

GIỚI THIỆU VÀ HƯỚNG DẪN CÁCH TRỒNG RAU MẦM

Rau mầm chứa nhiều loại vitamin thiết yếu (vitamin B, C, E...) và chất xơ cần thiết cho cơ thể với hàm lượng cao. Rau mầm rất dễ trồng, xin giới thiệu với bạn đọc cách làm rau mầm thật đơn giản.

Hướng dẫn cách trồng rau mầm: Chuẩn bị dụng cụ và nguyên vật liệu: Giống Có thể trồng rau mầm bằng các loại hạt giống như: củ cải trắng, cải ngọt, cải xanh, rau muống, rau dền... Đất trồng (giá thể) Qua nhiều thử nghiệm khoa học giá thể đi từ bụi xơ dừa đã được xử lý là tốt nhất do đặc tính ưu việt của nó. Lượng sử dụng rất ít cho mỗi lần trồng và có thể tái sử dụng nhiều lần. Nếu lấy khay xốp (40cm x 50cm x 7cm) làm định mức thì cần 2kg giá thể và 30 - 40g hạt giống là đủ. Người ta thường sử dụng xơ dừa để làm giá thể trồng rau mầm vì nó có chứa đầy đủ các chất dinh dưỡng và nó nhẹ nên dễ vận chuyển, sử dụng. Khay: Có thể sử dụng nhiều loại vật liệu khác nhau. Nhưng tiện lợi và dễ sử dụng nhất là khay xốp. Kệ: Tùy theo kích thước của khay mà đóng kệ có kích thước cho phù hợp. Có thể đóng kệ gỗ hoặc kệ sắt. Giấy lót: Dùng giấy mềm để lót lên bề mặt giá thể trước khi gieo hạt để sau khi thu hoạch không bị dính giá thể vào rau. Có thể dùng giấy mềm hoặc giấy mua ở hàng mã. Bìa carton Bìa dùng để đặt lên bề mặt của khay trong 1 - 2 ngày đầu mới gieo hạt. Bình tưới: Phải sử dụng bình tưới có vòi phun sương để tưới. Các bước tiến hành trồng rau. Thực hiện: Bước 1: Ngâm hạt Hạt giống rửa sạch ngâm nước ấm (45÷50°C) trong thời gian 2÷5h (tùy loại hạt: hạt dày vỏ ngâm lâu, hạt mỏng vỏ ngâm thời gian ít hơn). Ngâm hạt giống để sau khi ngâm ta có thể loại bỏ được các loại hạt lép, hạt sâu. Sau đó vớt ra để ráo. Mục đích của việc để ráo hạt là để dễ dàng khi gieo. Bước 2: Làm giá thể Khay xốp cho giá thể vào dày khoảng 2÷3cm. Làm cho bề mặt bằng phẳng để tránh bị dồn hạt khi gieo. Sau đó phun nước cho ướt giá thể. Trải giấy thấm lên trên bề mặt giá thể và phun nước lần 2. Mục đích của việc trải giấy thấm là để giá thể không bám vào cây gây bẩn khi thu hoạch. Bước 3: Gieo hạt Gieo hạt giống bằng tay đều lên bề mặt giá thể. Mật độ gieo tùy thuộc vào loại hạt giống, nhưng trung bình khoảng 10gr hạt / 40cm² bề mặt giá thể. Tưới phun nhẹ một lần nữa. Dùng một tấm bìa cứng đặt lên bề mặt khay trong 2 ngày. Bước 4: Chăm sóc cây Sau 2 - 3 ngày hạt nảy mầm đều, chuyển khay ra nơi có nhiều ánh sáng hoặc nắng nhẹ, tránh ánh sáng trực tiếp và mưa trực tiếp. Tưới nước mỗi ngày bằng bình phun, ngày 2 lần buổi sáng sớm và buổi chiều mát, tưới phun sương đều trên mặt khay. Bước 5: Thu hoạch Dùng dao bén cắt sát gốc cây rau mầm (hoặc nhổ rau lên khỏi mặt đất, dùng kéo cắt bỏ rễ). Rửa lại bằng nước sạch và sử dụng được ngay. Chú ý: nếu rau chưa sử dụng liền thì không nên rửa mà cho vào bao để trong ngăn mát của tủ lạnh. Có thể bảo quản trong tủ lạnh 3 - 5 ngày. Một số chú ý khi trồng rau: Rau mầm phải trồng ở nơi thoáng mát có nhiều ánh sáng nhưng không trồng ở nơi có ánh nắng, mưa trực tiếp và gió lùa. 1 đến 2 ngày sau khi gieo gỡ giấy Carton ra, tưới phun sương nhẹ vừa đủ ướt mặt khay. 1 ngày trước khi thu hoạch giảm tưới hoặc ngưng tưới hẳn tùy theo mức độ ẩm của giá thể.

Máy trồng rau sạch Facare FC -19

HSX: Facare

Giá: 799.000 VNĐ

Máy trồng rau

mầm

GreenLife GL612

HSX: Green life

Giá: 790.000 VNĐ

Máy làm giá đỗ

FR-A801

HSX: Qiao Furen

Giá: 699.000 VNĐ

Theo SNNND