

庭院种菜——

秋季蔬菜种植时间表

彩烟游士（印第安纳波利斯）

夏日炎炎似火烧，秋菜播种开始了！在今天的博文里，我与朋友们谈谈在美国北方（4-6区）种秋菜。

首先，什么是秋菜呢？秋菜是一种通俗的说法，泛指秋天或者初冬收获的蔬菜。秋菜一般都是喜凉蔬菜（cool season vegetables），和早春播种的蔬菜基本一样，所以可以这么说，春菜和秋菜是分别在春天和秋天种植的同一种蔬菜。

我们先来看看7月中上旬，美国北方能种什么蔬菜。有些蔬菜（如大蒜和迟熟莴笋）到6月底7月初才收获，收获了这些蔬菜之后，差不多已经是7月中上旬了。到了这个时候，种西红柿辣椒这样的夏菜太迟了，但种秋菜又太早。在这不上不下的几个星期，朋友们可以考虑种这些蔬菜：

1、黄瓜。黄瓜的生长期和收获期比较短，所以黄瓜可以分期分批种植。7月份可再种一批黄瓜，到8月底和9月份收获。这个时候种黄瓜最大的障碍是黄瓜虫。7-8月份黄瓜虫实在太猖獗了，这个时候的黄瓜不容易种植。

2、吃菜秧的青菜白菜。朋友们可以在空地或者花盆里试种青菜白菜，过3-4星期采摘小苗。青菜白菜的小苗就是鸡毛菜，很好吃的。我个人觉得这个时候种鸡毛菜也不容易。除了菜青虫，美国有一种很小的害虫叫跳蚤虫（flea beetles），特别喜欢吃青菜白菜的小苗。跳蚤虫一夜之间就冒出好多，将刚出土的小苗咬得千疮百孔。不过朋友们要试试，说不定你的地区没有跳蚤虫。

3、苋菜。7月份天气热，可以在菜地或花盆里种苋菜。苋菜是非常有趣的蔬菜。在有的地区种植，可以一个虫眼也没有；在另外的地区，虫子可以把苋菜吃个精光。如果你那里虫害不严重，7月份可以来一批短平快的苋菜，拔了苋菜之后再种其他蔬菜。

接下来，我们一起看看7月下旬到8月份可以种植什么蔬菜。7月下旬到8月初开始，很多秋菜可以直播或者育苗了。先说明一下，大部分蔬菜都可以直播，也可以先育苗，再移栽。直播的好处是省了育苗这一步，当然必须有空余的菜地。直播的缺点是蔬菜苗期不容易保护，有可能小苗刚发芽就被虫子吃了。育苗的好处是苗期容易保护小苗；缺点是需要移栽，费事。菜友们可以根据自己情况，决定直播还是育苗。

根据我的经验，适合直播的秋菜有：茼蒿、茼蒿、菠菜、樱桃萝卜和大萝卜。茼蒿、茼蒿和菠菜，害虫少，移栽起来又麻烦，所以适合直播。各种萝卜直播和移栽我都试过，但直播的产量大大高于移栽的，所以我建议菜友们直播萝卜，不要移栽。

在美国北方，萝卜什么时候播种最好？中国有句俗语：头伏萝卜二伏菜。我认识的北京人，不管自己种不种菜，都会来一句：“头伏萝卜二伏菜”。头伏一般是7月中旬，“头伏萝卜二伏菜”适合北京附近的华北平

原，但我觉得在我住的5区，头伏种萝卜偏早了。我通常在8月1日种萝卜，每年都能种出大萝卜。当然朋友们可以试试头伏种萝卜。如果头伏种的萝卜到10月份就抽苔了，那第二年推迟几天种萝卜。我种过有些品种的萝卜，即使在8月1日播种，到了10月份也会抽苔。这样的萝卜品种，要推迟到8月中旬种植。

我们再来看看什么蔬菜适合育苗。在美国北方，适合育苗的秋菜有：大白菜、上海青、苏州青、大头菜、雪里蕻、红菜苔、白菜苔、榨菜、芥菜和其他十字花科的蔬菜。这些蔬菜种子出苗很容易，但害虫很多，主要害虫包括菜青虫、跳蚤虫和西瓜虫。朋友们要注意防治这些害虫，以确保菜秧能长到移栽的时候。

除了这些大家喜欢的十字花科蔬菜，一些菊科蔬菜也深受欢迎。秋天适合育苗的菊科蔬菜包括生菜、甜麦菜和莴笋。

莴笋是菜友们特别喜欢种植的蔬菜。很多朋友春天时莴笋吃厌了，发誓秋天不种莴笋了，但过了一个夏天，又想种莴笋了。莴笋的魅力就是这么大！

秋莴笋要育苗，不要直播。理由有三：一，8月份不一定有空的菜地；二，8月份温度太高，莴笋的出苗率很低。莴笋种子的最佳发芽温度是15-20℃；三，夏天菜地里的西瓜虫和鼻涕虫很猖狂，莴笋一出苗就可能

被虫子吃得找不到了。

到了9月份，天气转凉，秋意很浓了。这时候，菜地里的夏菜（黄瓜、西红柿和豆子）都该全部清理了。前一个月育好的菜秧可以移栽到地里了。8月底9月初是移栽菜秧的时候。如果8月份没有育苗，这时候直播或者育苗有点太迟了，但也可在菜地里直播白菜青菜之类的秋菜。这些蔬菜尽管长不了很大，但过几个星期还是能收获半大的青菜白菜的。

在美国北方（4-6区），如果菜友们合理安排种植时间，秋天的后院菜地可以很丰收的！

