

<<农民致富大讲堂系列>>

图书基本信息

书名：<<农民致富大讲堂系列>>

13位ISBN编号：9787543326101

10位ISBN编号：7543326108

出版时间：2010-3

出版时间：天津科技翻译出版公司

作者：刘宏森 编

页数：101

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<农民致富大讲堂系列>>

前言

这是一本专门和农民朋友谈论食品与健康的小册子，作为《农民致富大讲堂》系列丛书中的一册，谈此问题也并非是多余的。

其道理至少从以下两方面可以看得很明显。

“民以食为天”，吃和健康能说无关吗？

吃是人生头一件大事，是延续生命的首要条件。

尤其是在我们这个“药食同源”、“凡膳皆药”的国度里，早就把吃饭和吃药兼容在一起了。

那些一直坚持把二者截然分开的西方人对东方人逐渐有所理解，近来态度忽然有了个大转变，在事实面前也不得不承认“食物是最好的药物”，并对“自然疗法”也重视起来。

于是世界医药界奏起了“回归大自然”的“序曲”。

近年来人们对食物功能的认知更加深刻并有所突破。

人们早就把食物能饱肚子，能享受其色、香、味、形美味看作其第一功能。

后来又把其能为人体补充必需的营养素视作第二功能。

最近人们终于认识到：食物还可以调节机体功能，即主要包括增强机体的抵抗力，调节人体节律，防治疾病，恢复健康，抗御衰老这几方面的作用，并且把其称作生理活性功能，发现了食物的第三功能。

这一认定极大地提高了食物的身价，评价某一食物的标准，也由其解不解饱、好吃不好吃、能提供哪些营养到看其能治哪些病，对养生有哪些益处。

这一认识自然对为我们生产提供食物的农民朋友的本职工作起到巨大影响。

社会上出现了提倡吃素、吃野、吃粗、吃杂等新的风气。

这些会给农民朋友带来一个又一个商机和致富的机会。

<<农民致富大讲堂系列>>

内容概要

《叶茎类蔬菜的经济价值》立足中国北方农村和农业生产实际，兼顾全国农业生产的特点，以推广知识、指导生产、科学经营为宗旨，以多年、多领域的科研、生产实践经验为基础，突出科学性、实用性、新颖性。

语言通俗易懂，图文并茂，尽量做到“看得懂、学得会、用得上”。

本丛书涉及种植、养殖、农产品加工、农产品流通与经营、休闲农业、资源与环境等多个领域，使农民在家就可以走进专家的“课堂”，学到想要了解的知识，掌握需要的技能，解决遇到的实际难题。

<<农民致富大讲堂系列>>

书籍目录

白菜芹菜韭菜香菜菠菜油菜茼蒿卷心菜蕹菜茭白苋菜花椰菜香椿茼蒿雪里蕻苣荬菜鱼腥菜马兰

<<农民致富大讲堂系列>>

章节摘录

《本草纲目》记载：“菘有两种：一种茎圆厚微青。

一种茎偏薄而白，其叶皆淡青白色。

燕、赵、辽阳、扬州所种者最肥大而厚，一颗有重十余斤者。

南方之菘畦内过冬。

北方者多人窖内。

燕京圃人又以马粪如窖壅培，不见风日。

长出苗叶皆嫩黄色，脆美无比，谓之黄芽菜，豪贵以为佳品，盖亦仿韭黄之法也。

”大白菜是结球型白菜，不结球白菜是小白菜、青菜或油菜。

结球白菜是由不结球白菜进化而来的。

我国11世纪已经有了结球型白菜的记载。

结球白菜又分为抱头型和直筒型两种。

北方一般叫大白菜，南方又叫黄芽菜、京白菜、包心白。

山东叫胶菜，华南又叫绍菜。

国际植物学家对大白菜的通用拉丁文命名“中国芸苔”或“北京芸苔”。

大白菜分窖白菜和贩白菜。

贩白菜属早熟品种的白口菜，其特点是叶大、白嫩、包头、实心、水分大、不耐贮藏。

收获后及时上市出售，故名贩白菜。

窖白菜经贮藏能供应冬、春。

是一季生产、半年供应的冬贮蔬菜。

此外，大白菜有上千个品种，贩白菜农家品种有翻心白、青白口、抱头青、拧心青、大青口等。

大白菜是我国蔬菜中的优良品种，它栽培易，管理简。

既耐热又耐寒，对土壤要求不严，生长期短、贮藏期长、产量又高等特点，我国大部分地区都能种植。

南方不论高山平原都可以长年栽培，北方一般是种一季吃半年。

经过广大农民和科学工作者的努力，目前我国大白菜已有五六百个品种。

最著名的产地还是山东、河北、北京和天津。

著名的品种有山东胶东大叶菜，福山大包头，河北徐水核桃纹，天津青麻叶、北京大青口、小白口等。

此外，还有杭州黄芽菜、成都竹筒白、郑州早黑叶、上海崇明菜等优良品种。

北方地区最著名的还是天津和山东的大白菜。

山东是我国大白菜的主要产区之一，所产的大白菜，个大脆嫩，品质优良，在国内外久负盛名。

山东又以郊县的大白菜最为有名。

<<农民致富大讲堂系列>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>