

NHIỀU TÁC GIẢ

Cây gia vị

đặc điểm

&

kỹ thuật gieo trồng

NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA
CÔNG TY VĂN HÓA BẢO THẮNG

CÂY GIA VỊ

**ĐẶC ĐIỂM, ỨNG DỤNG VÀ KỸ
THUẬT GIEO TRỒNG**

Thực hiện đề tài:

**BAN BIÊN TẬP - BIÊN DỊCH
CÔNG TY VĂN HÓA BẢO THẮNG**

1. Bùi Thanh Hà (chủ biên)

2. Lê Thị Thuỷ

3. Đỗ Văn Việt

4. Nguyễn Thị Diệu Bích

5. Vũ Văn Điệp

Giữ bản quyền:

ĐẶNG TUẤN HÙNG

**7/61 Nguyễn Văn Trỗi, Phương Liệt,
Thanh Xuân, Hà Nội.**

NHIỀU TÁC GIẢ

CÂY GIA VỊ

**đặc điểm, ứng dụng và kỹ
thuật gieo trồng**

**NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA
CÔNG TY VĂN HÓA BẢO THẮNG**

LỜI NÓI ĐẦU

Rau xanh là món ăn không thể thiếu được trong bữa ăn của người Việt Nam. Màu xanh của lá, vị ngọt mát của rau không chỉ giúp chúng ta ngon miệng mà rau xanh còn là nguồn cung cấp chất khoáng, chất đạm và các vitamin cho cơ thể. Không phải ngẫu nhiên mà trong dân gian lưu truyền câu nói: *"Cơm không rau như đau không thuốc"*. Như thế cũng đủ thấy vai trò cần thiết của rau xanh.

Trong thế giới rau xanh phong phú đó có hàng trăm cây rau được dùng làm gia vị. Rau gia vị là những cây rau có mùi vị đặc biệt có thể làm cho các món ăn thơm hơn, ngon hơn. Món canh cá sẽ kém hấp dẫn nếu thiếu vài nhánh thìa là, bát thịt chó sẽ không thu hút được thực khách nếu trong đó không có riềng, sả..... và một bữa cơm sẽ kém ngon nếu không có vị cay nồng của ớt..... Chính vì vậy,

rau gia vị còn là những vị thuốc Nam có giá trị, sử dụng an toàn, tiện lợi.

Rau gia vị ở nước ta rất phong phú, đa dạng nên không phải ai cũng có thể biết hết được. Vì vậy, chúng tôi biên soạn cuốn: **CÂY GIA VỊ - ĐẶC ĐIỂM, ỨNG DỤNG VÀ KỸ THUẬT GIEO TRỒNG**, với mong muốn đem đến cho bạn đọc những thông tin cơ bản về những loại cây quen thuộc này. Trong cuốn sách này, chúng tôi cố gắng trình bày một cách cụ thể nhất về đặc điểm thực vật, ứng dụng, kỹ thuật gieo trồng của từng loại cây để bạn đọc dễ tham khảo. Tuy nhiên, do sự hạn chế về tư liệu, chúng tôi chỉ đề cập đến những loại cây phổ biến mà không có điều kiện đi sâu vào các loại cây ít thông dụng. Hy vọng rằng những ghi chép nhỏ này giúp ích nhiều cho các bạn.

PHẦN I

CÂY GIA VỊ

lấy quả

- Gồm:**
- 1. Cây tiêu**
 - 2. Cây ớt**

Cây tiêu

1. Đặc điểm sinh học.

Cây tiêu thuộc họ hồ tiêu, tên khoa học là *Piper nigrum L*, tên tiếng Anh: Black pepper.

Tiêu là loại cây dây leo, thân dẻo, có thể mọc dài hơn 10cm. Khi còn non tiêu thuộc dạng thảo mộc, khi già hoá gỗ. Tiêu bò trên vách đá bám vào tường, leo lên cây hoặc cột nhờ vào những rễ mọc ra ở các mặt lá. Thân tiêu có cấu tạo bởi nhiều dây sắp xếp lộn xộn. Tiêu là cây thuộc họ một lá mầm, lá tiêu hình quả tim (hình thức gần giống lá trầu không).

Hoa cây hồ tiêu mọc thành chùm, có cả tính đực lẫn tính cái (lưỡng tính). Quả tiêu thuộc loại quả mọng, không có cuống mà gắn chung quanh một đoạn cành mọc chĩa ra. Quả tiêu lúc còn non có màu xanh lục, khi đã già quả có màu vàng, đến khi phơi khô sẽ chuyển thành màu đen, da nhăn nheo. Người ta thu hoạch quả khô để nghiền thành bột tiêu. Nếu lấy quả chưa chín đem ngâm nước rồi chà vỏ đi ta được một loại tiêu sọ màu trắng.

2. Thành phần hoá học và công dụng của hạt tiêu.

* Thành phần hoá học:

Hạt tiêu chứa chất hoá học có lợi cho cơ thể. Trong quả tiêu đen có khoảng 95,5% chất hữu cơ, 4,5% chất khoáng. Trong hạt tiêu trắng có 98,4% chất hữu cơ, 1,62% chất khoáng.

Thành phần hoá học của hạt tiêu tóm tắt qua bảng:

Thành phần	Tiêu trắng	Tiêu đen
Chất đạm	11,71%	11,67%
Chất khoáng	1,62%	4,51%
Chất béo	9,21%	8,1%
Chất đường bột	62,30%	42,45%
Tinh dầu	1,86%	1,56%
Xelluloz	6,35%	16,49%
Piperin	8,59%	9,2%
Nhựa	1,19%	1,58%

* Công dụng:

Hạt tiêu có vị nóng, cay, có mùi thơm hấp dẫn nên rất thích hợp cho việc chế biến các món ăn. Tiêu là gia vị chính cho món thịt gà muối tiêu. Nó còn làm gia vị cho cháo cá, cháo lươn, cháo thịt,

chả cá, chả giò, chả quế, cá kho, các loại bánh như bánh tôm, bánh xèo... Nói chung, tiêu là gia vị được dùng rất phổ biến.

Ngoài việc dùng làm gia vị hạt tiêu còn có tác dụng chữa bệnh trong một số bài thuốc nam. Ví dụ: Hạt tiêu sọ ngâm rượu có thể chữa được đau bụng, chữa được cảm lạnh... Tiêu xanh có thể kho với cá thịt để làm món ăn trong các nhà hàng.

3. Kỹ thuật trồng tiêu.

Tiêu là loại cây có thể sống lâu năm và có giá trị kinh tế cao. Một ha tiêu nếu được chăm sóc chu đáo có thể cho năng suất 3 - 4 tấn trong một năm. Tuy nhiên, tiêu là loại cây khá kén đất, nó thích hợp với đất có tầng phong hoá dày như đất đỏ bazan, đất phù sa, đất nâu vàng... Nó cũng có thể được trồng ở một số loại đất như đất xám, đất pha cát nhưng phải được chăm sóc tốt hơn, bón phân và tưới nước cũng thường xuyên hơn. Đất trồng tiêu phải ở độ cao lớn, thoát nước tốt và không có sâu đất, trùng đất phá hoại.

Kỹ thuật trồng tiêu gồm rất nhiều khâu từ việc ươm giống đến việc làm mọc tiêu, chữa bệnh chăm sóc cho cây. Dưới đây chúng tôi xin trình bày những bước cơ bản nhất của kỹ thuật trồng tiêu.

a. Ương cây giống.

Tiêu có thể trồng bằng hạt hoặc giâm bằng cành. Để giâm bằng cành người ta lựa chọn những cành bánh tẻ (không non không già) làm mỗi ương. Nên chọn những cành mập, các đốt mọc đều nhau. Cắt một đoạn khoảng 35 - 40cm, tía bớt lá rồi nhúng vào dung dịch 2,4 D có nồng độ 15 - 20 phần triệu (15 - 20 mg/1 lít nước). Sau khi ngâm 15 - 20 phút thì đem giâm vào đất đã được làm sẵn. Đất ương cây giống cần bón nhiều phân bao gồm phân chuồng hoai, phân lân, vôi...

Sau khi chuẩn bị xong đất, chúng ta tiến hành cắt cành tiêu để giâm. Nên giâm tiêu vào lúc nắng nhẹ hoặc buổi chiều. Đặt cành tiêu đã nhúng vào dung dịch 2,4D xuống đất sao cho đất ngập đến 2 mặt lá. Sau khi giâm, tốt nhất nên làm giàn che, tưới đủ nước để cành giâm bắt rễ nhanh. Một thời gian ngắn sau khi bén rễ, mầm lá sẽ mọc ra, mầm mọc được khoảng 2 cm thì nên tưới bằng nước đạm pha loãng. Cũng có thể tưới bằng dung dịch urê hoặc sunphat... Khi cành tiêu đã mọc mầm mới, nên dỡ bớt dàn che để cây hứng ánh sáng tự nhiên. Sau khoảng 6 tháng cành tiêu sẽ phát triển hoàn toàn, các cây đã trưởng thành thì có thể đem trồng quanh nọc tiêu.

b. Làm đất trồng tiêu.

Đất trồng tiêu gồm có các thành phần sau: Phân chuồng hoai, rác mục, phân bùn đã phơi ải, phân lân nung chảy trộn đều với đất thường. Sau khi trồng tiêu nên tưới nước đều đặn để đất có đủ độ ẩm. Sau khi trồng khoảng 20 - 25 ngày nên hòa phân đạm với nước rồi tưới cho đất, giúp cho cây mọc nhanh.

c. Nọc tiêu.

Nọc tiêu là một cây được dùng làm chỗ leo cho cây tiêu. Nọc tiêu có 2 loại:

* Nọc sống: là những cây gỗ đã được trồng sẵn khi cây cao 5m ta có thể chặt bớt cành lá rậm rạp, rồi đem mồi tiêu trồng xung quanh.

Cây làm nọc sống phải là cây mọc khoẻ, thân thẳng, ít có cành rậm rạp để không che nhiều nắng. Cây cũng phải khoẻ để có thể chặt tỉa nhiều lần. Vỏ cây phải nhám để rễ tiêu dễ bám và không tróc vỏ thường xuyên để cây tiêu có thể làm ảnh hưởng đến bộ rễ của cây tiêu. Tìm cây làm nọc sống nên chọn cây ít có sâu bệnh...

Chúng ta có thể tham khảo một số cây sau:

- Cây Vông: Cây có đặc điểm là phát triển nhanh sức sống tốt, thân thẳng... Đây là cây làm nọc tiêu phổ biến nhất.

- Cây Lồng mứt: Cây này mọc nhanh, vỏ nhám không nứt nẻ. Tuy nhiên cây phát triển chậm, khó trồng bằng cành.

- Còn có một số cây có thể làm nọc sống như cây gạo, cây gòn, các cây họ Đậu... như keo đậu, muồng đen, keo lá nhỏ.

* Nọc khô (Nọc chết):

Cây làm nọc khô có ưu điểm là tiện lợi, không cần phải tỉa cành, có thể trồng tiêu ngay mà không phải chờ lâu. Tuy nhiên do là cây khô nên phải đảm bảo được tính lâu dài của nọc tiêu. Cây phải lâu mục, chống chịu tốt với côn trùng và các loại nấm ký sinh. Cây làm nọc khô cũng phải cao 4,5 - 5m, đường kính khoảng 10 - 15cm. Dưới đây là danh mục một số loại cây có thể làm nọc khô:

- Cây cà xe: chịu được thời tiết xấu, chống côn trùng và nấm mốc. Tuy nhiên đây là loại gỗ quý, cần hạn chế khai thác.

- Cây cà nhắc: có tính chất giống gỗ cà xe.

- Cây cà duối: chống chịu nấm mốc và côn trùng.

- Cây tán, cây viết, cây xoan... cũng có thể dùng làm nọc tiêu.

Ngày nay người ta xây trục tiêu bằng gạch nên có thể trồng được nhiều nọc tiêu.

d. Chăm sóc nọc tiêu.

Sau khi trồng khoảng 3 - 4 tuần cần phải kiểm tra thường xuyên nọc tiêu. Nếu phát hiện ra cành héo hoặc bị bệnh thì phải trồng lại ngay để cho vườn tiêu mọc đều.

Cây tiêu không thích ánh sáng và nhiệt độ cao vì vậy trong vườn tiêu nên có những cây cao để che bớt nắng. Tốt nhất là trồng xen kẽ theo tỉ lệ một hàng cây thì hai hàng tiêu. Đặc biệt là nên trồng theo hướng Đông Tây để che ánh sáng trực tiếp.

Trong quá trình chăm sóc cây nên chú ý tỉa bớt những cành mọc sà xuống đất. Nọc tiêu cần phải thoáng để cho hoa thụ phấn dễ dàng, cây cho quả sai. Cũng nên tỉa ngọn đúng lúc để cây ra nhiều nhánh ôm đều lấy trụ tiêu và sẽ cho hoa, trái đều đặn, cây cho năng suất cao.

Chăm sóc cây cũng phải chú ý đến khâu bón phân. Tiêu cần đất tốt có nhiều phân. Lượng phân tùy thuộc vào loại đất và thực trạng của cây. Cứ mỗi bồn tiêu đường kính 1,2 - 1,4m cần bón 20 - 30 kg phân chuồng hoai; 5 - 7 kg phân lân; 0,5 - 1kg phân kali, 1kg sunphát đậm. Có thể tưới hoặc có thể trộn đều các loại phân trên với một ít đất bột rồi bón vào xung quanh gốc. Trong thời kỳ cây ra hoa có thể thêm phân NPK phun trực tiếp vào cây để hoa đậu được nhiều hơn.

4. Phòng trừ sâu bệnh cho tiêu.

*** Bệnh thối rễ, thối gốc.**

Triệu chứng của bệnh này là cây chậm lớn lá úa vàng, nhanh héo và rụng dần. Cũng có khi thấy thân rụng dần từng đốt làm cây chết nhanh. Khi quét sát gốc nếu thấy gốc rễ thâm đen, có chất nhầy, gốc có mùi thối thì đó là biểu hiện của bệnh này. Bệnh này do rất nhiều loại nấm gây ra như: Fusarium, Pythium, Rhizotouia... Để phòng trừ các bệnh trên nên kết hợp từ nhiều khâu như làm đất, chọn hom, xử lý đất bằng Furadan 3H. Giữ cành tiêu khỏi bị dập nát để tránh cho bệnh xâm nhập vào.

*** Bệnh tuyến trùng.**

Biểu hiện ban đầu là thân tiêu bị vàng, phát triển kém, năng suất giảm dần, khả năng hút các chất khoáng kém. Cây có bệnh thì rễ cây bị thối từng đoạn, rễ phụ ít phát triển. Trong thời gian bị bệnh này cây dễ bị các bệnh khác tấn công.

Bệnh này có nguyên nhân từ các nhóm tuyến trùng ký sinh gây bệnh bấu cổ. Phổ biến có 2 loại *Meloidogyne arenaria* và *Meloidogyne incognita*. Hai loại vi khuẩn này chui vào sống trong rễ cây, hút lấy chất của rễ cây làm cho cây khô héo, không có chức năng hút thức ăn. Ngoài ra còn gặp một số loại như *Pratylenchus*, *Xxiphinema*... ngoài việc chích hút nhựa cây còn mở đường cho các vi khuẩn khác xâm nhập.

Để diệt loại trùng này ta có thể dùng Mocap Aldicarb, Phenaniphos. Nhược điểm của những loại thuốc này là giá quá đắt vì vậy người trồng nên dùng thuốc Furadan để hạn chế bệnh. Người ta dùng Furadan 3H liều 50g hay Mocap 10G (20g) cho mỗi hố tiêu. Tuy nhiên, phương pháp đơn giản nhất vẫn là phòng ngừa bằng các thao tác phơi đất xử lý đất, bón phân, tránh làm tổn thương rễ cây.

*** Bệnh thối trái.**

Khi bị bệnh này cây chậm phát triển, lá úa vàng, trên trái tiêu non xuất hiện nhiều chấm đen, lá cây và trái cây rụng dần.

*** Bệnh vằn lá.**

Biểu hiện của bệnh là trên lá với những vết xanh đậm xen kẽ với các đường gân lá. Lá bị cong, cuộn lại. Bệnh này do vi rút gây ra, khi bị nhiễm bệnh thì rất khó chữa. Cách tốt nhất là nên nhổ bỏ cây để tránh lây lan và phun thuốc sâu để diệt các côn trùng truyền bệnh sang cây khác.

5. Thu hoạch.

Thời gian từ khi tiêu ra hoa cho đến lúc thu hoạch được kéo dài trong vòng 3 - 5 tháng. Nhìn kỹ chùm trên có vài quả chín màu đỏ là đã đến kỳ thu hoạch tiêu. Người ta hái cả chùm về để ở nhà cho hạt chín đều rồi đem ra phơi. Phơi khoảng 3 nắng là được (độ ẩm còn 12 - 13%).

Cây ớt

1. Đặc điểm sinh học:

Cây ớt là loại cây gia vị phổ biến, quả ớt mang lại vị đậm đà trong mỗi bữa ăn.

Ớt là loại cây thuộc họ cà, tên khoa học của nó là *Capsicum annum* L. Đây là loại cây sống khá dài, nếu được chăm sóc tốt thì chúng có thể cho quả trong nhiều năm.

Cây ớt thuộc loại thân cỏ, cây không cao nhưng nhiều cành lá. Lá cây có dạng hình thoi, hơi nhọn về phía ngọn lá. Lá ớt thuộc loại lá đơn mọc đối nhau, lá có cuống. Hoa ớt là hoa đơn có 5 cánh, hoa mọc ở nách lá. Quả ớt có nhiều loại, khi non có màu xanh, khi chín có màu vàng hoặc đỏ, quả có vị cay nồng. Cây ớt mọc nông, rễ chùm, ớt không chịu được úng nhưng chịu nóng rất tốt. Cũng do bộ rễ ăn nông nên không chịu được hạn.

Trong họ nhà ớt có rất nhiều loại, mỗi loại có một đặc điểm hình thức riêng.

*** Ớt sừng trâu.**

Cây cao khoảng 80 - 100cm, phân nhánh nhiều. Cây cho khá nhiều quả, trung bình mỗi cây có 100 - 120 quả. Quả ớt sừng trâu dài 15cm, đường kính lớn nhất khoảng 2cm. Quả có hình dạng cong, đỉnh nhọn, khi chín có màu đỏ tươi. Cây ớt có nhiều lứa quả, cho năng suất cao, trung bình là 10 - 14 tấn/ha.

*** Ớt chìa vôi.**

Thân cây cao từ 50 - 80cm, phân nhánh nhiều. Mỗi cây cho khoảng 150 - 200 quả. Quả ớt chìa vôi nhỏ, nhiều hạt. Người ta dùng ớt chìa vôi làm ớt bột. Thời gian sinh trưởng từ khi ra hoa đến khi thu hoạch là 120 - 160 ngày. Năng suất bình quân 5 - 7 tấn/ha.

*** Ớt chỉ thiên.**

Người ta gọi là ớt chỉ thiên bởi vì quả ớt không chúc xuống dưới như các loại quả khác mà chỉ thẳng lên trời. Ớt chỉ thiên lá nhỏ nhưng quả rất cay. Độ cao trung bình khoảng 70 - 80cm. Chu kỳ sinh trưởng khoảng 150 - 180 ngày, năng suất bình

quân 7 - 8 tấn/ ha. Ớt chỉ thiên sống được lâu năm nên trồng Ớt ở chỗ cao.

*** Ớt rau.**

Thân cây thấp, lá to, quả to có múi. Ớt này có đặc điểm là không có vị cay. Nó thường dùng khi còn xanh như một vị rau bình thường. Năng suất của loài Ớt này cũng khá cao, trung bình 12 - 15 tấn/ha.

2. Ứng dụng.

Ớt là món gia vị không thể thiếu được trong mọi gia đình. Ớt có thể dùng để pha nước chấm, cho vào các thức ăn có mùi tanh... Ngày nay, Ớt trở thành một hàng xuất khẩu có giá trị, đem lại khoản ngoại tệ lớn cho nhiều nước.

3. Kỹ thuật trồng Ớt.

a. Đất trồng Ớt.

Ớt là loại cây dễ thích nghi, không kén đất nhưng nếu muốn thu năng suất cao thì nên trồng ở những nơi đất cao, dễ thoát nước. Những nơi đất có độ ẩm cao dễ làm cho Ớt bị thối rễ, héo cây.

Chọn đất trồng ớt phải là đất lầy mùn, trước đó chưa trồng các loại cây cùng họ (ít nhất một vụ). Đất cần cày ải trước 15 ngày. Xử lý đất nếu đất có sâu, trùng bằng vôi bột hoặc faradan. Đất trồng ớt phải đánh luống cao khoảng 20 - 30cm, rộng khoảng 1,2 - 1,4m. Ở những nơi đất xám, đất cát có thể đánh luống cao và hơi dốc mặt để dễ thoát nước.

Việc trồng ớt cũng tùy thuộc vào từng loại. Ớt sừng trâu trồng cách nhau 50cm, mỗi luống trồng 2 hàng dọc gần nhau (mật độ 30.000 - 33.000 cây/ha) giống ớt chỉ thiên thì khoảng cách giữa hai hàng là 1m, khoảng cách giữa cây trong hàng là 40 - 50cm (mật độ 23.000 - 25.000 cây/ha). Ớt rau cũng cách hàng khoảng 1m, cây cách cây 50 - 60cm (mật độ 22.000 - 23.000 cây/ha).

b. Ươm cây ớt.

Gieo ớt con thường gieo lên luống. Đất gieo hạt cũng phải được chuẩn bị kỹ: lấy 10 - 15kg phân chuồng hoai trộn với 1 - 2 kg phân lân rồi rải đều trên diện tích 20m². Đánh đất ươm thành luống cao 10 - 15cm. Mật độ gieo hạt là 20 gam/20m². Người ta thường trộn đều hạt ớt với tro

bếp, đất mùn... rồi đem vãi lên mặt luống. Sau đó dùng cào nhỏ cào đều để cho hạt ớt chìm sâu xuống mặt đất. Tiếp đó dùng rơm rạ hay lá chuối phủ lên trên, tưới nhẹ để làm ẩm đất.

Sau khi cây con bắt đầu mọc, ta nên chú ý giữ mức độ ẩm và cường độ ánh sáng vừa phải. Ngày này, người ta hay dùng lưới ni lông để phủ. Lưới ni lông sẽ bảo vệ cây trong mưa lớn, tránh nóng, tránh bốc hơi và tháo ra cuồn vào rất dễ.

Mỗi lần tưới nước cần chú ý nhớ các cây cỏ mọc chen vào luống ớt. Ớt con tốt phải mọc đều, xanh đều, không vàng lá. Nếu bị vàng lá nên pha loãng 50 - 100gam urê để tưới 20m² đất. Sau khi tưới đậm phải tưới nước để tránh đậm làm cháy cây.

Nếu lá quá xanh thì tưới bằng phân kali. Bón tro bếp và tưới kali sẽ làm cây cứng cáp, dễ sống. Quan sát đến khi ớt ra 6 lá, cao 10 - 15 cm là có thể đưa ra trồng được.

c. Chăm sóc ớt.

Đưa ớt ở vườn ươm ra trồng ở các luống, tưới nước để cây dễ hút ẩm. Gặp hôm trời nắng to nên tìm cách để che đậy, tránh ánh nắng dội trực tiếp.

Sau khi trồng 5 - 7 ngày nên kiểm tra xem có cây nào chết thì phải giám lại cho đủ mật độ.

Chăm sóc ớt phải chú ý giữ độ tơi xốp cho đất. Nhất là sau cơn mưa đất bị nén thì xới đất lên cho thoáng khí, giúp cho cây lớn nhanh. Khi thấy có cỏ cần phải xới cỏ, xới đất cho đều.

Trồng khoảng 10 ngày cây sẽ trở lại bình thường, màu xanh sẽ được phục hồi. Đến lúc đó cần bón thúc khoảng 50 - 60 kg urê hay 120 - 150 kg phân NPK rồi vun gốc. Khi cây bắt đầu bói nụ nên bón thêm 5 - 7 tấn phân chuồng hoai, 80 - 100 kg urê, 150 kg lân, 50 kg ka li cho 1 ha. Khi bón phân nên đào rãnh cách gốc 20cm rồi bỏ phân vun đất lấp gốc. Tiếp đó tưới nước để cho phân ngấm dần. Tùy thuộc vào chất đất để quyết định lượng nước tưới sao cho nước vừa đủ ngấm, không ứ đọng quá mà cũng không nên khô quá.

Muốn cho ớt ra nhiều cành, nhiều quả ta nên có thao tác bấm ngọn. Việc bấm ngọn để thúc cho cây ra cành phụ. Thông thường người ta bấm ngọn trước khi cây ớt ra hoa (khoảng 30 - 40 ngày sau khi trồng). Có những cây ớt ra quá nhiều cành thì nên tỉa bớt các cành yếu để dồn sức cho các cành

khác đơm hoa kết trái. Việc bấm ngọn, tỉa cành là những thao tác làm cho cây nhận đủ ánh sáng, nhận đủ chất cho quá trình phát triển.

4. Phòng trừ sâu bệnh.

*** *Sâu ăn tạp.***

Sâu ăn tạp thường hay cắn lá, cắn quả có khi còn cắn ngang thân cây non. Loại sâu này bao gồm sâu xanh, sâu xám...

Để diệt loại sâu này, người ta dùng các loại thuốc sau:

- Decis 2,5 EC nồng độ 0,3 - 0,75 lít/ha hoặc pha 6 - 15 cc cho bình 8 lít nước rồi đem phun.

- Trebon 10 EC nồng độ 1,5 lít/ha.

b. Sâu chích hút.

Cây bị sâu chích hút lá sẽ nhăn nheo, khô vàng rồi rụng. Sâu chích hút là các loại rầy, rệp và bọ trĩ. Chúng chích hút nhựa cây đồng thời cũng là tác nhân truyền bệnh sang cây ổi. Nếu phát hiện được bệnh thì nên dùng các thuốc sau.

- Sunmi - alpha 5 EC liều 0,3 - 0,75 lít/ha (8 - 13 cc pha trong bình 8 lít nước).

- Bassa 50 EC liều lượng 1,5 - 2,5 lít/ ha (30 - 40 cc pha với 8 lít nước).

- Mipcin 20 EC: liều 2 - 2,5 lít/ha hay 35 - 40 cc pha với 8 lít nước.

c. Các loại bệnh khác.

- Bệnh héo rũ: Do vi khuẩn *Pseudomonas solanaceorum* gây ra. Bệnh này làm lá cây héo rũ.

- Bệnh chết nhanh: Do một loại nấm có tên là *Choanephora cucurbitarum* gây ra. Loại nấm này làm phá huỷ các tế bào bên trong sau đó lan dần ra bên ngoài làm chết từng nhánh cây.

- Bệnh làm chết cây non: Nấm *Rhizoctonia solani* tấn công các cây con làm cây chết rũ ở sát gốc. Bệnh này xuất hiện là do đất ẩm và do sử dụng phân chưa hoai.

- Bệnh đốm quả: Do nấm *Collectotrichum* gây ra. Biểu hiện của bệnh này là trên quả xuất hiện các vòng tròn đồng tâm, vỏ quả bị lõm sâu và đọng nước. Nếu bệnh nặng, các vết nhũn sẽ lây lan dẫn đến rụng trái. Bệnh đốm quả thường xuất hiện vào mùa mưa.

Để phòng trừ những loại bệnh trên, người ta có thể tiến hành bằng nhiều thao tác.

Điều quan trọng là phải xử lý đất đai, xử lý hạt giống, theo dõi vườn cây thường xuyên để phát hiện bệnh. Bón nhiều phân kali, đạm và các loại phân chứa nhiều đồng, kẽm để tăng thêm sức đề kháng cho cây. Khi chọn giống nên lấy loại quả tốt, không có vết sâu bệnh phơi khô rồi cất kín. Đối với hạt giống nên xử lý hạt bằng Denlat C50 wp liều lượng 3 - 5g/ 100gam hạt giống...

Nên cày đất để phơi khô ít nhất 10 ngày, dọn sạch rác rưởi, xử lý đất bằng vôi bột để loại trừ mầm bệnh ra khỏi ruộng. Nên luân canh trồng các loại cây khác nhau, không nên trồng cây cùng loại sẽ dễ để lại mầm bệnh.

5. Thu hoạch ớt.

*** Thu hoạch ớt chín.**

Khi trái chín, quả bắt đầu chuyển sang màu đỏ là có thể thu hoạch được. Ớt tươi dùng để chế biến trực tiếp trong các món ăn hàng ngày. Ớt chín có thể chế biến thành tương.

*** Thu hoạch ớt rau.**

Ớt rau thường dùng để xào nấu thay rau vì nó có vị ngọt, không cay. Lấy ớt không nên hái lúc già quá. Phải quan sát khi trái ớt bắt đầu nhạt dần màu xanh thì có thể thu hoạch được. Ớt rau thu hoạch cũng chế biến thành món ăn trực tiếp.

* Chế biến ớt bột.

Ớt chín phơi khô, đem nghiền thành ớt bột. Ớt bột có thể chế biến thành cari cũng có thể để nguyên chất rồi dùng dần.

PHẦN II

CÂY GIA VỊ

lấy củ

GỒM:

1. Cây gừng

2. Cây nghệ

3. Cây riềng

4. Cây tỏi

5. Cây sả

Cây gừng

1. Đặc điểm sinh học.

Gừng là loại cây thân cỏ, sống lâu năm. Thân gừng cao khoảng 50 - 100cm, có nơi cây gừng cao đến 150cm. Thân gừng phát triển theo hình ống, nó bao gồm nhiều bẹ lá ôm sát vào nhau. Lá gừng thuộc loại lá đơn, mọc so le, lá hình mũi mác thuôn dài về phía ngọn. Mặt lá nhẵn bóng màu xanh đậm, gân lá, màu xanh nhạt. Lá gừng có mùi thơm.

Củ gừng phát triển ngầm dưới đất củ có nhiều đốt, mỗi đốt có một vài mầm non, nếu gặp điều kiện thuận lợi những mầm đó sẽ phát triển thành chồi, thành thân mới. Củ gừng có vỏ màu vàng nhạt, thân củ gừng có rất nhiều sợi dọc. Củ gừng có vị cay nồng và có thể dùng vào nhiều việc.

Hoa gừng không mọc ra từ thân mà mọc ra từ củ. Cuống hoa dài khoảng 20cm, các bông hoa mọc sát nhau. Bông hoa dài khoảng 5cm, rộng 2 - 3cm, đài hoa dài khoảng 1cm. Hoa có 3 cánh màu

vàng nhạt, mép cánh hoa màu tím. Nếu người ta thu hoạch củ sớm thì gừng sẽ không có hoa.

2. Ứng dụng.

Gừng là cây gia vị phổ biến, gừng được trồng khắp nơi và được sử dụng rộng rãi. Gừng có vị cay, thơm, chống được khí lạnh. Người ta dùng gừng để ăn cùng với các món ăn có vị lạnh như ốc, trứng vịt lộn... Gừng dùng trong việc nấu cháo chè để tăng vị thơm ngon, gừng dùng để ướp thịt bò để làm giảm mùi mỡ bò, tăng vị thơm. Gừng còn được dùng làm mứt gừng từ rất lâu đời.

Ngoài việc dùng vào các món ăn, gừng còn là một vị thuốc nam rất phổ biến. Gừng có thể chữa ho, chống cảm lạnh, tăng nhiệt cho cơ thể. Gừng ngâm rượu dùng cho xoa bóp có thể chữa được đau nhức cơ, tê chân, phong thấp. Trong các bài thuốc nam hay thuốc bắc bao giờ cũng có một vài lát gừng. Bỏ vài lát gừng vào chè không những làm cho cốc nước có vị thơm mà còn có tác dụng chống viêm họng.

3. Kỹ thuật trồng gừng.

a. Xử lý đất.

Người ta trồng gừng chủ yếu để lấy củ. Củ gừng phát triển ngầm dưới đất vì vậy khâu làm đất rất quan trọng. Đất trồng gừng phải cần tơi xốp, nhiều mùn, thoát nước tốt. Đất trồng gừng phải chọn chỗ có lớp đất dày, nhiều đất thịt. Ở những chỗ đất không dày người ta phải đánh luống cao 20 - 25cm, rộng khoảng 1,2 - 1,5m. Đất trồng gừng thường là đất vườn, đất phải được cày bừa kỹ, làm sạch cỏ... Gừng được trồng hầu hết ở các nước trên thế giới vì gừng được dùng phổ biến. Tuy nhiên, gừng hợp với khí hậu nóng nên thích hợp hơn với vùng nhiệt đới. Ở nước ta đã có nhiều cơ sở trồng gừng để xuất khẩu và được coi là mặt hàng có giá trị.

Để đất tơi xốp, người ta coi trọng khâu bón phân. Phải dùng 20 - 30 tấn phân ch'ồng, 300 - 500 kg phân lân super hay phân lân nung chảy, 500 - 1000 kg tro bếp, trộn đều các thứ đó lại rồi bón lên luống. Để tiết kiệm phân, người ta thường rạch hàng rồi bỏ phân đã trộn đều vào đó, phủ một lớp đất mỏng rồi trồng gừng lên rãnh.

b. Trồng gừng.

Người ta trồng gừng bằng củ, lấy các củ gừng mập, nhiều mầm làm củ giống. Khi trồng gừng người ta bẻ từng nhánh nhỏ, mỗi nhánh có khoảng 3 - 5 mắt. Sau khi bẻ người ta thường chấm phần bị bẻ vào tro bếp. Sau đó đem mầm gừng ra trồng vào các rãnh đã bón phân sẵn, phủ lên củ gừng một lớp đất mỏng rồi lấy tay ấn nhẹ xuống. Tiếp đó lấy rơm rạ phủ lên trên bề mặt rãnh. Khi trồng hàng nên trồng cách nhau khoảng 30 - 40 cm. Sau khi phủ rơm rạ phải chú ý tưới đủ nước để kích thích gừng ra mầm phát triển nhanh. Nếu thời tiết thuận lợi thì sau khoảng 5 - 7 ngày mầm gừng sẽ mọc lên mặt đất, đến lúc đó người trồng gừng phải dọn bớt một phần rơm rạ để cây dễ mọc. Sau khoảng 1 tháng lớp rơm rạ sẽ mục dần tạo thành chất dinh dưỡng cho cây. Cũng thời gian này nên bón cho gừng một ít kali (hoặc tro bếp); phân đạm rồi tưới nước cho ươm ẩm. Sau thời gian này gừng sẽ phát triển bình thường.

Gừng là loại cây sống khỏe, ít bị sâu bệnh. Tuy nhiên có những lúc gừng cũng bị bệnh héo lá, thối củ. Người trồng gừng phải theo dõi để cắt lá và nhổ bỏ cây bị hỏng để tránh lây sang cây khỏe khác.

Gừng cũng là loại cây cho năng suất cao, nếu được chăm sóc đúng phương pháp mỗi vụ gừng sẽ cho khoảng 8 - 10 tấn củ/ha.

4. Thu hoạch gừng.

Thời gian sinh trưởng của gừng kéo dài khoảng 5 tháng hoặc hơn. Có nghĩa là sau khi trồng được 5 tháng thì có thể thu hoạch củ. Quan sát nếu thấy lá gừng đồng loạt ngả vàng, một số lá gừng khô dần xung quanh mép, đào thử một vài củ lên nếu thấy củ gừng đã đủ độ lớn, da củ gừng ngả sang màu xám là có thể thu hoạch được.

Đối với những ruộng gừng nhỏ thì dùng cuốc, xẻng đào từng khóm rồi rũ đất lấy củ. Với những ruộng gừng lớn thì có thể dùng cày cày dọc theo các hàng gừng rồi rũ đất lấy củ.

Thu hoạch gừng chủ yếu để lấy củ còn thân và lá để làm phân. Củ gừng đem về nhà rải đều nơi mát, tránh các va chạm mạnh để làm dập củ.

Nếu lấy gừng làm giống nên chọn các củ trung bình, da bóng, không có vết trầy xước bỏ lên cát khô hoặc lên nong nia đem ra đặt nơi thoáng gió sau đó cất kỹ để trồng cho vụ sau.

5. Một số bài thuốc.

a. Chữa cảm sốt, nhức đầu, ngạt mũi.

**** Bài số 1.***

Gừng sống: 15 gam

Hành trắng: 10 gam (cả cây, củ, rễ, lá)

Sắc cho bệnh nhân uống rồi lấy bã nấu lên cho người bệnh xông hơi.

**** Bài số 2.***

- Gừng tươi: 10 gam

- Hành : 12 gam

- Tía tô : 8 gam

- Củ sả : 4 gam

Bốn thứ trên sắc chung với nước rồi cho bệnh nhân uống ngày 2 lần. Nên uống thuốc khi còn nóng sau đó trùm chăn kín để người nhanh ra mồ hôi.

b. Thuốc chữa rét run, đau bụng lạnh bụng.

Gừng khô: 18 gam

Củ riềng đỏ: 20 gam

Sắc thuốc cho bệnh nhân uống ngày 2 lần (Uống lúc còn nóng).

c. Thuốc chữa cảm lạnh.

**** Bài 1.***

Gừng tươi: 10 gam

Đường trắng: 10 gam

Gừng tươi giã nát lọc lấy một bát nước rồi để đường trắng vào khuấy đều. Lọc bằng nước sôi rồi cho bệnh nhân uống nóng. Uống xong đắp chăn cho ra mồ hôi.

**** Bài 2.***

Lấy 10 gam gừng tươi rửa sạch, giã nát lọc bằng nước sôi lấy nửa bát thuốc. Sau đó cho nước gừng vào cháo nóng. Ăn nóng rồi đắp chăn kín.

Cây nghệ

1. Đặc điểm sinh học.

Nghệ là cây thuộc họ gừng, tên khoa học của nghệ là *Curcuma louga* L.

Nghệ là loại cây thân cỏ, sống lâu năm. Người ta dùng nghệ chủ yếu để lấy củ. Củ nghệ mọc sâu dưới đất, dựa vào sự phát triển mạnh của bộ rễ. Củ nghệ có màu vàng, mùi hăng hắc, nhiều chất bột, thiếu nước. Củ nghệ có rất nhiều công dụng khác nhau.

Thân cây nghệ phát triển từ củ, thân nghệ bao bọc bởi các bẹ lá ôm sát vào nhau. Lá nghệ to, rộng hơn giống lá chuối, lá có cuống dài, mọc so le nhau. Lá nghệ có màu xanh pha vàng, sống lá màu xanh nhạt. Người ta cũng có thể dùng lá nghệ để chữa nhiều việc.

Hoa nghệ có màu vàng, cuống và hoa dài khoảng 30 - 40cm. hoa gồm từng cánh xếp quanh cuống hoa...

Trong các loại nghệ còn có cây nghệ tím (tên khoa học là *Curcuma zedoaria* Rose). Nghệ tím cao khoảng 1,5m, bụi có nhiều củ, củ nghệ màu vàng tái. Loại nghệ này có củ chính và các củ phụ, củ phụ có cuống hình trứng hay hình quả lê màu trắng. Lá nghệ tím dài hơn lá nghệ vàng, lá dài khoảng 30 - 40cm, rộng đến 8 cm. Hoa nghệ tím cũng có màu vàng, các lá phủ ngoài hoa có màu xanh, đỏ.

2. Ứng dụng.

Nghệ là một cây gia vị đặc biệt, nó không chỉ dùng trong các món ăn mà còn dùng được trong rất nhiều vị thuốc.

Trong các món ăn, nghệ là gia vị chủ yếu của món cà ri. Nghệ còn dùng để thoa lên da gà vịt, da thịt lợn để cho màu đẹp mắt. Vì nghệ có màu vàng nên được dùng để làm đẹp các món ăn.

Nghệ được ứng dụng nhiều hơn khi làm các vị thuốc. Theo kinh nghiệm dân gian, nghệ có tác dụng chữa vết thương, làm liền da rất tốt. Các nhà khoa học thì xác định rằng chất Curcumin có trong nghệ (chiếm 0,3%) có tác dụng diệt khuẩn rất tốt. Người ta lấy nghệ tươi bôi lên vết thương đã sắp lành để cho vết thương sớm liền da non, chóng khép miệng, không để lại sẹo.

Người ta xào nghệ với bún ăn để giảm ho. Bột nghệ uống hàng ngày có thể chữa được dạ dày làm lành các vết loét. Nghệ còn dùng để trị các bệnh vàng da, ứ máu, đau bụng sau khi sinh. Người ta còn dùng để bó xương gãy hở, trị vết rách âm đạo sau khi sinh.

Nước nghệ có tác dụng trị bỏng, dầu nghệ chữa các vết thương nhiễm trùng, viêm tử cung... Ngoài ra người còn dùng nghệ ăn để tăng chức năng giải độc cho gan.

3. Kỹ thuật trồng nghệ.

a. Xử lý đất.

Cũng giống như gừng, nghệ cần loại đất mềm, tơi xốp, đất phải thoát nước tốt. Đất trồng nghệ phải được cày bừa kỹ, phơi ải, làm sạch cỏ rồi đánh luống cao khoảng 20 - 25 cm, rộng 1 - 1,2m. Đất trồng nghệ cũng phải bón phân đầy đủ. Mỗi ha nên bón 20 - 25 tấn phân chuồng, 300 - 400 kg lân Super. Số phân này có thể bón rải hoặc bỏ vào từng rãnh như đối với gừng. Đây là những bước xử lý khi trồng nghệ trên diện rộng, nếu trồng trong gia đình để ăn dần thì không cần làm đất kỹ càng như vậy.

b. Trồng nghệ.

Củ nghệ làm giống phải là củ tốt, không có sâu bệnh, không bị dập nát. Với những củ có nhiều nhánh thì phải tách nhỏ ra. Đem chấm phần lá (hoặc cắt) vào gio bếp rồi đem trồng ra luống. Sau khi xử lý đất, làm rãnh bỏ phân thì phủ lên rãnh một lớp khoảng 3cm rồi đặt củ nghệ lên trên. Khoảng cách hợp lý nhất giữa các cây khoảng 20 - 25cm, giữa các hàng, khoảng 30 - 35cm. Với những loại đất nhiều chấi thì nên trồng rộng ra để cây có thể phát triển tốt mà không bị thiếu không gian.

Sau khi đặt nghệ thì phủ lên một lớp đất mỏng rồi lấy rơm rạ phủ lên trên. Chú ý tưới nước cho đủ ẩm để củ nghệ nhanh ra mầm. Sau khoảng một tuần mầm nghệ bắt đầu nhú lên. Chúng ta có thể để nguyên lớp rơm rạ vì mầm nghệ mọc khá khỏe. Khi nghệ bắt đầu nhú ra khỏi mặt đất thì nên kiểm tra thường xuyên để xử lý các mầm hỏng. Nếu có cây thối thì phải kịp thời thay cây mới.

Người ta trồng nghệ chủ yếu để lấy củ nên không cần chăm sóc nhiều đến lá. Lá cây nghệ tốt quả thì cây sẽ cho củ nhỏ. Để củ có thể phát triển tốt, sau khi mọc khoảng 20 - 25 ngày (nghệ đã có khoảng 6 lá) người trồng cần bón kali (hoặc tro bếp) và vun gốc để tạo độ xốp cho đất, kích thích

cây phát triển nhanh. Nếu lá nghệ phát triển quá nhanh thì nên cắt bỏ một số lá, giảm bớt nước tưới để làm hạn chế sự ra lá. Sau khi cây phát triển chậm lại thì tiếp tục tưới ẩm, vun gốc để đất tơi xốp. Cứ chăm sóc đều đặn như thế trong khoảng 10 tháng thì có thể thu hoạch được.

4. Thu hoạch.

Người ta thường trồng nghệ vào vụ đông xuân (bắt đầu từ tháng 11) và sẽ thu hoạch vào khoảng tháng 10 năm sau hoặc muộn hơn tùy vào nhu cầu sử dụng.

Quan sát trên luống nghệ mà không thấy lá non mọc ra, các lá già bắt đầu khô lại, ngả màu vàng nhạt, khi đào lên thấy vỏ củ nghệ ngả màu vàng sẫm, da đã bắt đầu bóng là lúc có thể thu hoạch được.

Cách thu hoạch nghệ cũng giống như thu hoạch gừng. Nếu phạm vi nhỏ thì dùng cuốc còn ở diện tích rộng thì dùng cày xới đất rồi rũ lấy củ. Củ nghệ để vào chỗ khô ráo, thoáng mát thì có thể sử dụng ngay, nếu để làm bột nghệ thì rửa sạch, phơi khô thái nhỏ rồi xay thành bột. Nếu muốn để làm giống cho vụ sau thì nên chọn những củ già, thân chắc, da bóng không bị sâu sát hoặc dập nát.

Cây riềng

1. Đặc điểm sinh học.

Riềng thuộc họ gừng, tên khoa học là *Alpinia officinarum*, Hance.

Riềng là loại cây có thể sống lâu năm, thân riềng phát triển từ củ. Củ riềng mọc ngang, kích thước lớn hơn củ nghệ. Củ chia làm nhiều nhánh. Ruột củ màu trắng có chỗ hơi vàng, nhiều chất xơ. Vỏ củ riềng có từng khoang, có khi còn có vảy mềm, màu đỏ nâu. Ở cuối mỗi nhánh đều có thể phát triển thành mầm.

Thân riềng xốp, có nhiều vảy sát gốc có màu tía, càng lên trên càng xanh. Lá riềng không có cuống mà ôm sát vào thân, hình lá giống mũi mác. Lá riềng mọc thành 2 dãy so le nhau. Hoa riềng có màu trắng mọc từ ngọn cây. Hoa phân làm nhiều nhánh, nếu để lâu sẽ có quả. Quả riềng hình cầu có lông và có hạt.

Nhìn bề mặt cây riềng cao hơn gừng và nghệ. Có cây cao đến 1,5m. Gừng có độ thích nghi cao.

2. Ứng dụng.

Riềng có thể dùng trong các món ăn lẫn trong các vị thuốc.

Món ăn phổ biến dùng nhiều riềng nhất là thịt chó. Thiếu vị riềng thì món thịt chó sẽ mất ngon. Riềng còn được dùng để làm món ăn với ốc, lươn hay các loại thực phẩm có mùi tanh khác vừa át mùi tanh vừa ăn ngon miệng.

Củ riềng có chứa 0,5 - 1% tinh dầu màu vàng xanh, lỏng sền sệt có tác dụng kích thích tiêu hoá, chữa đầy hơi đau bụng, đau dạ dày, sốt rét, trúng gió, nôn mửa... Vì vậy, riềng được các thầy thuốc nam coi là một vị thuốc quan trọng. Nấu riềng, sả, lá bưởi để tắm hoặc xông có thể chữa cảm cúm.

3. Kỹ thuật trồng riềng.

a. Yêu cầu về đất trồng.

Riềng là loại cây thích nghi rộng. Nó có thể chịu được hạn và ngập úng. Đồng thời riềng cũng thích hợp với nhiều loại đất khác nhau. Tuy nhiên, muốn thu hoạch năng suất cao riềng cũng rất cần

đất tốt. Đất trồng riêng phải nhiều mùn, thoáng nước. Mặc dù được dùng vào nhiều việc nhưng riêng ít được trồng rộng rãi. Ở những vùng tiêu thụ thịt chó mạnh thì người ta mới trồng nhiều nhưng diện tích cũng hạn chế.

b. Trồng riêng.

*** Trồng quanh nhà.**

Hầu như mỗi gia đình nông thôn đều có trồng một bụi riêng ở quanh nhà. Trồng riêng chọn chỗ đất hơi cao gần bề nước. Đào hố sâu 30 - 40cm rồi bỏ phân vào (1 - 2 kg/hố), sau đó lấp đất một lớp mỏng. Lấy củ riêng hoặc đoạn gốc có rễ, có mầm đặt vào hố, lấp đất lên rồi tưới nước.

Sau 4 - 5 ngày riêng ra rễ mới, mầm bắt đầu mọc. Có thể tưới phân để làm riêng lớn nhanh. Trồng khoảng 4 - 5 tháng riêng đã có củ to có thể đào lên để dùng được.

*** Trồng riêng trên diện tích rộng.**

Trồng riêng muốn có thu hoạch cao thì phải chọn đất cao ráo. Đất trồng phải được cày bừa, dọn cỏ sạch sẽ, bón phân đầy đủ. Một ha bón 15 - 20 tấn phân chuồng, 200 - 300kg phân lân. Đánh

luống đất cao 20 - 25cm, rộng 1 - 1,2cm, rạch hàng 50 x 50cm.

Riềng trồng phải chọn các củ sạch bệnh, cắt hết lá rồi đem trồng, khi đặt mỗi phải lấp đất chặt gốc. Riềng mọc cao 30 - 40cm thì vun gốc 1 lần. Khi riềng mọc tốt thì lấp át hết cỏ dại. Khoảng 5 - 6 tháng thì bắt đầu thu hoạch được. Người ta thường thu hoạch riềng bằng cách tỉa dần củ riềng. Tỉa xong lại vun gốc, cây lại mọc ra mầm khác... Luân phiên tỉa cây này đến cây khác thì sẽ có riềng thu hoạch suốt năm. Ở những nơi tiêu thụ nhiều, mỗi nhà trồng khoảng 30 - 50 m² là đủ dùng suốt năm.

Cây tỏi

1. Đặc điểm sinh học.

Tỏi thuộc họ hành tỏi, tên khoa học là *Alium sativum* (L).

Tỏi thuộc cây thân cỏ, mọc hàng năm, lá dẹp và dày. Củ tỏi nằm phía dưới mặt đất, củ chia thành nhiều múi nhỏ. Củ tỏi màu trắng nhạt, các múi có mùi hăng, vị cay, tính nóng. Hoa tỏi mọc ra trên một cuống hoa dài. Cuống hoa mọc trực tiếp từ củ tỏi. Hoa tỏi rộng ra hình tán, có củ tán giả trông giống hình cầu.

Tỏi là cây chịu lạnh tốt, cây có thể sinh trưởng và phát triển ở nhiệt độ 18 - 20°C, còn để tạo củ thì cần từ 20 - 22°C. Tỏi ưa ánh sáng dài ngày, nếu có đủ nắng trong 12 giờ/ngày thì cây sẽ ra củ nhanh. Tỏi cũng là loại cây ưa nước nhưng ở mức độ vừa phải. Nếu thiếu nước cây sẽ đanh lại, củ nhỏ còn nếu thừa nước thì sẽ gây ra hiện tượng úng củ, thối củ làm cho củ không giữ được lâu.

* Tỏi được chia làm 2 loại:

- Tỏi trắng: lá xanh đậm, to bản, củ to, đường kính khoảng 4cm. Củ tỏi vỏ màu trắng nên gọi là tỏi trắng, loại tỏi này bảo quản kém.

- Tỏi tím: lá dây, cứng màu xanh nhạt. Củ chắc và cay; dọc thân gần củ có màu tím. Củ tỏi tím nhỏ hơn củ tỏi trắng (đường kính 3,5 - 4cm). Tỏi tím có hương vị đặc biệt nên được trồng nhiều.

2. Ứng dụng.

Tỏi là một món ăn gia vị phổ biến. Người ta thường dùng tỏi để pha chế các loại nước chấm, xào nấu, muối dưa hoặc ăn sống để chữa bệnh. Trong tỏi có chất alixin có tác dụng diệt khuẩn. Trong y học, người ta dùng tỏi để trị bệnh thương hàn, tả lỵ, bạch hầu. Tỏi còn chữa đầy hơi bằng cách ăn trực tiếp hoặc giã nhỏ xoa vào bụng. Khi cảm cúm thì ăn tỏi hoặc uống rượu tỏi cũng khỏi.

3. Kỹ thuật trồng tỏi.

a. Xử lý đất.

Tỏi là cây lấy củ nên yêu cầu đất trồng tỏi khá cao. Đất trồng tỏi cần tơi xốp, nhiều mùn không chua (pH từ 6 đến 6,5 là được). Đất cần phải cày xới kỹ, phơi nắng nhiều để loại trừ một số loài sâu

đất. Sau khi bừa nhỏ thì đánh luống cao 20 - 30 cm, rộng 1 - 1,5m. Để tiết kiệm nên bón phân sau khi đã rạch hàng (giống như thao tác với gừng, nghệ). Lượng phân dùng cho 1 ha là 20 - 25 tấn phân chuồng hoai, 400 - 500 kg lân, 400 kg kali.

b. Trồng tỏi.

Tỏi trồng bằng củ, lấy củ tỏi tách rời các múi ra rồi chọn lấy các múi chắc, mập để trồng. Tỏi trồng theo hàng ngang của luống, mỗi hàng 5 - 6 lỗ trồng (khoảng cách bình quân khoảng 20cm). Sau khi bỏ phân xong cần rải một lớp đất mỏng, mịn lên trên rồi cắm múi tỏi xuống sao cho đầu ra mầm hướng lên phía trên. Sau khi cắm mầm tỏi nên phủ một lớp đất bột lên trên. Tiếp đó phủ lên các rãnh một ít rơm rạ rồi tưới nước làm ẩm để kích thích tỏi mọc nhanh.

Thời vụ trồng tỏi ở mỗi vùng khác nhau: ở miền Nam, người ta trồng tỏi từ đầu tháng 10 dương lịch và thu hoạch vào khoảng tháng 1, tháng 2 năm sau. Ở miền Bắc, tỏi trồng từ giữa tháng 10 đến giữa tháng 11 (dương lịch) và thu hoạch vào khoảng tháng 2 năm sau.

c. Chăm sóc tỏi.

Tỏi thuộc giống cây ưa mát, ưa ẩm nên phải tưới nước đều đặn. Để nguyên lớp rơm rạ như khi trồng để giữ ẩm cho đất. Mặt khác việc để rơm rạ còn tránh nóng cho cây.

Khoảng nửa tháng sau cây mọc nên tưới đậm với liều lượng 30 - 40 kg urê/ha. Khi tưới nên cho nước chảy vào sát gốc, không nên tưới lên lá. Trong vòng sinh trưởng của tỏi nên tưới khoảng 4 - 5 lần.

Muốn cho củ tỏi chắc, to thì nên bón thêm lân, kali hoặc tro bếp. Ở một số vùng miền Bắc, người ta tưới tỏi bằng nước tiểu pha (tỉ lệ 1/10) vào buổi sáng và buổi chiều.

4. Phòng chữa bệnh cho tỏi.

*** Bệnh sương mai.**

Bệnh này xuất hiện khoảng cuối tháng 11 (dương lịch) khi nhiệt độ thấp, độ ẩm cao. Vào những ngày có sương nên tưới nước lã để rửa lá. Phòng bệnh sương mai còn phải phun thuốc. Thuốc phun có các loại: Boóc đô 1% (gồm 1kg phèn xanh, 1kg vôi cục, 100 lít nước lã). Zineb 80% phun khoảng 18 - 20 lít/1 sào Bắc bộ.

*** Bệnh than đen.**

Trên củ tỏi vào lúc sắp thu hoạch thường xuất hiện các chấm đen. Để phòng bệnh này người ta phun dung dịch Zineb 2 - 4%. Nếu phát hiện củ bị bệnh thì phải lựa ra để loại bỏ.

5. Thu hoạch tỏi.

Từ khi mọc đến khi thu hoạch mất khoảng 4 tháng, khi quan sát thấy lá tỏi đã già, héo thì có thể thu hoạch tỏi. Người ta nhổ củ, rũ sạch đất, bó thành chùm rồi treo lên dây ở chỗ thoáng.

Chọn củ tỏi làm giống cho mùa sau phải lấy những củ già (thời gian sinh trưởng khoảng 140 ngày), to (đường kính 3,5 - 4cm), nhiều múi (12 - 13 múi) không bị bệnh. Bó tỏi chung lại rồi cất ở nơi thoáng hoặc cất lên gác bếp.

Cây sả

1. Đặc điểm sinh học.

Sả thuộc họ Hòa thảo, tên khoa học là *Cymbopogon nasutus Rendl.*

Sả là cây thân cỏ, sống được lâu năm. Sả thường mọc thành bụi rậm, thân sả cao khoảng 80 - 150 cm. Thân sả hình tròn và được tạo thành bởi các bẹ lá ôm sát vào nhau. Phần gốc sả có nhiều đốt màu tím. Củ sả thực ra là thân sả phình to ra và nổi lên trên mặt đất. Củ sả có màu xanh nhạt, thuôn dài. Lá sả hẹp, dài giống như lá lúa, mép lá có răng cưa nhỏ, đầu lá cong. Hoa sả có nhiều bông nhỏ, không có cuống.

Sả có thể sống lâu năm nhờ vào bộ rễ. Rễ sả phát triển khỏe, hút chất tốt, rễ ăn sâu...

2. Ứng dụng.

Sả cũng là loại cây gia vị dùng được trong món ăn và làm các vị thuốc.

Để luộc ốc người ta bỏ sả vào, món thịt chó cũng phải cần đến sả. Sả rang khô với mắm muối có thể thành món ăn mặn trong các ngày rét đậm.

Ở sả có một mùi thơm đặc biệt, tinh dầu của sả có chất xitral mang mùi chanh nên rất thơm. Người ta thường nấu sả với các loại lá khác để xông cảm, làm nước tắm cho thơm. Dầu sả trộn vào xà phòng có thể giữ mùi thơm.

Tinh dầu sả có tác dụng tốt cho tiêu hoá, có thể đuổi muỗi, đuổi rắn. Lá sả có thể dùng để đun nước uống, củ sả có tác dụng lợi tiểu, chữa cảm sốt.

3. Kỹ thuật trồng sả.

a. Xử lý đất.

Sả là loại cây không kén đất, nó được trồng phổ biến ở rất nhiều nơi. Trong mỗi gia đình cần có một bụi sả để dùng dần. Người ta chỉ không trồng nổi sả trên vùng đất ngập nước.

b. Trồng sả.

* Trồng sả quanh nhà.

Trồng sả trong vườn khá đơn giản, chịu đất đầu hè hay chỗ sát hàng rào. Để trồng sả phải đào hố

sâu khoảng 20cm, bề rộng mỗi chiều khoảng 20cm. Bỏ vào hố 1 - 1,5 kg phân chuồng rồi lấp đất lên. Chọn một hoặc hai nhánh sả, cắt lá rồi đặt nhanh sả nghiêng khoảng $15 - 20^{\circ}$ so với chiều thẳng đứng sau đó lấp đất và nén chặt gốc. Sau khi làm xong, phải tưới nước để cây dễ mọc rễ. Sau khoảng 10 - 15 ngày, khi sả bén rễ và nhú lá thì bón cho sả ít phân đạm (hoặc dùng nước tiểu).

Khi sả đã ra được 3 - 4 lá, ta phải vun gốc. Trồng được khoảng 1 tháng (15 ngày sau khi tưới phân lần 1) thì tưới tiếp lần 2. Đến khi cây 2 tháng thì tiếp tục vun gốc. Nếu được vun xới thường xuyên thì sả sẽ rất phát triển.

* Trồng sả trên diện rộng.

Bởi ứng dụng được trong nhiều công việc nên sả được trồng ở khắp mọi nơi. Có chỗ người ta còn trồng thành ruộng. Ở nước đã có một số nông trường trồng sả để chưng cất tinh dầu. Trồng sả trên diện rộng cũng phải làm đất kỹ. Đất được cày ải vào cuối mùa khô, phải ải, bừa kỹ. Sau đó đánh luống cao 15 - 20cm, rộng khoảng 1,2 - 1,4m, chiều dài khoảng 20m. Trong mỗi luống rạch 2 hàng theo chiều dọc cách nhau khoảng 80 cm, các

hố trong hàng cách nhau 40cm. Trồng sả trong luống cũng phải bón phân kỹ càng. Người ta bón 15 - 20 tấn phân chuồng, 200 - 300 kg phân lân cho 1 ha. Bỏ phân đã trộn đều vào hố rồi lấp đất, sau đó đặt sả xuống rồi lấp đất sâu 8cm, nén chặt gốc và tưới nước.

Sau khoảng 10 - 15 ngày sả bắt đầu bén rễ, ra lá non, lúc đó nên chú ý bỏ cây chết, dặm lại cây mới. Khoảng 20 - 25 ngày bón nhẹ sunphát đậm (100 - 150 kg/ha) kết hợp với vun gốc. Sau 1 - 1,5 tháng tiếp tục bón phân và vun gốc lần 2.

Sả là cây phát triển nhanh lẫn ất được cỏ dại. Sả ít bị sâu bệnh nhưng thỉnh thoảng cũng xuất hiện một vài triệu chứng. Có những lúc phát hiện thấy bệnh nấm gây ra vàng lá, chết cây. Để tránh bệnh này người ta phun bằng một số loại thuốc trị nấm như Randomit, Topxin, Zincoper.

4. Thu hoạch sả.

Sả trồng được 3 - 4 tháng thì có thể ăn được. Người ta tỉa các củ to để ăn dần rồi lại vun gốc cho cây phát triển.

Nếu trồng để lấy dần thì phải đợi sả già (trồng 10 - 12 tháng), lúc đó sả sẽ cho lượng dầu cao. Để

chung cát dẫu, người ta dùng cả củ lẫn lá (thường cắt cách gốc 8 cm để lấy lá). Sau đó vun gốc, tưới nước, bón phân để cây tiếp tục sinh sôi. Đợi khoảng 5 - 6 tháng thì lại thu hoạch tiếp. Cứ luân phiên như vậy sẽ có nguyên liệu để chung cát dần quanh năm.

PHẦN III

NHỮNG CÂY
rau gia vị

GỒM:

- 1. Cây hành*
- 2. Cây hẹ*
- 3. Cây bạc hà*
- 4. Cây kinh giới*
- 5. Cây rau húng*
- 6. Cây tía tô*
- 7. Cây ngò gai*
- 8. Cây mùi tây*
- 9. Cây diếp cá*
- 10. Cây rau ngổ*
- 11. Cây rau răm*
- 12. Cây thìa là*

Cây hành

1. Đặc điểm sinh học

Hành thuộc họ hành tỏi, tên khoa học là *Alinin fistulosum* (L). Hành có một số tên gọi khác như hành hoa, đại thông, thông bạch...

Hành là cây thân cỏ, có mùi đặc biệt, lá hành có màu xanh, hình ống rỗng ruột. Mỗi cây thường có 6 - 7 lá, mỗi lá dài khoảng 40 - 50 cm. Hoa hành mọc chính giữa thân, cuống hoa cao khoảng 40cm hình trụ cứng. Hoa hành hình tròn.

Hành có nhiều loại, hành tây, hành củ, hành hoa (hành lá).

* Hành tây: Có nguồn gốc từ xứ rét, củ to (đường kính 5 - 15cm) nặng 200 - 300g. Hành tây chỉ lấy củ, ăn như một loại rau.

* Hành củ: Phân biệt với hành hoa (hành lá) ở củ hành. Củ hành có đường kính khoảng 2 - 4 cm vỏ lụa màu vàng, mùi hăng. Củ làm gia vị.

* Hành lá: Phần thân dưới phình ra hơn to, màu trắng, trơn dài.

2. Ứng dụng.

Hành có vị thơm nên được dùng làm gia vị cho nhiều món ăn. Hành dùng để xào nấu, nêm vào canh, cháo, kho thịt. Củ hành có thể muối dưa, làm nộm, thân hành có thể ăn ghém (ăn sống)...

Hành còn là một vị thuốc nam chữa được một số bệnh. Hành làm thuốc chữa ho, tiêu đờm, chữa bệnh ra mồ hôi, làm lợi tiểu, sát trùng. Hành còn được dùng để chữa chứng bụng nước do gan cứng. Hành giã nhỏ đắp lên mụn nhọt làm tiêu mủ. Nước hành sắc lên để uống có thể chữa sốt, sốt rét, cảm...

3. Kỹ thuật trồng hành.

a. Xử lý đất.

Đất trồng hành phải tơi xốp, nhiều mùn, dễ thoát nước, ít chua. Làm đất phải cày bừa kỹ, phơi khô rồi đánh luống. Luống trồng hành cao 20 - 30cm, rộng 1 - 1,2m, khoảng cách giữa các luống khoảng 30cm. Trồng hành cũng phải theo hàng,

hàng cách hàng khoảng 30cm. Hàng trồng vào các hố, mỗi hố đều phải bón phân đầy đủ.

Một héc ta đất trồng hành cần 15 - 20 tấn phân chuồng, 300kg lân, 250 - 300kg kali, 50kg tro bếp. Để tiết kiệm, người ta thường trộn đều các loại phân rồi bỏ vào từng hố. Sau đó phủ lên một lớp đất mỏng rồi mới bắt đầu trồng hành.

b. Trồng hành.

*** Trồng hành bằng củ.**

Trồng hành củ bắt đầu từ giữa tháng 9 đến giữa tháng 10, mỗi héc ta cần khoảng 300 - 500kg hành giống. Củ hành giống phải chắc. Bóc củ hành ra từng múi, ngâm nước 2 - 3 giờ rồi đem trồng. Khoảng cách giữa hai củ hành là 20 - 25cm. Sau khi cấy hành xuống hố thì phủ nhẹ một lớp đất mỏng rồi phủ rơm rạ lên trên. Sau đó tưới một ít nước để giữ độ ẩm.

*** Trồng hành bằng hạt.**

Người ta trồng như trồng lúa nghĩa là phải gico mạ. Cần phải làm đất thành luống bằng phẳng. Hạt hành phải ngâm nước trước khi gico. Mỗi diện tích khoảng 1m^2 cần 4 - 5 gam hạt. Gico xong hạt thì

phủ rơm rạ hoặc trấu rồi tưới nước để giữ ẩm. Gieo được khoảng 7 - 10 ngày thì hạt sẽ nảy mầm và sau 1 - 1,5 tháng có thể đem trồng ở ngoài ruộng.

c. Chăm sóc hành.

*** Hành trồng bằng củ.**

Hành củ trồng trực tiếp nên cần phải chú ý chăm sóc. Khi hành mọc mầm phải kiểm tra lớp rơm rạ, tránh rơm rạ đè gãy mầm hành. Hành mọc 10 - 15 ngày thì tưới đậm (lần tưới sau tăng dần nồng độ). Cách 5 ngày tưới một lần. Nếu trời khô hanh thì tưới dày hơn và thêm nhiều nước. Phải thường xuyên cuốc xới đất để cho thoáng khí.

*** Hành trồng bằng hạt.**

Ở ruộng gieo hành, khi cây lên cao 5cm thì nên tưới phân urê loãng.

Sau khi đưa hành trồng ra ruộng cũng cần phải phủ rạ quanh gốc để giữ ẩm và cung cấp chất mùn. Sau khoảng 1 tuần thì tưới 1 lần. Khi cây hành phát triển bình thường thì phải vun gốc, xới đất thường xuyên để cây hành phát triển nhanh. Lưu ý rằng trước khi thu hoạch 15 ngày thì ngừng tưới phân.

4. Thu hoạch.

*** Hành củ.**

Hành củ trồng 1,5 - 2 tháng là có thể sử dụng được. Sau 3 tháng hành có thể muối dưa và 4 tháng trở lên có thể nhổ củ cất để ăn củ khô. Người ta thu hoạch khi ngọn hành đã ngả màu vàng. Nhổ hành lên, rũ sạch đất buộc thành túm rồi cất giữ. Hành cho năng suất khá cao, vào khoảng 20 - 25 tấn củ tươi/ 1ha.

Chọn củ hành giống phải chọn củ chắc độ lớn trung bình. Củ to quá sẽ tốn giống, củ nhỏ quá sẽ làm cây lép, mọc yếu. Hành giống phải phơi khô ráo.

*** Hành hoa.**

Thu hoạch sau khi trồng 1 tháng. Có thể thu hoạch bằng cách tỉa cây lớn trước hoặc có thể nhổ cả khóm hành.

Hành hoa trồng bằng hạt vì vậy phải chú ý chọn hạt tốt phơi khô, cất kỹ. Hạt giống phải gieo ngay vào vụ sau, không nên để quá vụ.

Cây họ

1. Đặc điểm sinh học.

Hệ cũng thuộc họ hành tỏi, tên khoa học là *Alinin odorum* (L).

Hệ là cây thân thảo, chiều cao 20 - 50cm. Lá hệ dài, dày, dáng hơi tròn. Mỗi cây hệ thường có 4 - 5 lá, lá dài khoảng 20 - 30cm, đầu lá hình mũi kim. Hoa hệ mọc từ gốc, cuống hoa dài 15 - 30cm có hình tam giác (3 cạnh). Hoa màu trắng, khi già sẽ cho quả. Quả hệ có đường kính 3 - 4mm. Hạt hệ nhỏ, màu đen. Cây hệ thường ra hoa vào khoảng tháng 6, tháng 8 ra quả từ tháng 8 đến tháng 10.

2. Ứng dụng.

Các nhà khoa học chứng minh rằng trong hệ có các chất sunphua, saponin, chất đắng. Có người còn phát hiện ra chất odorin có tác dụng kháng sinh tốt. Trong hạt hệ có chất ancaloit và saponin. Vì vậy hệ được dùng để chữa bệnh. Hệ có tác dụng trị ho, chữa tiêu chảy, chữa cảm cúm. Hệ tươi ăn

sống hoặc giã nhỏ lấy nước uống có tác dụng rất tốt, hiệu quả của nó tương đương với khi dùng tỏi.

Người ta còn dùng họ trong nhiều món ăn. Họ có thể thay thế hành. Lá họ dùng để muối dưa, làm bánh xèo, bánh tét, bánh trứng... Củ họ muối chua để ăn cùng với các món nhiều mỡ và ăn trong các món rau sống...

3. Kỹ thuật trồng họ.

a. Yêu cầu đất.

Họ thuộc họ hành tỏi nên yêu cầu cần đất tương đối giống với đất trồng hành tỏi. Đất trồng họ phải tơi xốp, thoát nước tốt.

Đất cày bừa kỹ, phơi ải, đánh luống cao 20 - 30 cm, rộng 1,2 - 1,4m. Bón phân cho đất trồng họ cũng giống với các cây trong họ hành tỏi. Cần 15 - 20 tấn phân chuồng hoai cho 1ha. Trồng họ cũng theo các hố, mỗi hố cách nhau 20 - 25 cm.

b. Trồng họ.

* Trồng bằng củ.

Sau khi chuẩn bị đất, bón phân đầy đủ người ta lấy từng củ họ (phần gốc cây) ấn xuống lớp đất phủ mặt rồi lấy tay ấn chặt đất lại. Tiếp đó lấy rơm

rạ phủ lên luống và tưới nước cho đủ độ ẩm. Nên rào kỹ để tránh gà bới rạp làm hỏng mầm hẹ.

*** Trồng bằng hạt.**

Trồng bằng hạt có thể gieo trực tiếp vào hố hoặc cũng có thể gieo ra ruộng riêng rồi đem ra cấy lại. Để đảm bảo hạt nảy mầm tốt thì trước khi gieo nên ngâm hạt vào nước ấm ($35 - 37^{\circ}\text{C}$) trong khoảng 12 tiếng. Sau đó vớt ra trộn đều với tro rồi gieo. Để cho hẹ mọc đều cần tưới ẩm thường xuyên. Một tuần hoặc 10 ngày thì hoà 300 - 500 gam urê để tưới cho 100m^2 đất. Nếu hẹ gieo ở ruộng riêng thì khi cây cao 10 - 15cm là có thể đem trồng ở luống.

Hẹ là cây dễ sống nên có thể tía đi trồng chỗ khác mà ít ảnh hưởng đến sự phát triển. Sau 7 ngày hoặc một tuần thì tưới lân, kali để cho hẹ phát triển tốt.

c. Chăm sóc hẹ.

Hẹ có khả năng át cỏ cao nên việc làm cỏ cho hẹ khá dễ dàng. Chỉ cần kết hợp một lần tưới phân với nhổ cỏ là được. Làm cỏ phải nhổ tận gốc phơi cho đất khô hoặc vớt đi chỗ khác.

Chăm sóc hệ quan trọng nhất vẫn là bón phân, xới đất. Hệ ít bị sâu bệnh nên việc phòng trừ đơn giản. Phải thường xuyên vun gốc, xới đất để cho đất tơi xốp, cây hệ lớn nhanh.

Nếu gia đình nào ít đất thì có thể trồng hệ trong chậu sành. Các bước tiến hành cũng tương tự như trồng ở ruộng. Trồng trong chậu nên đất ít, vì vậy cần tưới phân nhiều hơn.

4. Thu hoạch và lấy giống.

Nếu trồng ở quanh nhà, trong chậu thì có thể thu hoạch quanh năm, còn nếu trồng ở ruộng thì phải thu hoạch theo thời vụ, theo nhu cầu của người tiêu dùng. Thông thường người ta thu hoạch hệ vào khoảng trước sau tết Nguyên đán.

Nếu chỉ bán lấy lá, người ta cắt ngang thân hệ (cách gốc 2 - 3cm). Sau khi cắt tiếp tục tưới nước thì hệ sẽ ra lá non rồi lại phát triển bình thường. Nếu muốn bán cả cây thì phải tỉa từng cây một, sau đó bó thành bó nhỏ đem bán. Nếu có người mua nhiều thì nhổ cả luống để giải phóng đất cho các loại cây khác.

* Để giống.

- Để giống bằng củ:

Giữ lại những cây khoẻ sau khi thu hoạch bón thêm lân, tro bếp; vun gốc, tưới nước để củ phát triển thêm. Chờ cho củ họ già, chắc, lá xanh tán bớt thì nhổ cả cụm rồi buộc túm treo lên. Phơi họ giống phải phơi trong bóng râm rồi mới phơi nắng. Củ họ rất dễ thối nên phải thường xuyên kiểm tra. Không nên dồn củ họ thành đống vì dễ làm thối củ.

- Để giống bằng hạt.

Để lại những cây tốt, chăm sóc cho họ ra hoa, kết trái. Đợi đến khi quả già thì hái về, chà vỡ quả để lấy hạt. Lấy hạt phơi khô, để nguội rồi cho vào chai lọ đậy kín để giành cho vụ sau. Phương cách để giống bằng hạt ít được áp dụng vì thời gian đợi chờ cây ra hoa kết quả rất lâu, không thể giải phóng đất cho các cây khác.

Cây bạc hà

1. Đặc điểm sinh học.

Bạc hà thuộc họ hoa môi, tên khoa học là *Mentha vensis* (L).

Bạc hà là cây thân thảo, sống được lâu. Thân cây bạc hà vừa phải, chúng cao khoảng 60 - 80 cm, có cây cao 1m. Thân bạc hà hơi vuông, phân nhánh nhiều, thân có lông tơ, lá bạc hà rộng khoảng 2 - 3 cm, dài 3 - 7 cm, mép lá có răng cưa. Lá có lông tơ ở cả hai mặt. Hoa bạc hà có nhiều màu (màu tím, hồng hay màu trắng) Cây bạc hà ít ra quả và hạt.

2. Ứng dụng.

Bạc hà vị thơm, tính nóng nên được dùng làm rau gia vị phổ biến. Lá bạc hà dùng để ăn sống với các loại rau khác. Các món như bún bò Huế, chả giò... đều cần bạc hà.

Bạc hà được dùng nhiều hơn với tư cách là một vị thuốc Nam. Tinh dầu bạc hà có thể chữa cảm cúm, đau đầu, sổ mũi, cảm nóng. Bạc hà cũng có tính diệt khuẩn tự nhiên, gây tê và giảm đau nên người ta thường dùng dầu bạc hà để bôi lên những vết trầy xước nhẹ. Dùng dầu bạc hà bôi lên mũi làm thông mũi, bôi lên thái dương để cản gió, trị đau đầu. Người ta còn chế biến bạc hà thành dạng viên để ngậm khi trời lạnh nhằm chống cảm lạnh.

3. Kỹ thuật trồng bạc hà.

a. Làm đất.

Bạc hà được trồng được ở các loại đất như: đất thịt, đất mùn, đất đen, đất đỏ... Bạc hà không chịu được nước nên phải trồng ở nơi cao ráo. Đất trồng phải được cày bừa kỹ, phơi ải để diệt mầm bệnh. Đánh đất thành luống cao 20 - 30 cm, rộng 1,2 - 1,5 m.

b. Bón phân.

Một héc ta đất cần 20 - 25 tấn phân chuồng, 300 - 400kg phân lân, 250 - 300kg urê, 400kg phân kali.

Khi cây cao khoảng 15 - 20cm thì sẽ bón khoảng 150kg đạm cho 1 ha, sau đó 15 ngày lại bón thúc 1 lần.

c. Trồng bạc hà.

Bạc hà trồng quanh năm nhưng thích hợp nhất là vụ trồng vào tháng 2, tháng 3, thu hoạch vào tháng 6, tháng 7 và vụ trồng từ tháng 8 thu hoạch vào tháng 2 năm sau.

Người ta trồng bạc hà phổ biến bằng cách giâm cành. Bạc hà cũng trồng theo luống, hàng. Cây cách nhau khoảng 20 cm. Khi giâm cành thì cắt đoạn có 3 - 4 mắt rồi ấn ngập 3/4 phần thân xuống đất sau đó nén chặt. Đến khi cây phát triển bình thường, lá xanh bắt đầu lên thì chú ý bón phân.

Nếu bạc hà để lấy lá làm rau thì có thể bón nhiều đạm. Bón lót phân chuồng trước lúc trồng cộng với 2/3 số bánh dầu (khoảng 350 kg) số còn lại sẽ bón thúc khoảng 15 ngày sau đó.

4. Thu hoạch.

Tùy vào mục đích sử dụng để thu hoạch. Nếu để làm rau thì sau 1 tháng là có thể thu hoạch được. Sau khi thu hoạch lại tiếp tục tưới nước, bón

phân và đợi đến nửa tháng sau thì thu hoạch lần 2. Mỗi cây như thế có thể thu hoạch 7 - 8 lần trong mỗi vụ. Sau đó nhổ cây đi để trồng vụ khác. Nếu thu hoạch để chung cái tinh dầu thì phải đợi khoảng 3 - 4 tháng mới hái lá lần 1, 2 tháng tiếp theo mới thu hoạch lần 2. Mỗi năm chỉ thu được khoảng 4 lần. Sau mỗi lần cắt lá phải bón phân, vun gốc, chăm sóc cây cẩn thận. Bón thêm lân, kali, urê để bạc hà tái sinh tốt.

Trung bình mỗi năm thu được 25 - 40 tấn thân, lá tươi trong 1ha. Số lá, thân đó chế ra được 50 - 100 lít tinh dầu.

Trồng bạc hà không nên thâm canh vì sẽ làm giảm năng suất. Nên trồng xen canh bằng các cây khác như đậu, ngô...

Cây kinh giới

1. Đặc điểm sinh học.

Kinh giới thuộc họ hoa môi, tên khoa học là *Schizouepeta tenuifolia* Brig. Cây kinh giới thường trồng ở Việt Nam là *Elsholzia crista* Willd và *Origanum Syriacum*.

Kinh giới là cây thân thảo, hình bụi, cao từ 30 - 40cm. Thân cây chia làm nhiều nhánh. Lá cây thuộc loại lá đơn mọc đối nhau, phiến lá thuôn nhọn, dài 5 - 8cm, rộng 2 - 3cm, lá kinh giới có nhiều gân nhỏ màu xanh nhạt.

Hoa kinh giới nhỏ màu tím nhạt, hoa thường ra vào mùa hạ, mùa thu. Hoa kinh giới sẽ cho quả, trong quả có 4 hạt nhỏ.

2. Ứng dụng.

Cây kinh giới có vị cay, tính nóng. Trong lá kinh giới có chất *Elsholtzia keton* tạo ra mùi thơm dễ chịu. Trong các món ăn kinh giới thường được dùng chung với các loại rau thơm khác để ăn sống,

kính giới còn làm gia vị trong các món nộm, ăn kèm với chả giò, nem, thịt chó, thịt thú rừng... vừa hạn chế mùi tanh vừa thơm miệng. Kính giới còn dùng được trong các món bún bò giò heo cùng với tía tô, hoa chuối.

Không chỉ được dùng trong các món ăn, kính giới còn là một vị thuốc Nam thông dụng. Kính giới có tác dụng làm ra mồ hôi, lợi tiểu, chữa nóng sống, cảm gió... Kính giới nhỏ cả cây phơi khô sắc uống để chữa cảm sốt, nhức đầu. Kính giới dùng chung với tía tô, hương nhu trị bệnh viêm họng, chữa nôn mửa. Đâm nhỏ gừng và kính giới để xoa bóp có thể chữa nhức khớp.

3. Kỹ thuật trồng kính giới.

a. Xử lý đất.

Đất trồng kính giới đảm bảo sự tơi xốp, thoát nước tốt. Đất trồng cũng phải đánh luống giống như trồng cây bạc hà. Luống cao khoảng 20 - 30cm, rộng 1,2 - 1,4m, ở những nơi đất cát thì không cần đánh luống mà chỉ cần xẻ rãnh để thoát nước.

Để kính giới sống tốt việc bón phân cũng phải được lưu ý. Mỗi héc ta cần 15 - 20 tấn phân

chuồng, 500 kg bánh dầu, 150 - 200 kg DAP. Người ta thường bón phân chuồng trước khi trồng kinh giới sau đó khoảng 15 ngày mới bón các loại phân khác. Với những loại đất xấu ít chất thì cần phải bón phân nhiều hơn để tăng thêm chất màu.

b. Trồng kinh giới.

*** Trồng bằng hạt.**

Trước khi gieo hạt nên ngâm nước ấm nửa ngày và xem xét mức độ, tỉ lệ nảy mầm để quyết định mật độ gieo cho hợp lý. Hạt kinh giới khi gieo phải trộn đều với tro bếp hay đất bột. Sau khi gieo có thể lấy rơm rạ phủ lên các luống rồi tưới nước cho ẩm để hạt mọc đều.

*** Trồng bằng cành.**

Người ta cắt cành để giâm: lấy những đoạn không già quá, độ dài khoảng 12 - 15cm (có 3 - 4 mắt lá) rồi cắm ngập vào luống (chỉ chừa khoảng 5 - 7cm). Sau khi cắm cành nên tưới nước và che nắng. Sau khoảng một tuần cành giâm ra lá là được.

c. Chăm sóc cây kinh giới.

Chăm sóc ruộng kinh giới thường là làm cỏ và tưới nước bón phân. Trước khi gieo đất đã được làm kỹ thì cỏ sẽ ít mọc cho nên sẽ không tốn công làm cỏ. Mặt khác kinh giới thường được trồng theo hàng nên dễ làm cỏ bón phân, vun gốc.

4. Thu hoạch.

Để lấy kinh giới làm gia vị thì sau khi trồng khoảng 1 tháng sẽ bắt đầu thu hoạch. Nếu gieo hạt thì khoảng 45 ngày mới có thể hái lá được.

Để lấy kinh giới làm thuốc thì phải chờ đến lúc cây trưởng thành hoặc có hoa thì mới có thể thu hoạch được.

Người ta thu toàn bộ thân, lá, cành để làm thuốc; phải rửa sạch, cắt nhỏ, phơi khô rồi cắt đi dùng dần. Hoa kinh giới nên thu hoạch vào lúc còn vụ, nó cũng phải được phơi khô và bảo quản nơi khô thoáng.

5. Một số tác dụng và bài thuốc.

* Lấy 20 gam cây kinh giới (hoa, lá, cành) sắc uống. Sau đó lấy bã nấu cùng với lá dâu (5 gam), lá sả (10 gam), lá bưởi (8 gam), lá cúc tần (6 gam),

lá ổi (4 gam) để xông thì sẽ chữa sốt, chữa nhức đầu, đau mình ê ẩm.

* Lấy hoa kinh giới khô (15 gam) sắc cùng với 10 gam Bạch chỉ để uống sẽ chữa được cảm lạnh, nhức đầu, chảy nước mũi.

* Giã nát kinh giới tươi (cành lá non) với gừng sống, vắt lấy nước cốt để cho bệnh nhân uống rồi lấy bã xoa dọc sống lưng thì có thể chữa đau nhức xương.

Cây rau húng

I. HÚNG CÂY

1. Đặc điểm sinh học.

Húng cây thuộc họ Hoa môi, tên khoa học là *Mnetha arvensis (L) var.* Nó còn có tên khác là Bạc hà nam.

Húng cây thân thảo, mọc thấp. Cây cao nhất khoảng 40cm. Thân cây hình vuông màu hơi tím. Húng cây có lá màu xanh, lá hơi nhẵn, mọc đối nhau. Ở nách lá có những chồi non. Húng cây rất dễ sống bởi rễ rất phát triển. Thân rễ mọc ngầm dưới đất. Ở mỗi mắt lá cũng rất dễ mọc ra rễ non. Vì vậy người thường trồng húng cây bằng cách giâm cành.

2. Ứng dụng.

Húng cây là một loại rau gia vị phổ biến. Người ta thường dùng húng cây để ăn sống cùng với các loại rau sống, gỏi cá, thịt chó, lòng lợn... Húng cây còn được ăn với cà sống chấm với mắm tôm.

Ngoài tác dụng làm gia vị, húng cây còn có tác dụng làm vị thuốc. Húng cây có thể trị cảm cúm, chữa ho, giảm ngạt mũi, hạn chế mùi tanh, mùi hôi. Người ta chữa các chứng này bằng cách lấy lá vò nát, xoa vào các chỗ hôi, chỗ mẩn ngứa.

3. Kỹ thuật trồng húng cây.

a. Xử lý đất.

Húng cây thích nghi rộng, có thể chịu ẩm cao trong nửa tháng. Tuy nhiên, nếu muốn cây cho năng suất cao thì phải chọn các loại đất tơi xốp, cao ráo, thoát nước tốt. Đất trồng không cần cao lắm, rộng khoảng 1 - 1,2 m.

Đất trồng húng phải cày bừa kỹ, bón lót 1,5 - 2 tấn phân chuồng, 10 - 15kg lân nung chảy, trên một diện tích đất khoảng 1000 m².

b. Trồng húng.

Người ta thường trồng húng cây bằng phương pháp đâm cành (phương pháp vô tính) vì trên thân cây có rất nhiều mầm rễ. Chọn cành khỏe, cắt đoạn khoảng 10 - 15 cm, đặt cành vào rãnh đã cuốc sẵn rồi lấp khoảng 2/3 chiều dài của cành giâm (chừa 1/3 phía ngọn). Khoảng cách mỗi rãnh là 20 cm,

khoảng cách mỗi cây trong rãnh khoảng 10 - 15 cm. Sau khi lấp đất phải lấy tay nén nhẹ (nếu chặt quá rễ sẽ lâu ra, nếu lỏng quá cành húng sẽ ít hút được chất. Sau đó phải tưới nước cho đủ độ ẩm để cây dễ ra rễ, đâm chồi, ra lá.

c. Chăm sóc.

Sau khi giâm một tuần, cành húng bắt đầu phục hồi và phát triển bình thường. Lúc đó có thể tưới bằng urê, bánh dầu. Bón urê và bánh dầu sẽ giúp cây phát triển nhanh, đâm chồi và ra lá khỏe, cây cho năng suất cao. Tưới phân nên pha loãng sau đó tăng dần nồng độ. Lúc đầu nên pha từ 300 - 500 gam urê để tưới cho 100 m² đất sau đó tăng dần. Để tránh làm cháy lá không nên tưới trực tiếp vào cây mà chỉ tưới quanh gốc. Sau khi thu hoạch lần đầu phải tiếp tục chăm sóc cẩn thận.

4. Thu hoạch húng cây.

Một tháng sau khi trồng nếu được chăm sóc tốt thì húng cây sẽ thu hoạch được. Người ta thu hoạch húng bằng cách cắt sát gốc (chừa khoảng 3 - 5cm để cây có thể mọc chồi). Sau khi cắt lần 1 người ta tưới nước lã, sau 2 ngày thì hòa 1,5 - 2kg bánh dầu, 300 gam urê với nước rồi tưới cho

100m² đất. Khoảng hơn một tuần lại tưới đợt phân khác. Liên tục chăm sóc, tưới nước, tưới phân trong khoảng 15 - 20 ngày thì có thể thu hoạch lần 2. Mỗi lứa cây có thể thu khoảng 7 - 10 đợt hoặc dài hơn tùy vào loại đất và sự chăm sóc. Mỗi lần thu hoạch như vậy có thể thu được 40 - 50kg rau/100m² húng cây bán tươi. Nếu thấy năng suất lần thu hoạch sau chỉ bằng 70% lần trước thì có thể bỏ đi để trồng đợt khác.

II. HÚNG QUẾ

1. Đặc điểm sinh học.

Húng quế thuộc họ hoa môi, tên khoa học là *Ocimum basicum* (L).

Húng quế thân thảo, cao khoảng 40 - 70cm. Thân cây hình vuông màu tím, đầu phân ra làm nhiều nhánh. Rễ ăn nông, có khi ăn nổi trên đất.

Lá cây húng hình thoi, dài khoảng 3 - 6cm, rộng 1,5 - 2,5cm. Lá có cuống dài màu tím, lá màu xanh lục (có cây tím than), mép lá có răng cưa nhỏ. Nách lá có nhiều mầm non có thể phát triển thành cành lớn. Hoa húng quế mọc ở đầu cành, cánh bông hoa nhỏ màu tím bám quanh một cuống hoa dài. Mỗi vòng có tới 6 hoa, mỗi cuống hoa có

khoảng 10 - 15 tầng. Bông hoa có hình tháp rất đẹp. Hoa húng quế có thể kết trái. Quả húng quế có các hạt đen, nhỏ, có vị ngọt, cay.

2. Ứng dụng.

Húng quế là cây rau gia vị có mùi thơm đặc biệt hơn vừa có thể ăn sống vừa có thể ăn chung với các loại thực phẩm khác, húng quế ăn chung với lòng lợn, thịt chó... rất ngon.

Ngoài việc làm rau thơm, cây húng quế còn được dùng trong thuốc Nam. Người ta tính được rằng trong thành phần hoá học của húng quế có 6% protein, methionine cùng các loại tinh dầu khác.

Trong cây húng quế có 0,4 - 0,8% tinh dầu có mùi thơm dễ chịu nên người ta có thể lấy cả cây húng quế nấu nước uống để chữa cảm cúm, nhức đầu, ngẹt mũi, đầy bụng, khó tiêu, chữa đau răng...

3. Kỹ thuật trồng húng quế.

a. Xử lý đất.

Húng quế cho thu hoạch cao ở những nơi đất nhiều mùn, tơi xốp, dễ thoát nước... Trồng húng phải đánh luống đất cao khoảng 20 cm. Đất trồng phải cày bừa kỹ, phơi ải để diệt mầm bệnh.

Đất trồng cần bón 15 - 20 tấn phân chuồng và 20 - 30 kg phân lân cho 1 ha.

b. Trồng húng quế.

* Gieo bằng hạt.

Trực tiếp gieo hạt trên mặt luống, sau khi cây mọc thì tỉa ăn dần... Phương pháp này áp dụng cho trường hợp trồng trên diện tích nhỏ.

* Gieo mạ để trồng.

Làm đất kỹ, lên luống, cào bằng, rải phân (bón lót phân chuồng, phân lân) có thể rải phân sâu để trừ kiến. Sau khi làm kỹ đất thì lấy 50 - 80 gam hạt/100m² trộn đều với tro bếp rồi vãi đều lên mặt luống. Vãi xong phải cào bằng để hạt lặn xuống mặt đất. Sau đó phủ rơm rạ hoặc trâu, tưới nước ẩm... Sau khi gieo nửa tháng hoặc 20 ngày cây con đã mọc cao hơn 10cm và có 5 - 6 lá thì có thể đem ra trồng ở ruộng riêng.

Trồng húng quế trên luống phải đảm bảo khoảng cách giữa các cây là 30cm. Sau khoảng 10 - 15 ngày có thể tưới đậm, bón phân với liều lượng 20kg phân chuồng, 5kg NPK cho 1000m² đất. Cứ chăm sóc như thế thì sau 1 tháng là có thể thu hoạch được.

4. Thu hoạch.

Mỗi tháng sau khi trồng người ta có thể cắt cành hoặc hái lá để bán. Sau khi cắt cành phải bón phân để cây ra cành mới. Khoảng nửa tháng sau là có thể thu hoạch đợt 2. Với cách chăm sóc và thu hoạch này, ta có thể thu được 500 - 600kg/1000m² đất trong mỗi đợt.

Đối với những cây trồng để lấy giống thì không nên cắt lá, cắt cành; cây trồng phải thừa; phân bón phải đầy đủ để cây ra hoa. Khi các chùm hoa đã bắt đầu khô thì cắt cây mang về. Sau đó đập lấy hạt, đem hạt ra phơi cho khô rồi để vào lọ kín và cất kỹ để trồng vụ sau. Hạt húng quế không để được lâu nên hạt vụ trước phải trồng ngay vào vụ sau. Nếu để lâu hạt sẽ mất sức nảy mầm.

III. HÚNG CHANH

1. Đặc điểm sinh học.

Húng chanh thuộc họ hoa môi, tên khoa học là *Colons armaticus Benth.*

Húng chanh là cây thân thảo, cao vừa tầm, có cây cao đến 75cm. Thân cây mọc thẳng, phần gốc có thể hoá gỗ. Lá cây màu xanh, bản rộng, lá dày, mọng nước. Lá mọc đối, cuống to, lá có nhiều gân, nhẵn nhéo. Kích thước lá tương đối lớn, có lá dài

6cm, rộng 5cm. Lá có lông mịn ở cả hai mặt để giúp lá cây bài tiết. Lá có mùi thơm giống mùi chanh nhưng hơi hắc.

Hoa húng chanh nhỏ, màu tím hồng, thường mọc thành cụm ở đầu cành. Hoa mọc thành vòng mỗi vòng khoảng 20 - 30 hoa. Quả húng chanh bé, tròn và có màu nâu.

2. Ứng dụng.

Húng chanh làm rau gia vị, ăn sống có mùi thơm. Trong tinh dầu của húng chanh có chất *cacvacrola* mang mùi thơm nhẹ. Húng chanh là một vị thuốc chữa ho, chữa cảm cúm. Người ta còn dùng lá húng chanh để chữa rết, bò cạp cắn. Khi bị các con vật cắn, người ta giã nát lá húng rồi đắp lên các vết thương thì sẽ làm giảm đau và chống nhiễm trùng. Lấy 5 - 7 lá nhai và nuốt cả nước lẫn bã thì có thể chữa được ho.

3. Kỹ thuật trồng húng chanh.

a. Làm đất.

Đất trồng húng chanh phải tơi xốp. Phân bón cũng phải đạt yêu cầu: 15 - 20 tấn phân chuồng hoai, 200 - 300kg lân cho 1ha đất.

b. Trồng húng

*** Trồng trên diện tích nhỏ**

Có thể dùng các bồn, chậu nhỏ bỏ vào đó đất mùn hoặc đất thịt. Bón thêm một ít phân chuồng hoặc phân lân rồi trộn đều tãi cả. Chuẩn bị xong đất thì cắt cành húng chanh đâm vào. Cần để ngập $\frac{2}{3}$ thân ở dưới đất và $\frac{1}{3}$ phần ngọn vươn lên , nước luôn giữ ẩm cho cây. Sau 3 - 5 ngày cây húng chanh sẽ phát triển bình thường.

*** Trồng ở ruộng.**

Làm đất kỹ, đánh luống rộng 1 - 1,2m. Trên luống rạch từng hàng cách nhau 0,4m. Lấy cành húng chanh dài 20 - 25cm đặt vào rãnh rồi lấp đất khoảng $\frac{2}{3}$ thân. Sau đó nén đất và tưới nước. Sau khi trồng hơn một tuần thì bón thúc bằng urê hoặc NPK. Tưới phân trực tiếp vào gốc để cây lớn nhanh. Chăm sóc như thế khoảng 15 - 20 ngày thì bón thêm 20 - 50kg phân NPK/1ha. Nếu được tưới nước, bón phân chu đáo thì cây sẽ phát triển rất nhanh, lá cây sẽ mỏng, dài, xanh đậm. Nếu lá ngả sang màu xanh non thì cần phải bón thêm phân.

4. Thu hoạch.

Chăm sóc húng chanh chu đáo thì sau 1 - 1,5 tháng là có thể thu hoạch được. Tùy vào yêu cầu sử dụng để quyết định cách thu hoạch. Nếu cần ít thì tỉa cành già để lại cành non, nếu cần nhiều thì cắt cả cây, chỉ chừa gốc dài khoảng 5cm để cây có thể tái sinh. Sau khi thu hoạch cần tưới nước, bón phân chu đáo để cây có thể phục hồi nhanh.

5. Một số công dụng của húng chanh.

* Lấy lá húng chanh (15 gam), lá bạc hà (5 gam), lá tía tô (8 gam), gừng tươi (3 lát) sắc cho bệnh nhân uống để chữa cảm lạnh, sốt.

Cũng để chữa bệnh này, người ta còn dùng kết hợp lá húng chanh (15 gam), lá húng quế (20 gam), lá chanh (8 gam), gừng tươi (3 lát). Các thứ này sắc với nước rồi cho uống trong một ngày.

Cây tía tô

1. Đặc điểm sinh học.

Tía tô thuộc họ Hoa môi, tên khoa học là *Perilla frutescens* (L.) Breint.

Tía tô thuộc loài thân bụi, thân hình vuông có lông tơ xung quanh. Cây tía tô cao khoảng 50 - 60 cm. Lá tía tô có hình trái tim, nhọn dần về đầu lá. Lá mọc đối nhau, mép lá có răng cưa. Lá tía tô có màu tím, có khi pha màu xanh lục. Cuống lá tròn, dài, ở nách cuống nhú ra các mầm lá mới. Hoa tía tô có màu trắng hoặc tím nhạt, mọc theo chùm ở đầu cành hoặc kẽ lá. Nếu để già, hạt tía tô sẽ cho quả hình cầu màu vân nhạt.

2. Ứng dụng.

Tía tô được dùng phổ biến trong các món ăn. Tía tô có thể làm rau sống, ăn với bún bò Huế, nấu với cà, ăn cùng với thịt, cá vừa ngon vừa sạch miệng.

Không chỉ là một vị rau, tía tô còn là một vị thuốc Nam thông dụng. Cây tía tô có chứa 0,5% tinh dầu. Tinh dầu tía tô có chứa prilla-audehide

$C_{10}H_{14}O$ (chiếm 55%), limonen (20 - 30%). Hạt tía tô chứa 45 - 50% chất dầu màu vàng, mùi thơm.

Lá tía tô có các tác dụng làm ra mồ hôi, chữa ho, giúp tiêu hoá, giảm đau, giải độc. Nó còn chữa được ngộ độc, nôn mửa, đau bụng do ăn hải sản. Quả tía tô có tác dụng chữa ho tiêu đờm, trị hen suyễn... Khi bị cảm, lấy lá tía tô nấu với sả, lá tre, lá bưởi để xông thì có thể lành bệnh. Tía tô dùng làm thuốc có các tên sau:

- Tử tô tử: là quả chín của cây tía tô phơi khô.
- Tử tô: cành non và lá cây tía tô phơi, sấy khô.
- Tử tô điệp: lá cây phơi khô hoặc sấy khô.
- Tử ngạnh: cành tía tô (non hoặc già) sấy, phơi khô.

3. Kỹ thuật trồng tía tô.

a. Xử lý đất.

Tía tô hợp với những loại đất có nhiều mùn, đất thoát nước tốt. Người ta hay trồng ở những nơi cao ráo. Đất trồng phải được cày bừa kỹ, phơi ải để diệt các loại sâu bệnh ký sinh. Sau khi làm đất thì đánh luống để trồng tía tô.

b. Trồng tía tô.

Người ta thường trồng tía tô bằng hạt, lượng hạt cần cho $1000m^2$ là 150 - 250gam. Người ta

trồng bằng hạt và cũng có thể trồng bằng mạ tía tô. Để gieo thẳng tía tô, cần khoảng 50 - 60 gam hạt cho 1000 m² đất. Tùy theo lượng hạt để quyết định mật độ thưa, dày. Tuy nhiên, nếu để thưa quá thì cỏ sẽ mọc nhiều. Người ta hay dùng phương pháp này để trồng ở ở diện tích nhỏ.

Nếu trồng bằng cây, người ta phải tiến hành gieo mạ. Sau khi chuẩn bị luống, người ta lấy hạt tía tô trộn đều với tro bếp rồi gieo đều lên luống, sau đó cào đất cho hạt chùn xuống. Lấy rơm rạ phủ lên mặt luống rồi tưới nước cho ẩm đất để thúc cây nảy mầm nhanh. Đợi khoảng gần 1 tháng, sau khi tía tô mọc 5 - 6 lá thì đem ra trồng vào luống khác.

c. Bón phân.

Bón phân chủ yếu để thúc cây ra lá. Trước khi đánh luống, người ta thường bón 15 - 20 tấn phân chuồng/1 ha. Nếu muốn cây nhanh tốt thì tăng thêm lượng phân. Sau khi cây mọc khoảng nửa tháng, hòa phân đạm (500 - 1000 gam/1000m²) rồi tưới cho cây. Ở một số nơi người ta hòa nước tiểu với nước lã (tỉ lệ 1/10) rồi tưới.

Nếu lấy cây để làm thuốc người ta bón 300 - 400kg phân lân cho 1ha, sau khi cây khoảng 10

ngày thì hòa bánh dầu để tưới. Tưới đậm và bánh dầu sẽ thúc cây ra hoa nhanh, nhiều.

d. Chăm sóc.

Cây tía tô sống khoẻ nên ít sâu bệnh, tuy nhiên lúc còn non cây có thể bị bệnh thối gốc, héo lá. Để trị các loại sâu này không nên phun thuốc mà chỉ nên tìm giết sâu, tìm cây bị bệnh nhổ bỏ hoặc cắt lá bị bệnh để vứt đi. Với những cây trưởng thành bị sâu cuốn lá, ăn lá thì nên tìm diệt tận nơi, cắt lá diệt sâu.

Làm cỏ, xới đất cho tía tô cũng cần quan tâm. Đất tơi xốp làm cho cây nhanh phát triển, cho năng suất cao.

4. Thu hoạch.

Người ta thu hoạch tía tô tùy vào mục đích sử dụng.

*** Thu hoạch để làm rau.**

Nếu mật độ dày ta có thể nhổ cả cây bó thành bó để đem dùng hoặc bán, còn mật độ thưa thì tỉa cành để thu hoạch. Sau khi tỉa cành thì phải tưới nước, tưới phân cho cây phục hồi. Lần thu hoạch đầu tiên khoảng 25 - 30 ngày sau khi trồng. Khi tỉa

thì cắt ngang cành cách mặt đất 10cm (chừa lại 2 - 3 tầng lá để cây mọc lại). Mỗi đợt cắt thu được khoảng 500 - 600 kg lá/1000m² (5 - 6 tấn/1ha). Với phương pháp này có thể thu hoạch nhiều lần.

*** Thu hoạch làm thuốc.**

Người ta dùng tia tồ làm thuốc khi cây đã có hoa, có hạt. Cây tia tồ được nhổ về phơi khô, sau đó cắt riêng lá, quả còn cây thì rửa sạch đất, phơi khô bó lại rồi cắt làm thuốc. Nếu để làm thuốc thì nên trồng thưa (25 - 30 cm).

*** Thu hoạch hạt giống.**

Cây lấy giống phải chăm sóc để thành phẩm toàn diện. Trồng cây với mật độ thưa (30 - 35cm). Không nên hái lá cắt cành. Cây giống sẽ cho hạt vào mùa thu. Khi hạt già thì đưa về phơi khô lấy hạt cắt riêng để làm giống. Còn cây thì để làm thuốc. Hạt giống cần phải phơi khô, cho vào lọ cùng với tro bếp rồi đậy kín dùng cho mùa sau.

Cây rau mùi

1. Đặc điểm sinh học.

Mùi ta thuộc họ hoa tán, tên khoa học là *Coriandrum sativum* (L). Nó còn có tên khác là ngổ thơm, nguyên tuy ngú...

Rau mùi thuộc giống thân thảo, lá mềm. Lá cây mọc thẳng từ gốc bằng một cuống dài. Cuống hình ống, rỗng ruột, dài khoảng 10 - 15cm tùy theo đất trồng và sự chăm sóc. Lá mùi màu xanh, hơi tròn, mép có lõm vào như hình cánh hoa. Mỗi cây mùi thường có 5 - 6 lá. Mùi có mùi thơm dễ chịu. Khi cây phát triển, chính giữa thân cây sẽ mọc ra cuống hoa, mỗi cây cho khoảng 3 - 4 hoa. Hoa mùi già sẽ sinh quả. Quả mùi khi chín có màu vàng, nhỏ nhưng cứng. Bên trong quả có các nhân màu trắng.

2. Ứng dụng.

Mùi là cây gia vị phổ biến, nhân dân ta có thể dùng rau mùi để ăn sống hay cho vào nồi canh, nồi cháo để tăng thêm vị thơm cho các món ăn.

Cây mùi ít có tác dụng chữa bệnh nhưng hạt mùi lại có thể chữa được một số bệnh như: ho, sốt, cảm hàn, nhức đầu, sỏi trẻ con. (Chữa sỏi cho trẻ người ta giã hạt mùi rồi tắm rượu xoa lên da).

Hạt mùi chứa 0,6 - 1% tinh dầu, 13 - 20% chất béo, 16 - 18% chất đạm nên được dùng trong việc sản xuất hương liệu, làm gia vị chế biến rượu mùi, làm xà phòng...

3. Kỹ thuật trồng rau mùi.

Mùi là loại cây phổ biến nên được trồng ở nhiều nơi. Mùa đông rau mùi tốt nhất bắt đầu từ khoảng tháng 10 đến tháng 1 năm sau.

a. Yêu cầu đất.

Mùi cần loại đất nhỏ, tơi xốp, không bị úng nước, nhiều mùi. Thông thường, trồng mùi phải lên luống cao 20 - 30cm, rộng 1,2 - 1,5m.

Để cây có điều kiện phát triển nhanh, trước khi gieo hạt người ta phải bón phân kỹ. Một héc ta đất cần 12 - 15 tấn phân chuồng hoai. Còn lượng phân bón cho cây sau khi lớn thì tùy vào mục đích và thời gian sinh trưởng của cây.

b. Gieo hạt.

Mùi được trồng bằng hạt, 1m² cần 1 - 1,2 gam hạt. Trước khi gieo hạt nên ngâm khoảng 1 ngày để hạt hút nước. Sau đó vớt ra trộn với tro bếp rồi

gieo. Trước đó nên rải thuốc Falisan trừ kiến, mối. Gieo xong thì dùng cào để dàn đều hạt. Sau đó, phủ rơm rạ và tưới nước cho đủ ẩm để cây có thể mọc nhanh.

c. Chăm sóc.

Gieo hạt, chăm sóc chu đáo thì sau khoảng một tuần hoặc 10 ngày cây sẽ mọc. Sau khi cây mọc lên pha 500 gam urê, 500 gam super lân với nước để tưới một lần, nồng độ phân tăng dần theo các lần tưới để cây có thể hấp thụ tốt. Để tránh độc, trước khi thu hoạch 15 ngày nên ngừng tưới phân mà chỉ tưới nước là để cho mùi vẫn phát triển bình thường.

Mùi là cây mọc khoẻ, cây con có thể mọc xuyên qua lớp rơm rạ mục nhưng nếu lớp rơm rạ quá dày thì phải gạt bớt ra cho thoáng. Sau khi cây mùi mọc các loại cỏ sẽ bị lấn át, nếu phát hiện thấy cỏ thì phải nhổ đi. Nếu mùi lên dày quá thì có thể tỉa bớt ăn dần. Để giúp cây phát triển thân lá, cần phải tưới đủ nước đủ phân.

4. Thu hoạch rau mùi.

Khoảng 1 tháng sau khi gieo, cây mùi có thể cho thu hoạch. Năng suất thu hoạch bình quân khoảng 8 – 10 tấn/1ha. Người ta có thể thu hoạch

để bán lẻ bằng cách nhổ tua rồi bó thành bó đem bán, cứ nhỏ như thế cho đến hết. Nếu gặp những người mua buôn người ta có thể bán theo luống để giải phóng đất cho việc trồng các cây khác hoặc trồng vụ mùa khác.

*** Để giống.**

Người ta trồng mùi bằng hạt, vì vậy việc chăm sóc cây để lấy hạt phải được chú ý. Khi mùi thu hoạch được, người ta để lại những cây tốt, khoẻ, lá nhiều. Bón thêm phân đạm, lân, kali cho đến khi mùi ra hoa thì ngừng bón. Sau khoảng 3 tháng, lá mùi ngả màu vàng, hạt mùi khô, chắc lại thì có thể thu hoạch được. Người ta thu hoạch vào khoảng tháng 3 dương lịch. Mỗi lúc ta có thể thu được 600 - 800kg hạt. Khi thu hoạch, người ta đem phơi cả cành lá cho khô rồi đập lấy hạt. Để hạt nguội rồi cho vào lọ kín, đậy lại. Nếu những bình rộng miệng thì có thể đậy phía trên một ít lá chuối khô hoặc lá xoan, vừa có thể giữ ẩm vừa có tác dụng chống lại các loại sâu bệnh.

Những người trồng mùi thường căn cứ vào diện tích của ruộng mình để quyết định số lượng giống cho vụ sau. Hạt mùi để gieo ngay vào vụ sau là tốt nhất.

Cây ngò gai

1. Đặc tính sinh học.

Ngò gai thuộc họ Hoa tán, tên khoa học là *Eryngium foetidum* (L). Nó còn có một số tên khác ngò tàu, mùi tàu...

Ngò gai thuộc cây thân thảo, lá ngò gai rộng, xanh đậm. Lá cây có răng cưa ở mép, có xu hướng rộng dần về phía ngọn lá, cuống lá mọc trực tiếp từ gốc cây. Cây ngò gai khi phát triển cao thì phân làm nhiều tầng lá tách hẳn nhau. Mỗi cây mọc lên một ống thẳng đứng và các tán lá mọc ra xung quanh ống, mỗi tán cách nhau 7 - 10cm. Các tán dưới lá to hơn các tán trên, các lá ở trên chia răng cưa sâu hơn tán dưới. Mỗi cây cao trung bình khoảng 15 - 40cm, có cây cao 50cm. Hoa của cây ngò gai mọc từ trục thân, từ đó phân làm nhiều nhánh, mỗi nhánh có nhiều hoa. Hoa ngò gai hình bầu dục hay hình trụ. Quả ngò gai hình cầu, hơi dẹt, đường kính khoảng 2mm. Trong quả có các hạt, hạt ngò gai được dùng để làm giống.

2. Ứng dụng.

Người ta trồng ngò gai chủ yếu làm rau gia vị. Ngò gai có mùi thơm dễ chịu nên được dùng để ăn sống hoặc nêm vào cháo, canh, các món xúp. Ngò gai nêm vào thức ăn sẽ tạo mùi thơm dịu, tạo sự ngon miệng.

3. Kỹ thuật trồng ngò.

a. Xử lý đất.

Ngò gai là cây ưa ẩm, ưa nước nên thích hợp với đất quanh bề nước hay những chỗ có nước chảy qua. Ngò gai dễ thích nghi nhưng nếu để cho cây có năng suất cao thì phải chọn những đất nhiều mùn, nhiều chất dinh dưỡng. Nếu trồng cho gia đình dùng thì không cần nhiều đất. Nếu trồng để bán thì phải làm đất ở chỗ rộng rãi. Người ta thường đánh luống cao 20cm, rộng khoảng 1,2 - 1,5 m. Luống phải được dàn phẳng để sẵn sàng gieo hạt.

b. Gieo hạt.

Trồng ngò gai chủ yếu bằng hạt. Hạt ngò gai dễ mọc nên có thể gieo thẳng vào luống. Thông thường để gieo cho 10 m² đất thì cần khoảng 30 -

50 gam hạt. Người ta có thể gieo dày hơn tùy vào mục tiêu sử dụng.

Sau khi gieo xong hạt thì phải phủ rơm rạ lên mặt luống (có thể thay bằng lá cây, lá chuối hoặc trấu). Muốn cho hạt nảy mầm nhanh thì phải giữ đủ ẩm, phải tưới nước đầy đủ. Nếu điều kiện thời tiết thuận lợi thì sau 1 tuần hoặc 10 ngày hạt sẽ nảy mầm. Khi cây bắt đầu nhú mầm thì nên bỏ lớp che phủ để cây có thể nhận nhiều ánh sáng hơn. Cây ngò gai bắt đầu mọc sẽ phát triển chậm và cần nhiều ánh sáng.

c. Chăm sóc.

Ngò gai dễ sống, ít sâu bệnh nên việc chăm sóc chủ yếu là tưới nước và bón phân. Ngò gai mọc dày có thể ngăn chặn cỏ dại.

Cây ngò gai cần nhiều lần, đạm nên khi bón lót nên chú ý nhiều. Sau mỗi đợt tỉa lá thì hòa 50 gam urê, 0,1kg lân tưới đều trên diện tích 10m². Quan sát thấy lá ngò nơi có màu vàng, lá bị quăn thì phải bón thêm đạm.

4. Thu hoạch.

Trồng khoảng 2 tháng thì có thể tỉa ăn dần. Sau khoảng 4 tháng thì có thể thu hoạch đại trà. Người

ta thường ăn ngò gai lúc còn xanh nên có thể dùng phương pháp nhỏ tĩa để ăn dần.

Cây ngò gai trồng bằng hạt nên việc để cây giống khá quan trọng. Sau khi tĩa bán, chừa lại những cây to khoẻ để làm cây giống. Tưới đủ phân, đủ nước và vun gốc cẩn thận cho cây. Cây ngò gai ra hoa, kết trái, đến khi lá cây bắt đầu khô thì cắt ngang cây đem về nhà, phơi khô rồi đập hạt rơi ra. Phơi khô hạt bỏ vào lọ để trồng cho vụ sau.

Cây mùi tây

1. Đặc điểm sinh học.

Cây mùi tây thuộc họ Hoa tán, tên khoa học là *Petroselinum sativum Hoff.*

Mùi tây là cây thân thảo, mọc khoẻ, có nguồn gốc từ các xứ lạnh và được trồng ở những vùng có khí hậu mát.

Cây mùi tây khá cao, có cây cao đến 80cm. Rễ cây khoẻ, mọc sâu dưới đất để hút chất, phía thân trên mặt đất cũng có những rễ phụ. Lá cây màu xanh, có cuống dài, các lá mọc lên từ một nhánh cây như lá xoan. Lá cây có xẻ thùy từng khía, mép có răng cưa. Hoa mùi tây mọc từ đầu cuống hoa, hoa có nhiều bông, mỗi bông có 5 cánh, giữa các cánh có các hạt ở đầu. Hoa màu vàng nhạt, tập hợp lại thành tán kép. Hoa về già sẽ cho quả, quả mùi tây hình cầu dùng để làm giống.

2. Ứng dụng.

Mùi tây có mùi dễ chịu, nên được dùng làm gia vị cho việc xào thịt bò, nấu với cá, trộn với rau chua... Lá mùi tây cung cấp nhiều vitamin A.

Trong mùi tây có chất Apiozit có thể làm lợi tiểu, điều kinh. Để chữa bệnh người ta thường lấy quả, rễ, lá làm thuốc. Cây mùi tây già nhỏ còn đắp lên vết thương để chữa giảm đau, giảm sưng.

3. Kỹ thuật trồng mùi tây.

a. Làm đất.

Mùi tây là cây lấy lá nên cần những loại đất có nhiều chất dinh dưỡng. Đất phải có độ tơi xốp cao, nhiều mùn. Trồng mùi tây cũng phải đánh luống cao 20 - 30cm, rộng khoảng 1,2 - 1,5m. Phải xẻ rãnh giữa các luống để dễ thoát nước cho cây.

Đất trồng phải bón lót phân chuồng mục trước khi trồng. Cần 1,2 - 1,5 tấn phân chuồng hoai cho 1000m² đất và khoảng 5kg phân lân, 2kg kali. Trộn đều các thứ lại rồi bón vào đất sau đó trồng cây vào.

b. Trồng mùi tây.

Mùi tây hợp với khí hậu lạnh nên thường được trồng vào lúc thời tiết lạnh. Người ta trồng cây

bằng cách gieo trực tiếp lên mặt luống. Trộn kỹ hạt với tro bếp rồi rải đều lên luống đã được xử lý. Sau khi gieo nên phủ trấu hoặc rơm rạ để giữ ẩm và tưới nước để hạt hút đủ nước để nảy mầm. Chăm sóc tốt thì khoảng 7 ngày hạt sẽ nảy mầm.

Sau khoảng 15 ngày, mùi tây mọc cao 12 cm thì dùng urê, bánh dầu để tưới. Lúc đầu nên pha loãng, sau đó tăng dần nồng độ phân. Cứ khoảng 1 tuần tưới một lần. Lưu ý rằng trước khi thu hoạch nửa tháng thì ngừng tưới phân nhưng vẫn tiếp tục tưới nước để cây phát triển bình thường.

4. Thu hoạch và để giống.

Người ta dùng mùi tây để ăn lá vì vậy nên thu hoạch vào những lúc lá còn xanh. Nếu lá quá già sẽ có nhiều xơ và mất chất. Để ăn dần người ta tỉa cây to ăn trước. Nếu để bán đại trà thì có thể nhổ cả luống.

Mùi tây để giống bằng quả nên cây giống phải là cây to khỏe, phát triển tốt, không có sâu bệnh. Người ta thường tỉa những cây nhỏ ăn dần rồi chừa lại cây giống. Sau khi chọn cây phải bón phân đầy đủ. (Hoà 1,5 - 2kg lân để tưới cho 100m²). Sau một

thời gian cây sẽ mọc cuống, phân nhánh và ra hoa, kết trái.

Quan sát cây giống, nếu thấy đầu bông đã bắt đầu khô, lá phủ ngoài đã héo lại thì có thể cắt cây đem về. Sau khi phơi khô thì đập lấy hạt, làm sạch, phơi lại cho khô rồi bỏ vào trong chai lọ để dễ bảo quản. Đến mùa sau thì đem ra trồng.

Cây diếp cá

1. Đặc điểm sinh học.

Diếp cá thuộc họ lá giấp, tên khoa học là *Houttuynia cokdata thumb.*

Diếp cá là cây thân cỏ, mọc bò dưới đất. Có những cây cao 40 cm. Lá diếp cá có nhiều màu, mặt trên màu xanh, mặt dưới màu lục, có cây lại là màu tía... Lá cây hình trái tim, nhọn về đầu lá, cuống lá mọc so le. Lá có mùi hơi tanh của cá nên thường gọi là diếp cá. Thân cây hình tròn, có ít lông tơ, rễ cây phát triển mạnh, ở mỗi mắt lá đều có thể mọc rễ nên cây có xu hướng bò ngang. Hoa diếp cá nhỏ, màu vàng nhạt, hình loa. Quả diếp cá nở ở đỉnh cây có hạt hình trái xoan. Cây diếp cá thích nơi ẩm ướt, chịu ẩm và chịu hạn tốt...

2. Ứng dụng.

Diếp cá được ứng dụng rộng rãi trong cuộc sống. Diếp cá dùng để ăn sống. Diếp cá có vị chua, tính mát... có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, lợi tiểu, sát trùng, chống viêm loét, chữa táo bón...

Trong lá diếp cá có tinh dầu và chất ancaloit có tác dụng kháng sinh. Hái lá diếp cá già nhỏ cùng vài hạt muối rồi đắp lên trán để chữa nhức đầu, đem đắp lên vết thương có mủ sẽ làm mất mủ,, trị đi đồng ra máu...

Diếp cá còn có thể chữa được bệnh viêm tai, chữa kinh nguyệt không đều, chữa viêm đường tiết niệu, chữa viêm thận, phù thũng. Nhai một ít lá diếp cá với muối có thể chữa ho, chữa viêm họng...

3. Kỹ thuật trồng diếp cá.

a. Xử lý đất.

Diếp cá là loại cây ưa ẩm ướt lại có thể chịu nhiệt độ cao nên chúng không kén đất. Tuy nhiên muốn cho cây phát triển tốt thì cũng nên lựa chọn những loại đất phù hợp. Tốt nhất là nên chọn những loại đất nhiều mùn, nhiều chất dinh dưỡng.

Đất trồng phải được cày bừa kỹ, làm sạch cỏ. Sau khi làm sạch thì đánh luống cao khoảng 15 cm, rộng 1 - 1,2m (đánh luống để dễ làm cỏ và chăm sóc). Đất trồng diếp cá cũng phải bón khá nhiều phân, bình thường người ta bón 20 - 30 tấn phân chuồng hoai, 100 - 150kg lân, 30 kg NPK

cho 1 ha đất. Sau khi làm đất thì có thể đem cây trồng vào.

b. Trồng diếp cá.

Diếp cá có thể mọc bằng cành nên người ta thường trồng bằng cách cắt cành để giâm. Cắt ngang thân hoặc nhỏ cả bụi diếp cá đem ra ruộng và để trồng. Khoảng cách hợp lý giữa các cây là khoảng 30 - 50cm. Sau khi trồng thì tưới nước để tạo độ ẩm cho đất, giúp cây sớm ra rễ mới.

Trồng khoảng một tuần hoặc 10 ngày thì cây sẽ ra rễ mới và phát triển bình thường. Lúc đó có thể tưới nước hoặc tưới phân để giúp cây lớn nhanh. Lượng phân cho diếp cá không hạn chế, tuy nhiên khi tưới phân không nên tưới thẳng lên lá khi chúng còn non hoặc khi cây mới trồng.

4. Thu hoạch.

Diếp cá phát triển chậm nhưng sau khoảng 1 - 1,5 tháng thì đã có thể thu hoạch. Thời gian và khối lượng diếp cá thu được tùy thuộc vào mức độ chăm sóc. Nếu đất tốt và chăm sóc chu đáo thì có thể thu được 15 - 20 tấn lá tươi trong diện tích 1ha.

Diếp cá trồng phổ biến và có năng suất ổn định vì cây dễ sống, ít bị sâu bệnh. Nhiều người trồng

diếp cá trên diện rộng để bán và thu được lợi nhuận khá.

5. Một số bài thuốc từ diếp cá.

- Chữa viêm tuyến vú:

Lá diếp cá tươi (30 gam), lá cải trời (20 gam). Cả 2 thứ trộn đều giã nhỏ lọc lấy nước (lọc bằng nước sôi) khoảng 1 bát uống trong 1 ngày. Uống liên tục trong 5 ngày.

- Chữa kinh nguyệt không đều:

Lấy 40 gam cây diếp cá, 30 gam ngải cứu rửa sạch giã nhỏ lấy 1 bát nước để uống trong 5 ngày.

Cây lá lốt

1. Đặc điểm sinh học.

Lá lốt thuộc họ Hồ tiêu, tên khoa học là *Piper lolt (C)De.*

Lá lốt là cây thân thảo, sống lâu năm, dễ sống. Lá cây màu xanh đậm, mặt lá bóng, hình lá giống quả tim nhọn về phía đầu lá. Lá lốt thuộc loại lá đơn, mọc so le, lá có 5 gân dính toả ra từ cuống lá, bẹ cuống ôm lấy thân cây. Cây lá lốt có thể mọc cao nhưng vẫn thường có xu hướng mọc ngang. Rễ cây ăn nông trên mặt đất, ở mỗi mắt cuống đều có các rễ phụ. Nếu đoạn thân đó chạm mặt đất thì những rễ đó sẽ phát triển nhanh và ăn sâu vào đất. Hoa lá lốt mọc lên từ kẽ lá, hoa không có cánh mà là một trục tròn nhỏ, xung quanh hoa có các hạt phấn nhỏ. Cây lá lốt có quả, quả mọng chứa một hạt.

2. Ứng dụng.

Lá lốt có thể là rau ăn cũng có thể là rau gia vị. Lá lốt xào với thịt bò, dùng để cuốn chả, nấu với cá, ốc hoặc các thức ăn có chất tanh và lá lốt có thể nấu canh với chuối, cà...

Bên cạnh việc dùng cho các món ăn, lá lốt có thể dùng trong thuốc Nam. Sắc nước lá lốt để uống có thể chữa được các bệnh như: đau xương, thấp khớp, đổ mồ hôi tay, chữa đi ngoài lỏng. Ngâm chân trong nước lá lốt có thể chữa chứng đổ mồ hôi chân.

3. Kỹ thuật trồng lá lốt.

a. Làm đất.

Lá lốt là cây sống trên nhiều loại đất, lá lốt cần chất dinh dưỡng. Ở những nơi đất nhiều phân cây sẽ mọc rất nhanh. Vì vậy muốn trồng lá lốt có năng suất cao thì việc làm đất bón phân phải rất chu đáo.

Bón phân cho đất trồng cần nhiều phân chuồng và bùn nỏn. Nếu thiếu bùn và phân chuồng có thể bón thêm 350 - 500kg lân, 100 - 150kg urê cho 1 ha đất.

Sau khi bón phân thì đánh luống rộng 1,2 - 1,5m, rồi mới trồng cây.

b. Trồng cây.

Sau khi xử lý đất thì bắt đầu trồng lá lốt. Người ta thường trồng lá lốt bằng cách giâm cành. Cắt các đoạn lá lốt dài 20 - 50 cm đem giâm vào đất (ngập 2/3 thân cây). Để dễ chăm sóc, người ta thường giâm theo hàng. Sau khi giâm xong thì tưới

nước cho đủ ẩm để cây có thể ra rễ nhanh. Muốn cho cây phát triển nhanh thì phải thường xuyên tưới nước, tưới phân. Nếu đất chưa đủ phân thì trong quá trình chăm sóc phải bón thêm.

4. Thu hoạch .

Trồng cây lá lốt khoảng 1 tháng thì có thể thu hoạch. Người ta cũng có thể ăn khi lá còn non. Thu hoạch lá lốt thường dùng cách cắt cành. Nếu nhu cầu sử dụng ít thì có thể cắt từng lá còn nếu để bán rộng rãi thì cả cây. Khi cắt nhớ chừa lại 10cm sát gốc để cây có thể tái sinh. Sau khi cắt nên bón phân để cây đủ sức mọc lại. Người ta thường dùng phân chuồng hoai, nước tiểu, đạm, lân, bauxit... để bón cho lá lốt.

Tốc độ tái sinh của lá lốt khá nhanh, 15 ngày sau khi cắt cây sẽ phát triển như ban đầu và có thể thu hoạch tiếp đợt 2. Cho phân càng nhiều thì cây càng nhanh lớn và cho năng suất cao.

Nếu dùng lá lốt để làm thuốc thì có thể lấy cả cây rửa sạch phơi khô để dùng.

Lá lốt sống khỏe, dễ trồng nên có thể sống liên tục trong nhiều mùa. Chỉ cần bón phân đầy đủ là có thể có lá lốt ăn quanh năm.

Cây rau ngổ

1. Đặc điểm sinh học.

Rau ngổ thuộc họ Cúc, tên khoa học là *Euhadra flutuans* Lour. Nó còn có các tên khác như ngổ trâu, ngổ thơm...

Ngổ thuộc loại thân thảo. Ngổ thường mọc ở vùng đất nhiều nước, nhiều bùn. Thân rau ngổ mềm, chứa nhiều nước. Thân cây màu xanh lục, hình ống có nhiều mắt. Cây ngổ mọc khá cao, phân cành nhiều. Lá mọc đối quanh thân, mép lá có răng cưa, dài 4 - 5cm, rộng 0,6 - 1cm, lá không có cuống mà mọc trực tiếp từ thân. Hoa rau ngổ mọc ở kẽ lá thành cụm hoa. Hoa màu trắng, lưỡng tính. Những hoa ở ngoài là hoa cái, hoa phía trong là hoa lưỡng tính. Hoa lưỡng tính có nhị hoa, có bao phấn, bầu hoa hình trụ.

Ngổ là cây dễ sống, ở các mắt lá đều có rễ phụ có khả năng phát triển mạnh bám vào đất để hút chất dinh dưỡng.

2. Ứng dụng.

Rau ngổ có vị đắng, tính mát, mùi thơm nên được dùng làm rau gia vị phổ biến. Nó được dùng khi ăn bún, phở, thịt chó, lòng lợn...

Trong rau ngổ có 1,2% gluxit, 2,1% protit, 2,1 xenlulo, 98% nước và một số vitamin B, vitamin C... Vì vậy nó có tác dụng chữa một số bệnh như ăn không tiêu, đầy bụng, thổ huyết, băng huyết, chữa bệnh gan, mật, thần kinh.

3. Kỹ thuật trồng ngổ.

a. Xử lý đất.

Rau ngổ thích sống ở những nơi nhiều nước nên thích hợp các vùng ruộng lầy, ao hồ. Vì vậy, làm đất trồng rau ngổ cần bùn, nhiều chất hữu cơ và phải đảm bảo đủ nước.

Đất trồng phải được cày bừa kỹ, sục bùn, làm sạch cỏ, bón phân đầy đủ. Một héc ta bón thêm 15 - 20 tấn phân chuồng hoai, 200 - 300kg lân, 400 - 500kg tro bếp. Đất trồng cũng phải đánh luống cao 15cm, ruộng 1,2 - 1,4m. Sau khi làm đất kỹ thì mới đưa rau ngổ trồng xuống.

b. Trồng ngổ.

Rau ngổ dễ sống, rễ phát triển tốt nên người ta thường trồng rau ngổ bằng phương pháp vô tính. Phương pháp này vừa nhanh vừa tiện lợi lại dễ trồng mặc dù cây ngổ vẫn có hoa, có hạt. Trồng ngổ bằng cách giâm cành người thường cắt các ngọn rau ngổ với độ dài 20 - 25cm rồi đem cây vào luống đất đã làm sẵn. Sau khi cấy nên tưới nước lên mặt luống cho ngập nước để cho rau ngổ dễ bén rễ. Nếu đủ nước cây sẽ phát triển rất nhanh, lá xanh, cành khỏe, thân mập và cho năng suất cao. Nếu thiếu nước cây sẽ khô lại, sinh trưởng chậm và cho năng suất thấp. Vì vậy, người nông dân trồng ngổ cần phải đủ nước để cây phát triển nhanh.

c. Chăm sóc.

Sau khi trồng khoảng 1 tuần đến 10 ngày rau ngổ sẽ đâm chồi, mọc lá. Lúc này cần phải l ớn thêm đạm, nước tiểu để thúc cây mọc nhanh. Sau những ngày mưa nên bón cho ruộng một ít tro bếp vì rau ngổ rất cần kali.

4. Thu hoạch.

Chăm sóc đúng phương pháp thì sau khoảng 1 tháng là có thể thu hoạch được. Nếu sử dụng ít thì có thể cắt cách cành lớn chữa lại cành bé. Nếu cần

bán đại trà thì lấy dao cắt ngang gốc. Chừa lại khoảng 4 - 6 cm để cây có thể đâm cành mới. Sau đó bón thêm tro bếp, phân chuồng, phân đạm. Sau khoảng 1 tuần lại bón một lần. Trước khi thu hoạch khoảng 10 ngày không nên bón phân để tránh các vi khuẩn gây bệnh đường ruột. Chăm sóc sau khoảng 3 tuần thì thu hoạch đợt 2. Cứ thu hoạch như thế cho đến khi giảm đi 30 - 40% năng suất lúa trước thì có thể nhổ bỏ cây để trồng cây khác hoặc chờ 15 ngày để trồng vụ khác.

Cây rau răm

1. Đặc điểm sinh học.

Rau răm thuộc họ rau răm, tên khoa học là *Polygonum odoratum* Lour.

Rau răm thuộc loại thân cỏ, mọc lan dưới đất. Thân nhiều rễ, rễ phụ ở các mắt lá rất phát triển. Lá rau răm hình thoi, mọc so le, lá màu xanh nhạt có chỗ phơn phớt tím. Hoa rau răm mọc thành bông hoa đơn, quả nhỏ có 3 cạnh.

Rau răm dễ thích nghi với nhiều môi trường sống. Nó có thể sống ở cạn hoặc ở chỗ ngập nước. Cây có khả năng sống dai trong khí hậu khắc nghiệt.

2. Ứng dụng.

Công dụng chủ yếu của rau răm là làm gia vị. Rau răm ăn với trứng vịt lộn, ăn với cháo cá, cá, cháo thịt, gà, trộn nộm... Trong rau răm có tinh dầu chứa mùi thơm dễ chịu.

Rau răm có tác dụng kích thích tiêu hóa chữa kém ăn, chữa rấn cắn. Nó còn có tác dụng giảm hưng phấn tình dục quá độ. Ngoài ra rau răm còn

có thể làm thuốc thông tiểu, chữa cảm sốt... Người bị bệnh ngoài da như hắc lào... có thể lấy rau răm giã nhỏ với rượu rồi bôi trực tiếp lên vết thương. Nếu chữa rắn cắn người ta lấy 20 ngọn răm giã nát vắt lấy nước để uống. Sau khoảng 3 tiếng sẽ hết sưng tấy.

3. Kỹ thuật trồng rau răm.

a. Xử lý đất.

Rau răm thích nghi tốt với nhiều loại đất. Tuy nhiên để thu hoạch năng suất cao thì phải chọn những loại đất thấp, có nhiều bùn, nhiều chất hữu cơ. Đất có thể có một ít nước trên mặt nhưng không nên quá nhiều. Khi làm đất phải cày xới, làm sạch cỏ, trộn đều phân. Người ta bón 20 - 25 tấn phân chuồng hoại, 300 - 400 kg lân cho 1 ha.

b. Trồng rau răm.

Cũng như ngổ, rau răm rất dễ sống vì nó có rất nhiều rễ. Người ta thường cắt ngang cây rồi đem trồng. Đoạn cây dài khoảng 15 cm, có khoảng 5 - 6 mắt. Khi trồng cây thì lấp đất ngập 2/3 thân lá là được. Khoảng cách giữa các cây khoảng 10 - 15 cm. Sau khi trồng, nhớ tưới nước cho đủ ẩm để cây ra rễ sớm. Nếu rau răm chưa kịp trồng cũng có thể cắt ở chỗ răm mát rồi đem trồng ở một vài ngày sau. Trong thời gian chờ đợi, rau răm sẽ ra rễ phụ nên đến khi trồng sẽ rất tiện lợi.

c. Chăm sóc.

Rau răm dễ sống nên việc chăm sóc không tốn nhiều công sức. Sau khi trồng khoảng 1 tuần thì có thể tưới một đợt phân loãng. Ở miền Bắc, người ta thường dùng nước tiểu, nước rửa chuồng lợn... Cũng có thể dùng 500 gam urê tưới cho 100 m² đất. Vào những lúc có sương nên bón kali hoặc tro bếp cho cây. Lượng phân bón cho 100m² đất là: 2 - 3kg super lân, 1kg khoảng nửa tháng. Chăm sóc đúng mức độ, đến khi lá tốt, cành đâm ra nhiều thì có thể thu hoạch được.

4. Thu hoạch.

Cũng như việc thu hoạch của các rau gia vị khác, nếu sử dụng ít thì có thể dùng phương pháp tỉa cành. Người ta chọn những cành to cắt ngang thân đem ra sử dụng. Nếu để thu hoạch đại trà thì người ta cắt ngang thân chỉ chừa lại gốc dài khoảng 3 - 5cm. Sau khi cắt thì bón phân chuồng để cây phục hồi nhanh. Rau răm ít bị sâu bệnh nên tránh phun thuốc sâu. Mặt khác rau răm chủ yếu là để ăn sống nên trước khi thu hoạch 15 ngày phải ngừng tưới phân. Bón phân đầy đủ sẽ giúp cây phát triển nhanh, cây cho năng suất cao khi thu hoạch.

Cây thìa là

1. Đặc điểm sinh học

Thìa là thuộc họ Hoa tán, tên khoa học là *Anethum graveolens* (L).

Thìa là là cây thân cỏ, lá nhỏ mọc lên từ gốc, ít phân nhánh. Lá chia ra thành những phiến nhỏ hình sợi. Thân cây cao khoảng 15 - 20 cm, có cây cao đến 1 m. Cây thìa là có mùi thơm dễ chịu nên được dùng vào rất nhiều món. Hoa thìa là màu vàng nhạt, hoa chia làm 10 nhánh, trên đầu mỗi nhánh lại có một hoa nhỏ. Khi cây già hoa sẽ cho ra quả, quả thìa là hình bầu dục dài khoảng 0,3cm, rộng 1,5 cm. Trong quả có hạt để làm giống.

2. Ứng dụng.

Thìa là có mùi thơm đặc biệt nên được nấu món ăn có chất tanh. Đặc biệt, vị thìa là sẽ làm cho nồi canh cá thêm vị thơm ngon. Thân cây thìa là già sẽ là gia vị trong các món ăn dưa cải và các sản phẩm đóng hộp như cà chua, dưa leo.

Cây thìa là còn có tác dụng trong việc chữa bệnh. Quả thìa là chứa chất D - limonen, phellanolren, D.Cacvon, paraffin... là vị thuốc có tác dụng lợi sữa cho các bà mẹ mới sinh. Cây thìa là phơi khô có thể chữa một số bệnh như lạnh bụng, đầy hơi, nôn mửa, bí tiểu...

3. Kỹ thuật trồng thìa là.

a. Xử lý đất.

Thìa là dễ sống ở nhiều môi trường nhưng phù hợp nhất vẫn là các loại đất có độ tơi xốp cao, không bị nhiễm chua mặn. Người ta thường trồng thìa là bằng phương pháp gieo hạt vào luống. Luống trồng thìa là cao từ 20 đến 30 cm, rộng 1,2m - 1,5m. Phải đánh đất thật tơi, thật nhỏ để hạt có thể nảy mầm được. Khi đánh luống kết hợp với bón phân người ta thường bón 1,2 - 1,5 tấn phân chuồng hoai cho 1 ha đất. Sau khi xử lý tốt đất và phân thì có thể gieo hạt.

b. Trồng thìa là.

Người ta trồng thìa là bằng cách gieo hạt. Hạt thìa là phải được ngâm nước khoảng 2 tiếng trước khi gieo. Hạt trộn với tro bếp, rồi đem gieo đều trên mặt luống. Người ta gieo hạt theo nhiều cách:

có thể gieo thẳng vào rãnh (rãnh này cách rãnh kia khoảng 10 - 15cm). Gieo theo hàng để dễ chăm sóc, làm cỏ, bón phân. Sau khi gieo xong nên phủ một lớp rơm rạ hoặc trấu phủ lên rãnh rồi tưới nước để hạt nhanh nảy mầm. Nếu thiếu nước hạt sẽ không hút ẩm và độ nảy mầm sẽ kém đi.

Khi thìa là bắt đầu mọc thì nên nhổ hết những cây cỏ mọc chen vào mà không cần phải đào xới nhiều. Khi lớn thìa là phát triển sẽ lấn át được cỏ.

Người ta hòa 5kg urê, 5 - 10kg phân lân với nước để tưới cho 1000m² đất hoặc có thể lấy 1kg bánh dầu ngâm nước để tưới đủ cho 100m² đất. Nếu cần thì có thể hoà nước tiểu với tỉ lệ 1/10 để tưới cho cây thay cho các loại phân. Thìa là được tưới phân đầy đủ sẽ rất phát triển, lá xanh đậm, cành phát triển to. Nếu thấy lá có màu vàng là biểu hiện của sự thiếu phân nên cần phải bón thêm phân cho cây. Tuy nhiên để giữ vệ sinh thì trước khi thu hoạch nửa tháng không nên bón phân mà chỉ tưới nước để duy trì sự phát triển của cây. Cây thìa là cũng ít bị sâu bệnh tàn phá nên không cần phun thuốc sâu vào cây.

4. Thu hoạch và để giống.

Thìa là dùng để nấu canh và làm rau gia vị nên thường thu hoạch khi cây còn non. Để thu hoạch được phải đợi khoảng 2 tháng sau khi trồng. Khi thu hoạch, người ta có thể tỉa từng cây ăn dần hoặc có thể thu hoạch đại trà để dành đất trồng vụ khác hoặc cây khác. Nếu năng suất cao, mỗi héc ta có thể thu được 8 - 12 tấn thìa là xanh.

Thìa là trồng bằng hạt nên việc chọn cây để giống cũng phải rất cẩn thận. Người ta chọn những cây to khoẻ rồi tưới cho chúng bằng phân urê, kali. Tưới nước, bón phân phải đều để cây có thể ra hoa đẹp, ra quả chắc, hạt mẩy. Khi hạt chín thì nhổ cả cây phơi khô. Sau đó đập lấy hạt phơi khô giòn rồi cho vào chai lọ đậy kín. Với những lọ rộng miệng thì tránh mối mọt. Lượng hạt giống thu được cũng khá nhiều, bình thường là 30 - 50 kg/1000m². Nếu không có nhu cầu gieo trồng trên diện rộng thì chỉ nên để giống ít cũng đủ. Mỗi gia đình dành khoảng 3 - 5m² đất để trồng cây giống cũng có thể đủ hạt cho mùa sau.

PHẦN IV

CÂY GIA VỊ

VÀ NHỮNG BÀI THUỐC

GỒM:

- 1. Cây ngải cứu**
- 2. Cây nghệ đen**
- 3. Cây rau má**
- 4. Cây rau rút**
- 5. Cây xương rồng**
- 6. Cây mã đề**
- 7. Cây rau sam**
- 8. Cây đu đủ lầy**
- 9. Cây rau ngót**
- 10. Cây vừng**
- 11. Cây hương nhu**

Cây ngải cứu

1. Đặc điểm sinh học.

Cây ngải cứu thuộc loại thân cỏ, lá mọc so le có xẻ thùy. Lá có màu xanh ở mặt trên và màu trắng ở phía dưới. Mặt lá có phủ lông mịn. Ngải cứu có khá nhiều hoa, hoa mọc ra từ các nách lá hoặc ở đầu thân.

Ngải cứu có vị đắng, mùi thơm, có tác dụng điều hoà khí huyết, an thai, cầm máu, đau bụng khi hành kinh, kinh nguyệt không đều...

2. Các bài thuốc chữa bệnh.

* Chữa băng huyết.

Lấy 30 gam lá ngải cứu khô và 4 gam gừng khô sắc cho bệnh nhân uống. Mỗi ngày uống 1 thang chia làm 2 lần sáng tối. Uống trong 2 ngày liền sẽ có tác dụng.

* Chữa kinh nguyệt không đều.

Đơn thuốc:

- Ngải cứu: 30 gam
- Ích mẫu: 12 gam
- Mấu tươi: 10 gam
- Hương phụ: 6 gam
- Nhọ nồi: 8 gam

Các thứ trên trộn đều sắc cho bệnh nhân uống 2 lần trong ngày. Uống 5 ngày mỗi ngày 1 thang. Tốt nhất là uống trước khi hành kinh 10 ngày.

Cây nghệ đen

1. Đặc điểm sinh học.

Cây nghệ đen thuộc họ nghệ, cây thân thảo cao khoảng 80 - 150cm. Rễ cây phình to thành củ. Da củ nghệ màu đen, ruột màu vàng xanh.

Cây nghệ đen có vị đắng, mùi thơm, tính ấm nên có tác dụng chữa bệnh. Một số bệnh có thể khỏi như: Ung thư cổ tử cung và âm hộ, chữa ung thư da, chữa đau bụng khi hành kinh, kinh nguyệt không đều, bụng đầy hơi...

Người ta sử dụng củ nghệ làm thuốc.

2. Một số bài thuốc.

*** Chữa chứng ra máu cục khi hành kinh.**

Lấy 500 gam nghệ đen, 300 gam ích mẫu phơi khô, tán thành bột rồi trộn đều với mật. Sau đó vo viên bằng hạt ngô, phơi khô làm thuốc. Mỗi ngày uống 1 lần (15 viên), dùng trước kỳ kinh nguyệt 10 ngày.

* Thuốc chữa đau bụng khi hành kinh.

Lấy 20 gam nghệ đen, 10 gam hương phụ, 8 gam ngải cứu, 6 gam cỏ mần trầu sắc với nước cho bệnh nhân uống ngày 2 lần hết 1 thang. Uống thuốc trong 5 ngày và uống trước 10 ngày so với kỳ hành kinh.

Cây rau má

1. Đặc điểm sinh học.

Cây rau má thân cỏ, bò lan trên mặt đất. Lá cây có cuống dài, lá to hình tròn, mép lá có các khía. Hoa rau má mọc ở kẽ lá hoặc gốc. Quả rau má nhỏ, dẹt, có khía.

Cây rau má có thể dùng làm rau gia vị, rau sống, và làm thuốc chữa bệnh. Rau má có vị đắng, tính mát có thể thanh nhiệt, giải độc, chữa cảm sốt.

Để làm thuốc người ta lấy cả cây phơi khô (để cất giữ lâu) hoặc dùng lúc còn tươi.

2. Một số bài thuốc.

a. Thuốc chữa cảm cúm, nhức đầu.

*** Bài 1.**

Rau má: 30 gam

Rau sam: 20 gam

Giã nhỏ 2 loại, vắt lấy nước cho bệnh nhân uống ngày 3 lần trong 2 ngày.

*** Bài 2.**

Lấy 25g rau má, 20 gam củ sắn dây, 15 gam rau sam sắc cho bệnh nhân uống lúc còn nóng. Uống 3 ngày liên tục, mỗi ngày 1 thang.

b. Chữa viêm họng.

Lấy 30 gam rau má tươi cho thêm 7 - 10 hạt muối rồi giã nhỏ lấy nước uống. Uống trong 2 ngày, ngày uống 2 lần.

Cây rau rút

1. Đặc điểm sinh học.

Cây rau rút sống ở nơi nhiều nước. Thân nổi trên mặt nước nhờ các phao xốp xung quanh thân. Lá cây có hình dạng như lá xâu ho (cay trính n.). Hoa rau rút có màu vàng, quả rau rút chứa 6 hạt. Cây rau rút có thể dùng làm rau ăn và làm thuốc. Rau rút ăn có vị ngọt, mát có tác dụng hạ nhiệt, an thần, chữa cảm sốt, chữa mất ngủ, chữa buồn eo...

2. Các bài thuốc.

a. Chữa bệnh cảm sốt cao.

Rau rút khô: 20 gam, kinh giới 10 gam, sắn dây củ 8 gam. Cả 3 thứ sắc nước cho người bệnh uống 2 lần lúc còn nóng. Mỗi ngày uống 1 thang trong vòng 3 ngày.

b. Thuốc chữa sốt.

Rau rút: 20 gam

Lá sen: 10 gam

Kinh giới: 12 gam

Sắc nước để người bệnh uống ngày 2 lần. Uống nóng trong 3 ngày.

c. Chữa mất ngủ.

Ninh như 30 gam rau rút, 25 gam khoai sọ, 10 gam lá sen cho người bệnh ăn cả cái và nước.

Cây xương sông

1. Đặc điểm sinh học.

Cây thân thảo, hình tròn, sống lâu. Cây cao khoảng 0,6 - 1,2m, có cây cao 1,5m. Lá xương sông to, mép lá có răng cưa, màu xanh thẫm.

Lá xương sông có vị đắng, mùi thơm, tính ấm có thể giúp tiêu hoá tốt, trị mùi tanh, tiêu đờm, chữa viêm họng...

2. Các bài thuốc.

*** Chữa viêm họng.**

- Lá xương sông: 30 gam

- Lá rẻ quạt : 5 gam

Cả hai thứ rửa sạch giã nhỏ lọc lấy nước để ngâm, phải ngâm 3 - 5 ngày.

*** Thuốc chữa mẩn ngứa.**

- Lá xương sông: 20 gam

- Lá khế : 25 gam

- Lá chua me đất: 10 gam

Rửa sạch, giã nhỏ rồi lấy nước đặc uống, ngày 3 lần và lấy bã xát vào chỗ ngứa. Làm vậy trong 3 - 5 ngày thì đỡ.

* Thuốc chữa sởi trẻ em.

Lấy 15 gam lá xương sông, 10 gam chua me, 8 gam vỏ rễ dâu, 6 gam kinh giới sắc uống, mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 50ml nước thuốc. Uống như vậy liên tục trong 3 - 5 ngày.

Cây mã đề

1. Đặc điểm sinh học.

Cây mã đề thân cỏ, lá to hình tròn, cuống khá dài (10 - 15cm). Lá mọc quanh thân ngấm nên có cảm giác mọc ra từ gốc. Phiến lá hình thìa. Hoa mã đề mọc từ kẽ lá trên cuống dài. Hoa mọc theo cuống thành hình trụ.

Mã đề có vị ngọt, tính lạnh có tác dụng lợi tiểu thanh nhiệt, chữa bệnh lỵ.

2. Các bài thuốc.

* Chữa tiểu tiện.

- Mã đề: 30 gam
- Đắc đèn: 10 gam
- Rễ cỏ tranh: 5 gam
- Củ hành: 1 củ

Lấy cả 4 thứ sắc nóng, mỗi lần 60 ml. Ngày uống 3 lần, uống khoảng 2 - 3 ngày.

* Chữa đái rắt.

Lấy 20 gam mã đề, 15 gam cây cỏ gà, 18 gam rau má, 10 gam kim tiền thảo rồi sắc uống 3 lần 1 ngày. Uống trong 2 - 3 ngày.

* Chữa viêm đường tiết niệu.

Mã đề: 30 gam

Lõi tiền: 25 gam

Kim tiền thảo: 15 gam

Râu ngô: 20 gam

Cắm chương: 8 gam

Sắc chung 5 thứ mỗi ngày uống 3 lần (mỗi lần 60 ml nước thuốc). Uống thuốc trong 2 tuần thì đỡ bệnh.

Cây rau sam

1. Đặc điểm sinh học.

Cây rau sam thuộc loại cây thân cỏ, mọc bò lan trên mặt đất. Thân cây màu hồng, mọc nước. Lá hình bầu dục, mặt lá bóng màu xanh. Hoa rau sam màu vàng mọc lên ở ngọn cây. Quả rau sam hình cầu, phía trong có nhiều hạt màu đen, bóng.

Cây rau sam có vị chua, tính mát có công dụng giải độc, thanh nhiệt, chữa ngứa, chữa hắc lào, kết lỵ, chữa bệnh giun, đái rắt.

2. Rau sam làm thuốc.

Người ta sử dụng toàn thân rau sam để làm thuốc chữa bệnh. Có thể dùng tươi hoặc dùng khô.

a. Thuốc chữa hắc lào.

Rau sam: 40 gam

Riềng củ: 20 gam

Vỏ chuối xanh: 15 gam

Cả 3 thứ giã nhỏ vắt lấy nước bôi vào chỗ bị ngứa. Bôi liên tục 4 - 5 ngày thì đỡ.

b. Bài thuốc chữa ghẻ lở.

Rau sam: 30 gam

Lá xoan: 20 gam

Lá đào: 10 gam

Giã nhỏ 3 thứ trên rồi ngâm với 3 chén rượu. Ngâm khoảng 1 đêm rồi dùng nước đó bôi vào chỗ ghẻ. Mỗi ngày bôi 4 lần và bôi trong 5 - 7 ngày.

Cây đinh lăng

1. Đặc điểm sinh học

Cây đinh lăng thuộc loại thân gỗ. Cây cao khoảng 0,6 - 1,5 m. Lá đinh lăng thuộc loại lá kép mọc so le. Cây xanh tốt quanh năm.

Cây đinh lăng trông làm cảnh, những lá non có thể làm rau gia vị, thân cây dùng là thuốc chữa bệnh. Lá đinh lăng vị nhạt, hơi đắng có tác dụng giải độc, chống tanh, chống dị ứng, trị mẩn ngứa, cầm máu....Rễ cây có tác dụng tăng sữa cho sản phụ, bổ huyết.

2. Các bài thuốc

a. Thuốc bổ máu.

Lấy 500 gam rễ đinh lăng; 300 gam đậu đen, 100 gam hạt sen tán thành bột rồi pha với nước sôi để uống. Mỗi ngày uống 2 lần mỗi lần 2 thìa cà phê.

b. Thuốc chữa suy nhược cơ thể.

Sắc rễ đinh lăng (15 gam); lá đinh lăng khô (20 gam), cát sâm (10 gam), sinh địa (8 gam) rồi lấy nước uống. Mỗi ngày uống 3 lần và uống trong 10 ngày hoặc nửa tháng.

c. Thuốc tăng sữa.

Lá đinh lăng khô: 20 gam

Gạo nếp : 100 gam

Da lợn : 50 gam

Lấy lá đinh lăng tán nhỏ trộn đều với gạo nếp và da lợn để ăn.

Cây rau ngót

1. Đặc điểm sinh học.

Rau ngót thuộc cây thân gỗ, mọc thẳng đứng, phân cành nhiều. Cây cao khoảng 1 - 1,5 m có cây cao gần 2 m. Lá mọc so le, phiến lá hình bầu dục, màu xanh đậm. Hoa rau ngót đơn tính, quả hình tròn giống quả cà nhưng nhỏ.

Rau ngót là cây có nhiều chất bổ, tính lành. không độc và có nhiều tác dụng.

2. Bài thuốc.

a. Thuốc chữa sốt nhau của sản phụ.

Lấy 100 gam lá rau ngót tươi rửa sạch giã nhỏ rồi lọc nước sôi lấy 150 ml nước đặc cho sản phụ uống 2 lần khi đang đói. Thời gian giữa 2 lần uống khoảng 10 phút.

b. Thuốc cho người mới ốm dậy.

Lá rau ngót: 100 gam

Kê: 150 gam

Hà thủ ô: 50 gam

Rễ đinh lăng: 150 gam

Mật ong : 50 gam

Cả 5 gia vị sấy khô thành bột trộn với mật ong rồi vo thành viên như hạt ngô. Mỗi lần uống 10 viên, mỗi ngày uống 3 lần với nước sôi để nguội. Có thể phơi khô để dùng dần.

c. Thuốc trị táo bón

Rau ngót khô: 100 gam

Khoai lang : 100 gam

Khoai sọ : 50 gam

Vừng đen: 50 gam

Đậu đen : 50 gam

Hạt sen : 100 gam

Sấy khô tán thành bột rồi pha với nước sôi để uống ngày 3 lần lúc đói. Mỗi lần 1 thìa cà phê. .

Cây vừng

1. Đặc điểm sinh học.

Cây vừng thuộc loại thân thảo. Thân cây mọc thẳng có nhiều lông, lá gừng màu xanh nhạt; lá mọc đối, đầu lá nhọn, nhiều lông tơ. Quả vừng mọc ra từ kẽ lá, quả có rãnh, bên trong chứa nhiều hạt màu đen (hoặc trắng).

Hạt vừng có vị ngọt, béo, có tác dụng tốt cho gan, thận, gân cốt, tăng trí thông minh.

2. Các bài thuốc.

a. Thuốc chữa táo bón.

- Vừng đen : 10 gam

- Chuối tiêu chín: 5 quả

Hai thứ trên nấu thành chè, mỗi ngày ăn 2 lần. Ăn xong 3 - 5 ngày là được.

b. Thuốc chữa bệnh kiết lỵ.

- Vừng đen: 3 gam

- Lá mơ lông: 15 gam

Giã nhỏ lấy nước chia làm 2 lần uống khi đói với nước sôi để nguội. Uống trong nhiều ngày.

c. Thuốc bồi bổ cơ thể

- Vùng đen : 500 gam

- Lá dâu non: 3000 gam

Lấy cả 2 thứ sấy khô tán thành bột rồi uống ngày 2 lần với nước sôi (mỗi lần khoảng 8 gam). Có thể uống với một ít mật ong.

Cây hương nhu

1. Đặc điểm sinh học.

Cây hương nhu thân thảo, lá mọc đối, trên mặt lá có nhiều lông tơ. Cây hương nhu có 2 loại là hương nhu tím và hương nhu trắng.

Hương nhu tím có vị cay, mùi thơm; có tác dụng giải cảm, giải nhiệt, chữa cảm nắng, đau bụng... Cây hương nhu trắng có tác dụng lợi tiểu, chữa cảm sốt, làm ra mồ hôi.

2. Các bài thuốc.

a. Chữa cảm sốt, nhức đầu.

- Hương nhu tím: 15 gam
- Củ sắn dây khô: 20 gam

Cả hai thứ sắc nước lấy nước uống 2 lần trong ngày. Uống liên tục trong 2 ngày, mỗi ngày 1 thang. Thuốc uống nguội là tốt nhất.

b. Chữa cảm cúm

- Hương nhu trắng: 20 gam

- Tía tô: 10 gam
- Ngải cứu: 6 gam
- Vỏ quýt: 4 gam

Cả 4 thứ sắc lấy nước để uống. Mỗi ngày uống 1 thang chia làm 2 lần. Uống 3 lần như vậy.

c. Chữa nhức đầu, đau mình

- Hương nhu trắng: 16 gam
- Hoắc hương: 10 gam
- Kinh giới: 6 gam

Sắc cả 3 loại cho bệnh nhân uống 2 lần. Mỗi ngày 1 thang và uống trong 3 ngày.

MỤC LỤC

<i>Lời nói đầu</i>	5
PHẦN I: CÂY GIA VỊ LẤY QUẢ	7
- Cây tiêu.....	9
- Cây ớt.....	19
PHẦN II: CÂY GIA VỊ LẤY QUẢ	29
- Cây Gừng.....	31
- Cây Nghệ.....	38
- Cây Riềng.....	43
- Cây Tỏi.....	47
- Cây Sả.....	52
PHẦN III: NHỮNG CÂY RAU GIA VỊ	57
- Cây hành.....	59
- Cây hẹ.....	64
- Cây bạc hà.....	69
- Cây kinh giới.....	73

- Cây rau húng.....	78
- Cây tía tô.....	88
- Cây rau mùi.....	93
- Cây ngò gai.....	97
- Cây mùi tây.....	101
- Cây diếp cá.....	105
- Cây lá lốt.....	109
- Cây rau ngổ.....	112
- Cây rau răm.....	116
- Cây thìa là.....	120

PHẦN IV: CÂY GIA VỊ VÀ NHỮNG BÀI THUỐC...123

- Cây gai cứu.....	125
- Cây nghệ đen.....	127
- Cây rau má.....	129
- Cây rau rút.....	131
- Cây xương sông.....	133
- Cây mã đề.....	135
- Cây rau sam.....	137
- Cây đinh lăng.....	139

- Cây rau ngót.....	141
- Cây vừng.....	143
- Cây hương nhu.....	145

Chịu trách nhiệm xuất bản

NGUYỄN THOA

Biên tập: *Nguyễn Hùng*

Trình bày: *Đặng Nguyễn Ngô*

Sửa bản in: *Trần Văn Tiến*

Trình bày bìa: *Nguyễn Trọng Minh*

Phát hành tại:

NHÀ SÁCH BẢO THẮNG

344 Đường Láng, Đống Đa, Hà Nội

ĐT: 04.5621402 – 0903.413075

FAX: 04.8533228

In 500 cuốn, khổ 13x19 Tại CT in&PHS Quảng Ngãi

Giấy phép số: 12/404/CXB cấp 18 tháng 06 năm 2004

In xong và nộp lưu chiểu Quý III năm 2004

CÂY GIA VỊ

ĐẶC ĐIỂM VÀ KỸ THUẬT GIEO TRỒNG

Tổng phát hành:

NHÀ SÁCH BẢO THẮNG

344 Đường Láng - Đống Đa - Hà Nội

Tel: (04) 5621402 - 0903413075 * Fax: (04) 8533228

cây gia vị đặc điểm và kỹ



17 000 VNĐ