



《北方蔬菜报》“有声有色”栏目推出以来，得到了广大粉丝的信任与关注。本栏目以视频形式讲解蔬菜生产要点、三农故事、致富经等，将现场画面和讲解合二为一，让人们更直观地了解、学习。《北方蔬菜报》拍摄制作的原创视频发布在“北方蔬菜报抖音号”“北方蔬菜报视频号”等新媒体平台上，用手机扫一扫，即可观看，既便捷又实用。

赶紧扫一扫，在线学起来吧！

## “码”上学艺 种植更轻松



**冰菜可四季生产  
成为餐桌新奇菜**

“炒菜不用放盐！”说的就是冰菜，近年来成为餐桌上的“宠儿”。冰菜茎叶表面含天然植物盐囊，自带清淡咸味，烹饪时不用再加盐，其高水分、低热量的特点符合现代消费需求。种植户介绍，该种植基地的冰菜品种适应性强，长势旺盛，叶片脆嫩，在温室环境下可四季生产，目前已成为部分地区特色种植项目。

种植户说，目前，冰菜线上、线下销售量大，不少餐馆开始推出冰菜沙拉、清炒冰菜等菜品。



**大棚后墙挂银膜  
增温提亮效果好**

冬季气温低，光照时间短，瓜类等喜高温蔬菜需要一些辅助设备增温补光，银色反光膜就是其中之一。种植户表示，大棚后墙悬挂银膜成本低、安装简便，能起到“增温提亮”的效果。

据了解，这款银膜是农业种植专用反光材料，通过反射棚内光线，可提升作物光照均匀度，减少热量散失，助力冬季温室种植。使用银膜的大棚作物叶片鲜绿、长势良好，挂膜后棚内温度平均提升2℃-3℃，作物光合作用效率明显提高，采收周期有所缩短。



**残留花易滋生病菌  
坐果后一定要摘掉**

低温季节，棚室形成低温高湿环境，残花易腐败，成为真细菌病害的侵染源，所以再好看的花，坐果后也要摘掉。

据了解，坐果后，残留花易滋生病菌，不仅导致果实出现斑点、腐烂等病害，还会消耗植株养分，影响果实膨大与品质。以茄子、番茄等为例，残花附着处是病害高发区，及时摘除可降低病虫害发生率超30%。值得注意的是，残花摘除时间在坐果后2天-3天内完成，操作时需避免损伤幼果。



**芽球菊苣可标准化种植  
成为健康饮食的新选择**

在山东省潍坊市一种植户棚里，芽球菊苣整齐排列、色泽嫩黄。种植户表示，芽球菊苣不仅口感独特，还富含膳食纤维与维生素，是健康饮食的新选择。目前，大城市商超、轻食餐厅已上架芽球菊苣鲜品。

芽球菊苣口感脆嫩多汁、风味层次丰富——清甜基底中带着淡淡苦味，符合当下“轻食”“原鲜”的饮食潮流。据了解，芽球菊苣适合避光软化栽培，适宜15℃-20℃生长，需弱光控色保嫩，通过温室标准化种植，可实现四季生产。

