

# 朝鲜蓟——一种陌生且非传统的蔬菜作物

Автор(и): гл.ас. д-р Дима Маркова; гл. ас. д-р Боян Арнаудов, ИЗК "Марица" в Пловдив; проф. д-р Винелина Янкова, ИЗК "Марица" в Пловдив

Дата: 04.12.2017 Брой: 12/2017



**洋蓟 (Cynara scolymus) 是一种多年生草本植物，属于菊科。因其营养美食及药用价值而被栽培。其使用传统源远流长，可追溯至古埃及人、希腊人和罗马人。最初它被用作野生食物，但逐渐地，其栽培和有目的的种植得以确立。**

它拥有发达的根系，直径可达5米，并能深入地下90-120厘米。植株高度可达2米。其茎短且略有分枝，末端着生大型头状花序。叶片为羽状深裂（深三裂），带刺，呈银蓝绿色，下表面覆有灰色毡毛。叶片长50至80厘米。

花朵发育成一个大型的单一头状花序，也称为花头。这是植株主要的可食用部分，直径约为8-15厘米。花蕾由众多三角形的肉质鳞片组成，排列如瓦片。根据洋蓟品种的不同，花头呈绿色或紫色，以及两种颜色的各种深浅和

比例。开花时，单个小花呈紫色。外层小花尖端有一个三角形附属物。花为两性花（兼具雄性和雌性器官），由蜜蜂授粉。洋蓐的花期从7月-8月持续到9月。

植物的可食用部分是未开放的花蕾，称为头状花序或花头。肉质叶片（苞片）也适合食用。花头分为中央主花头、二级和三级花头，单株可收获4至20个花头。

食用时，取用未开放花头的花心；它富含钾、蛋白质和维生素。洋蓐可生食、煮熟或制成罐头。果实为种子，长约7毫米，具长冠毛。种子在9月至10月期间成熟。

已知的洋蓐种类超过10种，具有不同的叶形、颜色和其他特征。主要分为中国洋蓐、法国洋蓐和菊芋。

- 中国洋蓐——在远东和欧洲均有种植。由小块茎组成，在去除其坚硬部分前需要焯水。

- 法国洋蓐——其唯一可食用部分是花蕾。原产于北非，但在欧洲和美洲有栽培。

- 菊芋——块茎带有坚果味，颜色从米色到棕红色不等。

除了作为蔬菜，洋蓐也是一种药用植物。其治疗特性自古就为人们所知。它含有强效抗氧化剂洋蓐酸，这在其他任何水果或蔬菜中都找不到。洋蓐酸作为药剂用于治疗肝炎、动脉粥样硬化、胆囊疾病，有时也用于过敏和湿疹。

花头是生物活性化合物的丰富来源。在民间医学中，它用于治疗肝脏疾病、消化不良、慢性蛋白尿、术后贫血，也用作利尿剂和保肝剂。

洋蓐是食疗厨房中不可或缺的蔬菜之一。它富含膳食纤维、钾、钙、磷、镁、铁、钠、维生素A、B1、B2、C。此外，还含有蛋白质、脂肪、碳水化合物和烟酸。

洋蓐是一种相对耐寒的植物。适合其栽培的条件是凉爽湿润的夏季和温和的冬季。其栽培的适宜温度为白天24°C，夜间13°C。它能耐受高温（30°C以上），但花蕾可食用部分的质量和数量会下降。植株可耐受低至零下3°C的低温。在我国，经过用稻草和土壤培土后，它可以成功越冬。它对土壤类型、土壤结构和土壤肥力要求较高。土壤必须深耕。建议土壤富含有机质和水分，但必须注意避免积水。洋蓐在深厚、结构良好的土壤上生长良好，并对施用农家肥反应极佳。

土壤准备工作始于秋季深耕。此时，每亩（注：此处原文为decare，约合0.1公顷或1.5亩，根据中文习惯，此处及下文统一译为"亩"以符合常见农业表述，实际换算需注意）施入4-5吨腐熟农家肥、40公斤过磷酸钙和20公斤硫酸钾并翻耕入土。在春季整地时，施用30公斤/亩的硫酸铵。

洋蓍可通过直接播种、幼苗移栽以及利用老根茎分蘖进行繁殖。使用幼苗的做法很普遍。为此，种子在3月播种于保护地栽培设施中，行距8厘米。幼苗出土后，在第一片真叶期，进行间苗，使株距达到7厘米。幼苗在5月初，当长到4片叶子时，即可定植到永久地点。它们在垄肩上移栽，垄间距120厘米，行内株距80厘米。幼苗对养分的需求非常高，这需要进行1-2次追肥。

当通过种植来自老种植园的根蘖进行繁殖时，根蘖长度应为10-15厘米，并具有3-4片叶子。

洋蓍也可以在春季稳定回暖后通过直接播种种子来种植。采用穴播，每穴2-3粒种子。

生长期的管理包括除草和及时中耕，以保持土壤表面疏松。洋蓍对土壤湿度要求高，这需要定期灌溉。根据土壤类型和结构，每周进行灌溉。如果采用滴灌系统，灌溉间隔会缩短。为确保必要的水分，建议使用滴灌系统，这还能在重黏土上减少高达25%的用水量。每年在生长期进行1-2次矿物肥料追肥，施肥量根据土壤农化分析确定。研究记录显示，使用有机肥料（堆肥、蚯蚓粪等）效果良好，不仅能减少矿物肥料的使用，还能改善土壤结构。

为获得大型花头，需要在单株上保留1-2个开花茎，每个茎上留3-4个头状花序。建议去除新出现的分蘖。

采收通常在植株定植到永久地点后的第二年开始。花头的切割从6月开始，此时花头已达到该品种的特征大小，并且顶部开始张开。采收主要是手工进行，根据天气情况，每周进行1-2次。每亩可收获约4000-5000个花头。产品收获后，剪掉开花茎，清理植株上的枯叶，并进行园区中耕。深秋时，高位剪去叶片，并对植株进行培土，以保护根茎免受冻害。