



# SNAP-Ed

wasnap-ed.org/live-well

## Выращиваем в Вашингтоне

# Свекла

## Советы садоводу

- 1 Семена свеклы прорастут лучше, если вы посеете их прямо на огороде, а затем поддерживайте стабильный уровень влажности почвы, не допускайте ее высыхания.
- 2 Ожидайте прорастания через 10-15 дней, а урожай в течение 50-60 дней.
- 3 Свекла получает воду из верхнего слоя почвы, поэтому после появления первых листьев ее нужно поливать реже, чем другие виды растений с неглубокими корнями.
- 4 Свеклу нужно прополоть, чтобы дать достаточно места для роста каждого растения и формирования корня. Соберите лишнюю ботву и используйте в салатах.



### Сезон и место

☀️ Свекла может расти в солнечном или частично ☁️☀️ затененном месте; ей требуется не менее 3 часов солнечного света в день. Попробуйте посадить свеклу на солнечном участке вдоль дорожки; она украсит сад своими яркими цветами.

☀️ Корнеплоды, такие как свекла, хорошо растут в районах с коротким вегетационным периодом и прохладными ночами. Она также хорошо растет в высокогорных местах. Свекла - хорошая культура для осенних и зимних посадок.

### Выращивание в контейнере

☀️ Выбирайте контейнеры глубиной более 10 дюймов.

### Основные вредители и болезни

**Листогубцы:** Весной накрывайте свеклу, чтобы взрослые насекомые не откладывали яйца на нижнюю сторону листьев.

**Борьба с болезнями:** Высаживайте семена на небольшую глубину, чтобы способствовать быстрому прорастанию.

## Вашингтон календарь для посадки свеклы

Посадка



Пересаживание



Сбор урожая



Адаптировано из публикации WSU Extension EM057E.

## Рекомендуемые виды для выращивания

\*Albina, \*Chioggia, \*Cylindra (напоминает морковь), \*Detroit Dark Red, \*Early Wonder \*Golden, \*Red Cloud, \*Scarlet Supreme Tall Top, \*Verduna, \*зимние

\* подходит для осенних посадок

\* подходит для центрально-восточного Орегона

\* подходит для западного Орегона



## Правила сбора урожая

Убирайте свеклу, когда корнеплод начинает выступать из под земли. Свекла может быть размером с мяч для гольфа или теннисный мяч. Если подождать дольше, свекла станет крупнее. Крупная свекла может быть жесткой и жилистой.

Используйте лопату или совок, чтобы аккуратно выкопать свеклу, будет легче, когда почва влажная.

## Хранение и приготовление

Свекла будет храниться долгое время, если срезать ботву.

Вымойте и просушите свеклу перед хранением.

Листья свеклы вкусные и богаты питательными веществами. Добавляйте их в салаты сырыми или готовьте как мангольд листовую или кудрявую капусту.



## Салат из свеклы и моркови

Время подготовки: 15 минут

Время приготовления: 5 минут

Порций: 4

### Ингредиенты:

1 **морковь**, тонко нарезанная или крупно натертая на терке

¼ мерной чашки мелко нарезанного свежего **лука**

2 столовых ложки нежирного **майонеза**

¼ чайной ложки соли и перца

1 столовая ложка нарезанной **кинзы** (по желанию)

6 (2-дюймовых круглых) **свекл**, отваренных и нарезанных кубиками, или 1 банка (15 унций) без жидкости

### Приготовление:

1. Вымойте руки с мылом и водой.
2. При желании отварите морковь до мягкости и нарежьте кольцами. Попробуйте приготовить в микроволновке или на пару.
3. В миске смешайте лук, майонез, соль и перец. При желании добавьте кинзу. Добавьте свеклу и морковь и перемешайте. Подавайте салат горячим или холодным.
4. Остатки уберите в холодильник в течение 2 часов.

