咪。
目前與老公陳博惠育有一子，還有另一個新生命更即將於日前報到。
從小就接觸到園藝栽培，並熱衷於發現各種植物姿態的微妙樂趣。
對於推廣園藝工作不遺餘力，目前亦廣受各大媒體及演講活動邀請，向大眾分享她的栽培經驗。

經歷： **臺灣大學生農學院農業試驗場園藝組 農業技士 臺灣大學田園體驗暨現代農業體驗蔬菜組課程 技術講師 臺北市政府建設局市場管理處 農業技士 TVBS健康兩點靈、蘋果日報 專題 生活園藝達人陳博惠 經歷： 行政院農業委員會農糧署糧食產業組 技正 中華民國駐斐濟及巴拿馬技術團 園藝技師 台南區農業改良場農 薦任助理 行政院原住民族委員會經濟及建設處 薦任技士

<<第一次在家種菜就成功>>

書籍目錄

Part1 陽台來種菜～收成後直接當成主菜食用！

一、大快朵頤區 地瓜葉 空心菜 小黃瓜 番茄 青江白菜 青椒 茄子 黃秋葵 莧菜 福山 高 莖 蘿 美 莖 莖 青 花 菜 四 季 豆 櫻 桃 蘿 蔔 日 本 茼 蒿 二、醫食同源區～在家種菜也能放心呷健康！

紅鳳菜 九層塔 蘆薈 到手香 石蓮花 皺葉青 紫蘇 三、休閒調味區～讓菜餚湯頭更美味的秘方！

大蔥 薄荷 四季桔 巴西里 紫蘇 辣椒 甜羅勒 甜菊 甜薰衣 草 珠 蔥 芹 菜 草 莓 香 菜 Part2 成功技巧大公開 一、尋找你家好寶地，快樂來種菜 二、給你十全大補丸，教你輕鬆種菜快樂收 第一補～適時適種，不時不食 第二補～蔬菜分類要知道，適得其所好管理 第三補～特調介質好基礎，清潔保水最重要 第四補～容器工具皆必備，環保回收都可用 第五補～播種技術大公開，小成本能大回收 第六補～澆水施肥要注意，中耕工作不可少 第七補～建構支架好依靠，一眠真的大一吋 第八補～防病蟲害，安全無毒小秘方 第九補～種植計畫先做好，參考本書不可少 第十補～蔬果579，健康人人有！

Part3 生活妙點子 家庭應急必備 颱風菜 創意鮮食譜 種子器材哪裡買

<<第一次在家種菜就成功>>

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>