

เผยแพร่ผลงานนวัตกรรมเรื่องการปลูกพืชผักสวนครัวโดยใช้เทคโนโลยีชีวภาพ เพิ่มเติม โดย นายโกศล คนขยัน โ

นำเสนอเมื่อ : 26 ก.พ. 2552

สาระสำคัญ การปลูกพืชผักสวนครัวให้ประสบความสำเร็จนั้น ผู้ปลูกจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับพืชผัก เช่น รู้ความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของพืชผัก การจำแนกประเภท หลักในการเลือกสถานที่สำหรับใช้ปลูกผัก ปัจจัยสำคัญที่จะทำให้การปลูกพืชผักประสบความสำเร็จ และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโต ของพืชผัก เป็นต้น

เรื่องที่ 1

เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการปลูกพืชผักสวนครัว

สาระสำคัญ

การปลูกพืชผักสวนครัวให้ประสบความสำเร็จนั้น ผู้ปลูกจำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับพืชผัก เช่น รู้ความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของพืชผัก การจำแนกประเภท หลักในการเลือกสถานที่สำหรับใช้ปลูกผัก ปัจจัยสำคัญที่จะทำให้การปลูกพืชผักประสบความสำเร็จ และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโต

ของพืชผัก เป็นต้น

ความหมายของพืชผักสวนครัว

พืชผัก หมายถึง พืชที่ปลูกเพื่อใช้ประโยชน์จากราก ใบ ลำต้น ดอก และผลเป็นอาหาร สวนมากจะมีอายุสั้น เช่น หอม กระเทียม โหระพา พริก มะเขือ ผักกาด ผักบุ้ง ผักชี เป็นต้น ผักที่ใช้รากและหัวเป็นอาหาร เช่น ผักกาดหัว มันเทศ ขิง ข่า กระชาย ขมิ้น

ความสำคัญของพืชผักสวนครัว

1. ความสำคัญทางด้านเศรษฐกิจและอาชีพการเกษตร

การปลูกผักเป็นอาชีพทางการเกษตรที่สำคัญอย่างหนึ่งของคนไทยเพราะประชากรของประเทศสวนใหญ่ประมาณร้อยละ 60 ประกอบอาชีพเกี่ยวกับเกษตรกรรมและมีพื้นที่ที่ทำสวนผักประมาณ 7 แสนไร่เศษ กระจายอยู่ทั่วทุกภาคของประเทศ มีการปลูกผักทั้งบริโภคในครัวเรือน ปลูกเพื่อจำหน่ายภายในตลาดในท้องถิ่นเป็นรายได้เสริมให้กับครอบครัว และปลูกเพื่อเป็นอาชีพหลักส่งจำหน่ายทั้งในตลาดท้องถิ่น และต่างจังหวัดสร้างรายได้เลี้ยงครอบครัว ในบางท้องถิ่นปลูกเป็นจำนวนมากจนสามารถส่งไปจำหน่ายยังต่างประเทศสร้างรายได้ให้กับประเทศ

2. ความสำคัญทางด้านคุณค่าทางอาหารและโภชนาการ

พืชผักจัดว่าเป็นอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีประเภทหนึ่งที่ยอมรับประทานกัน

เป็นอาหารหลัก ประเภทหนึ่งในอาหารหลัก 5 หมู่ เพราะผักแต่ละชนิดจะมีโปรตีน แป้ง ไขมัน และแร่ธาตุต่างๆอย่างครบถ้วน เพื่อช่วยบำรุงส่วนต่างๆของร่างกายให้เจริญเติบโตแข็งแรง นอกจากนี้พืชผักยังเป็นอาหารชูรส ช่วยปรุงแต่งกลิ่น สี สันรสชาติของอาหารให้รับประทาน และยังช่วยให้ระบบขับถ่ายดีขึ้นอีกด้วย พืชผักจึงจัดเป็นอาหารที่มีความสำคัญและจำเป็นต่อมนุษย์ ดังนั้นเราจึงควรบริโภคเป็นประจำเพื่อสุขภาพและอนามัยที่ดี

ประเภทของพืชผักสวนครัว

พืชผักสวนครัวที่ปลูกอยู่โดยทั่วไปมีอยู่หลายประเภท ซึ่งสามารถจำแนกตามหลักการใช้ประโยชน์ได้ 4 ประเภท ดังนี้

ผักที่ใช้ลำต้นและใบเป็นอาหาร เช่น ผักกาดขาวปลี ผักกาดเขียวปลี ผักบุ้ง กระเพรา โหระพา ผักกวางตุ้ง กะหล่ำปลี สะระแหน่ เป็นต้น

1. ผักที่ใช้กาบใบเป็นอาหาร เช่น หอมแบ่ง หอมแดง กระเทียม เป็นต้น

เผือก เป็นต้น

ผักที่ใช้ดอกเป็นอาหาร เช่น กะหล่ำดอก ดอกแค ดอกโสน บล็อกโคลี เป็นต้น