



# SNAP-Ed

wasnap-ed.org/live-well

## Выращиваем в Вашингтоне

# Чеснок




## Советы садоводам

- 1 Чеснок выращивают из зубчиков, а не из семян. Его легко выращивать—отлично подходит для начинающих огородников.
- 2 Сажайте зубчики чеснока так, чтобы заостренный кончик, там где выходит росток, был направлен вверх.
- 3 Расстояние между зубчиками чеснока должно быть 4 дюйма.
- 4 Удобрение чеснока помогает луковицам достигнуть полного размера. Добавьте удобрение ранней весной примерно от 2 до 4 дюймов со стороны стержня, а затем снова когда продолжительность дня начнет увеличиваться в мае месяце.
- 5 Вы можете попробовать посадить зубчики чеснока из продуктового магазина, но вы должны знать, что их часто обрабатывают, чтобы они не давали новых побегов. Вместо этого посадите зубчики чеснока из местного рассадника или те, которые вы сохранили с прошлогоднего урожая.



### Сезон и место

- ☀ Чеснок - отличная культура для выращивания в зимний период.
- ☀ Посадите зубчики чеснока на открытом солнечном месте. 
- ☀ Сажайте в почву с хорошим дренажом.

### Выращивание в контейнере

- ☀ Чеснок можно выращивать в контейнере глубиной не менее 8 дюймов.
- ☀ Убедитесь, что в контейнере есть небольшие отверстия на дне, чтобы вода могла стекать.

### Как запекать чеснок

- 1 Разогрейте духовку до 400 ° F.
- 2 Срежьте верхушку головки чеснока, не снимая шелуху. Слегка сбрызните маслом и приправьте солью и перцем.
- 3 Заверните в фольгу и положите на противень.
- 4 Запекайте в течение 40 минут, пока он не станет мягким и золотистым.
- 5 Остудите. Выдавите чеснок из зубчиков, и используйте для приготовления блюд.

## Календарь выращивания чеснока для штата Вашингтон

Посадка



Пересаживание



Сбор урожая



ЯНВ ФЕВ МАРТ АПР МАЙ ИЮН ИЮЛ АВГ СЕН ОКТ НОЯ ДЕК ЯНВ

Адаптировано из публикации WSU Extension EM057E.

## Сорта, рекомендованные к выращиванию

### Мягкий стебель

У взрослой луковицы мягкий стебель с крупными зубчиками снаружи и более мелкими внутри. Сухие стебли можно заплести. Обладает сильным ароматом и хорошо хранится.

Виды, которые стоит попробовать: Inchelium Red \*, Silver Rose \*, Silverskin.

### Жесткий стебель

Взрослая луковица имеет жесткий центральный стебель с одним кольцом крупных зубчиков вокруг него. Центральный стебель по мере роста скручивается в тонкие стебельки. Мягкий вкус, зубчики легко очистить.

Виды, которые стоит попробовать: Dujanski, German Porcelain \*, Killarny \*, Korean Red \*, Siberian, Spanish Roja \*

\* Подходит для Центрального / Восточного Вашингтона

## Правила сбора урожая

- ✿ Урожай чеснока собирают в июне или июле, когда половина листьев желтеет и высыхает.
- ✿ Чтобы собрать урожай, разрыхлите почву вокруг стебля, затем потяните чеснок за стебель. Стряхните лишнюю землю.

## Хранение и приготовление

- ✿ После сбора урожая разложите чеснок в темном, теплом, сухом месте с хорошей циркуляцией воздуха на 2–3 недели, чтобы он «подсох» и лучше хранился. Наконец, отрежьте корни и листья поближе к луковице и стряхните землю.
- ✿ Храните чеснок в темном месте с хорошей вентиляцией. Хорошо высушенные луковицы можно хранить месяцами или использовать для посадки на следующий год.
- ✿ Чеснок придает аромат. Используйте его в супах, рагу, запеканках, соусах для пасты, заправках для салатов, маринадах и в других рецептах.
- ✿ Запеките головку чеснока целиком, чтобы намазать на хлеб или крекеры.



## Чеснок Бок Чой

Время подготовки: 10 минут

Время приготовления: 10 минут

Порций: 4

### Ингредиенты

- 1 фунт бок чой
- 4-6 зубчиков измельченного чеснока, или
- 5 чайных ложек чесночного порошка
- 1 чайная ложка растительного масла
- ½ чайной ложки соли

### Способ приготовления:

1. Вымойте руки с мылом и водой.
2. Нарезьте листья и стебли бок чой поперек на небольшие кусочки.
3. В сковороде на среднем огне обжарьте чеснок на масле до появления аромата. Если вы используете чесночный порошок, добавьте его вместе с солью на следующем этапе.
4. Добавьте бок чой и быстро перемешайте. Добавьте соль. Перемешивайте, пока зелень не завянет, а кусочки стеблей не станут нежными и хрустящими. Подавайте горячим.
5. Поставьте остатки в холодильник в течение 2 часов.

