

# 生菜



**阳光:**种在阳光充足的地方(每天日照有 6 到 8 小时)。植苗时在每行内要间隔 12 英寸,或在一个 2-3 加仑大小的盆中种植 5-6 棵苗。在一月到二月以及八月中到九月初期间种植。

**土壤:**用有机物改良土壤,打造出排水性良好的土壤。避免在未经改良的沙质土壤或重粘土土壤中种植。如果土壤测试结果显示 pH 值低于 6.2, 请在十月或十一月按建议的方式加石灰。

在盆栽菜园中,请使用花盆专用土并确保每个花盆都有排水孔,以便保持良好的排水情况。或者,您也可以考虑用自动吸水盆。

**水:**请让土壤一直保持湿润但不要太潮湿。每周浇约 1-2 英寸水。避免把叶子打湿,以便防止真菌病。覆盖物有助于保持水分。

**种植:**直接把种子播在 1/4 英寸深处。当苗长好后进行间苗,使之相距 10-12 英寸。请在种植前 6-8 周育苗,并且在种到园中去前一周让苗渐渐适应室外环境。如果您买用于移栽的苗,请选择看上去颜色健康并且植株茁壮的苗。请不要挑有花的苗。挖一个和根团一样深的洞来种苗。把土拍结实,并且把水浇透。

**施肥:**如果您没有做过土壤测试,请在种植时根据标签上的说明施用通用肥料(8-8-8或10-10-10)。移栽2周后或播种4周后在距离茎秆4-6英寸处在植株旁(侧施肥料)进行追肥。

**昆虫/疾病/杂草:**经常检查植物有无受到虫害或疾病的影响。用杀虫皂(针对软体昆虫)或Bt粉或喷雾剂(针对毛毛虫,也称为“蠕虫”)。经常喷洒杀菌剂,以便控制常见的真菌病。每次都请遵照标签上的说明。土壤覆盖物能抑制杂草及疾病。

**采摘:**在45-85天期间外层叶片长到4-6英寸长或叶球变坚实时采摘。采摘的时机因种类不同而异。

**其他:**生菜是一种很容易种的冬季蔬菜,但是,生菜在会结冰的温度下会冻伤和受损。生菜可以种在较高作物有遮阴的那侧,以延长种植期。您可以每隔3-4周进行接力种植,以便提高产量。

请访问[www.aces.edu/go/growmore](http://www.aces.edu/go/growmore)来了解更多信息。

在这里扫描



种植  
越多  
给予越多

阿拉巴马州合作推广系统(阿拉巴马州农工大学和奥本大学)是机会均等的教育机构和雇主。欢迎每一个人!如果您有无障碍通行需求,请告诉我们。

© 2022年阿拉巴马州合作推广系统版权所有,保留所有权利。[www.aces.edu](http://www.aces.edu) ANR-2876-L

[www.aces.edu/go/growmore](http://www.aces.edu/go/growmore)

extension  
ALABAMA A & M & AUBURN UNIVERSITIES