

Разноцветная КАПУСТА

Ю. АНДРЕЕВ,
кафедра овощеводства РГАУ—МСХА

Цветную капусту ценят за высокие вкусовые качества и скороспелость. Урожай получают на 2 недели раньше, чем белокочанной капусты. А разноцветные сорта этой культуры еще и декоративны. Их соцветия бывают белой, бледно-зеленой, желтовато-зеленой, фиолетовой окраски. Разные по срокам созревания сорта и гибриды позволяют получать продукцию с июня по ноябрь.

В цветной капусте содержатся витамины С, В₁, В₂, РР, К, пантотеновая кислота, до 4 % белка. Она содержит соли калия, кальция, железа и фосфора и около 1,4 % клетчатки. Ее рекомендуют при заболеваниях печени, атеросклерозе и диабете. По количеству метионина и цистина цветная капуста не уступает мясу и рыбе.

Цветная капуста требовательна к плодородию почвы. Предпочитает глубоко обработанные почвы с высоким содержанием гумуса и рН 6. Отличные предшественники для капусты — бобовые культуры, лук, корнеплоды, хорошо растет она и после зеленных культур.

Для постоянного летнего потребления капусту сеют в несколько сроков, каждые 2 недели. Посев семенами в марте дает рассаду в мае. В пленочную теплицу семена сеют в конце апреля — начале мая, а для осеннего потребления цветной капусты их сеют до конца июня.

Перед посевом их обрабатывают 1%-ным раствором марганцовки, затем промывают в воде. Или для уничтожения бактериальной ин-

Гибриды
цветной
капусты



фекции проводят термическую обработку в воде (50 °С) 20 мин.

Рассаду выращивают в питательном грунте, который покупают или готовят из дерновой земли (50 %), перегноя (40 %) и речного песка (10 %). В случае недостатка молибдена и бора капуста не образует головок. Поэтому на ведро (10 л) почвы вносят полстакана древесной золы, которая содержит эти и другие микроэлементы.

Перед посевом семян на рассаду грунт увлажняют. Для предупреждения поражения всходов черной ножкой посеvy посыпают древесной золой (100 г/м²), а для предотвращения пересыхания почвы накрывают полиэтиленовой пленкой. Выращивая рассаду, контролируют температурный режим. До появления всходов поддерживают температуру 18–22 °С. Как только покажутся единичные всходы, пленку снимают и температуру снижают на неделю до 4–8 °С, что позволяет растению нарастить корневую систему. При появлении у растений первого настоящего листа дневную температуру поднимают в солнечные дни до 16–18 °С, в пасмурные до 14–15 °С, ночью температуру поддерживают на уровне 10–12 °С. Влажность почвы должна быть 70–85 %. Недостаток влаги — стресс для растений, он может привести к формированию цветоноса, минуя стадию головок. Поливают всходы умеренно, но регулярно для предупреждения заболевания рассады черной ножкой, после полива проветривают.

Рассаду начинают подкармливать в фазе первого настоящего листа. Для этого в 10 л воды растворяют комплексные удобрения с микроэлементами (60 г) или микроудобрения заменяют древесной золой (1/2 стакана). Вторую и третью подкормку проводят с интервалом 10–15 дней.

Посадку рассады на постоянное место (в открытый грунт) проводят в возрасте 30–40 су-



F1 Аметист



F1 Скайвокер

ток в фазе 4 настоящих листьев, обычно в апреле. Выбирают хорошо прогретые участки. Грядки готовят с осени, копают на глубину 22—25 см. В южных районах осенью под перекопку вносят свежий навоз. В центральных районах свежий солоmistый навоз (5 кг/м²) вносят весной для разогрева почвы, добавляют перегной (10 кг/м²) и минеральные удобрения (50—70 г/м²). Если почва кислая, то для ее нейтрализации используют доломитовую муку, которая обеспечивает растения не только кальцием, но и магнием. Весной над грядками ставят каркасы, которые накрывают нетканым материалом. Плотность нетканого материала для капусты должна быть не более 20 г/м². Схема посадки 70 × 20, 70 × 30 см, расстояние между рядами может быть и 50—60 см.

Уход за растениями заключается в прополке, рыхлении почвенной корки, своевременных поливах и подкормках. В жаркие дни укрытие с грядок снимают. При затяжной неблагоприятной погоде проводят подкормки по листьям комплексными минеральными удобрениями с микроэлементами (10 г/м²). Для нарастания корневой системы используют один из препаратов: *эпин*, *циркон*, *силк*, *новал*, *симбионт* или *никфан*. Для подкормок используют и органические удобрения, разводят навоз или птичий помет водой (1 : 10), к раствору добавляют суперфосфат (60 г на 10 л). Проводят 2—3 подкормки в период роста и как минимум 5 поливов. Расход воды 20—50 л/м².

Чтобы головки капусты были плотными, во время формирования их притеняют. Уборку проводят постепенно по мере созревания урожая.

Если цветная капуста летнего сева образовала крупные листья, а головку с куриное яйцо, ее доращивают. Растения выкапывают с корнями и переносят в теплицу, где прикалывают,

поливают и укрывают нетканым материалом черного цвета, чтобы изолировать от солнечного света. Поддерживают температуру 6—8 °С, за счет оттока питательных веществ из листьев головки капусты приобретают стандартные размеры.

Для выращивания рекомендуют несколько сортов и гибридов.

F₁ Бельведере — раннеспелый гибрид, период выращивания 73—87 дней. Розетка листьев вертикальная, лист среднего размера, эллиптический, зеленый, с восковым налетом средней интенсивности. Масса головки 0,6—0,8 кг. Вкусовые качества отличные, урожайность 2,3—2,5 кг/м².

F₁ Тетрис — раннеспелый гибрид. Розетка приподнятая, листья среднего размера, пузырчатые, слабоволнистые по краю, серо-зеленые, со слабым восковым налетом. Капустная головка среднего размера, округло-плоская, среднебугристая, беловатая, плотная, массой 1,6 кг. Вкус отличный. Урожайность 4,2 кг/м².

Изуруд — ранний сорт с периодом выращивания 85—100 дней. Растение среднеоблиственное, головка плотная, светло-зеленого цвета, выравненная, округло-плоская, массой 1—1,3 кг. Незаменима для овощных гарниров и замороженных овощных смесей.

Гарантия — среднеспелый сорт с периодом выращивания 79—80 дней. Розетка средних размеров, реже крупная. Наружная кочерыжка короткая, лист цельный, сидней, редко с черешком. Листовая пластинка ланцетовидная, плоская, слабоволнистая, поверхность слабоскладчатая-морщинистая и гладкая, край слабоволнистый. Жилкование слабое, боковые жилки относительно тонкие. Окраска листа зеленая, восковой налет слабый. Головка округлая, массой 0,4—0,8 кг, плотность хорошая, окраска белая с кремовым оттенком. Вкусовые качества отличные, урожайность 1,5—3,8 кг/м².

Амейзинг — среднеспелый сорт с периодом выращивания 90—120 дней. Розетка листьев вертикальная, лист темно-зеленый, волнистый, пузырчатость средняя, волнистость края сильная. Головка округло-плоской формы, крупная, белая, очень плотная, частично покрыта листьями, бугристость средняя. Масса головки 1,2—1,8 кг. Капуста вкусная, урожайность 3,8—5,1 кг/м². У гибрида хорошая выравненность головок.

F₁ Аметист — среднеранний гибрид, период выращивания 90—110 дней. Цвет весной и летом. Головки капусты насыщенного фиолетового цвета, выравненные, оптимального размера (0,7—1,1 кг). Отлично подходит для цветных салатов и замороженных овощных смесей. Отменные вкусовые качества.

F₁ Скайвокер — позднеспелый гибрид с вертикальной розеткой листьев. Листья среднего размера, узкоэллиптические, серо-зеленые, со слабым восковым налетом, среднепузырчатые, по краю слабоволнистые. Головка покрытая, среднего размера, округло-плоская, среднебугристая, плотная, беловатая. Масса головки 1,9—3,5 кг, вкус отличный, урожайность 3,5—5,6 кг/м². У гибрида высокая урожайность и отличные вкусовые качества.

■ СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ ■

Питательные вещества в цветной капусте сконцентрированы в плотных головках (разросшиеся соцветия). Рыхлае соцветия капусты годятся только для супа, а плотные до 10 см в диаметре — для гарниров и салатов. Для порционных блюд цветную капусту лучше варить целиком кочаном, а для гарниров ее сразу разделяют на соцветия. Чтобы цвет капусты не изменился, варят ее на сильном огне. До подачи на стол хранят в отваре, в который добавляют лимонный сок.

Капуста с вишней

Цветная капуста 500 г, морковь 2 шт., вишня (или слива) 250 г, майонез (или сметана) 100 г, чеснок 2 дольки, грецкие орехи 2 шт., твердый сыр 70 г, мята, зелень, соль по вкусу.

Цветную капусту отварить на пару 5 мин и разобрать на соцветия. Морковь сварить до полуготовности и нарезать. Вишню вымыть, обсушить, удалить косточки и мелко порезать. Майонез или сметану смешать с растертым чесноком, а также измельченными поджаренными орехами и заправить салат. Для украшения используйте тертый сыр и зелень. Перед подачей салат должен настояться 1 ч.



Цветная капуста по-корейски

Цветная капуста 1 кг, морковь 100 г, редька (дайкон) 100 г, зеленый болгарский перец 1 шт., соль 1 ч. ложка, сахар 2 ч. ложки, грецкий орех 2 шт., свежий укроп и кориандр, черный и красный перец по вкусу, сок 1/2 лимона.

Цветную капусту помыть, разделить на небольшие соцветия, припустить в кипятке в течение 5 мин. Болгарский перец помыть, очистить от сердцевины и перегородок и тоненько нарезать колечками. Морковь и редьку помыть, почистить, нашинковать ослонкой на терке. Смешать редьку и морковь, посолить и дать настояться в течение получаса при комнатной температуре. Свежую зелень помыть и мелко покрошить. Цветную капусту, морковь и болгарский перец смешать с зеленью и заправить смесью сахарного песка, перца молотого, залить соком лимона, сверху посыпать толченым орехом.

Салат из копченой рыбы с овощами

Рыба горячего копчения 400 г, картофель 4 шт., цветная капуста 100 г, зеленый горошек 100 г, яйца, сваренные вкрутую, 2 шт., свежие огурцы 2 шт., мелкие спелые помидоры 2 шт., морковь 1 шт., майонез 100 г, лимонный сок, душистый перец, соль по вкусу.

Отварить картофель и цветную капусту. Картофель и яйца нарезать кубиками. Свежие огурцы (без кожицы) и морковь нарезать тонкой соломкой. Цветную капусту разобрать на соцветия, все овощи заправить соусом (приготовленным из лимонного сока, тертого чеснока и майонеза). Рыбу горячего копчения очистить от кожи и костей, разделить на небольшие кусочки, выложить на середину салатника, полить майонезом. Вокруг расположить овощи. Блюдо украсить яйцами с помидорами и майонезом, по краю обложить горошком.

Омлет с цветной капустой

Цветная капуста 500 г, помидоры 2 шт., луквица 1 шт., твердый сыр 100 г, яйца 2 шт., молоко 1/2 стакана. Соль, душистый перец, зелень по вкусу.

Слегка отварите цветную капусту. Нарежьте лук мелко, помидоры — крупными дольками. На сковороде слегка спассеруйте лук, добавьте помидоры, положите капусту, посолите и залейте смесью для омлета, закройте под крышкой. Почти готовый омлет посыпьте сыром и зеленью.

Цветная капуста, запеченная с мясом и брынзой

Цветная капуста 300 г, вареная говядина 300 г, брынза 100 г, сметана 100 г, чеснок 3 дольки, панировочные сухари 2 ст. ложки, масло для смазывания формы, соль, лимонный сок 3 ст. ложки, перец по вкусу.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде, разобрать на соцветия и полить соусом (лимонный сок с натертым чесноком). Через 5 мин половину капусты выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Вареное мясо пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, смешать с брынзой и положить поверх капусты. Затем уложить еще один слой цветной капусты. Сбрызнуть маслом, залить сметаной, посыпать панировочными сухарями и запекать в духовом шкафу до готовности.

Цветная капуста в горчиче

Цветная капуста 500 г. Для маринада: лимон 2 шт., соль 200 г, порошок горчицы 1/2 ст. ложки, перец по вкусу, вода 1 л.

Цветную капусту разделить на соцветия, сложить в кастрюлю и хорошо посолить. Через 3 ч залить капусту кипящим маринадом, (состоящим из воды, сока лимона, соли и душистого перца). Спустя 10 ч маринад слить, прокипятить, добавить разведенной водой порошок горчицы и опять залить маринадом капусту. Сверху положить деревянный кружок, а на него груз, закрыть кастрюлю тканью. Капуста должна быть покрыта жидкостью. Через 2 суток капуста готова. Хранить в холодном месте.