

Tự trồng rau mầm ngắm chán thì 'xơi'

Rau mầm là nguồn rau xanh giàu dinh dưỡng, ngon miệng, rất có lợi cho sức khỏe của con người.

Trong số các loại cây trồng dễ nhất và nhanh nhất thì rau mầm chiếm vị trí quán quân, cung cấp nhiều hương vị tươi mới từ nhẹ nhàng cho đến cay nồng. Là nguồn rau xanh có lợi cho sức khỏe, dễ dàng trồng đi trồng lại.



Rau mầm là nguồn rau xanh giàu dinh dưỡng, ngon miệng, rất có lợi cho sức khỏe của con người.

Những cây rau mầm non mơn mớn được trồng để thu hoạch ở giai đoạn đầu và hoàn hảo để trồng trong nhà. Bạn có thể đặt những chậu rau mầm bất cứ nơi nào bạn muốn, trên bậu cửa sổ, quanh khu vực bếp nấu tùy thích. Chúng sẵn sàng để bạn thu hoạch bằng cách dùng kéo cắt ngang thân chỉ sau 2 – 3 tuần phát triển. Nếu cứ để mặc chúng phát triển, rau mầm sẽ lớn lên thành cây con và cây trưởng thành.

Không giống như trồng bằng cây giống, rau mầm cần được gieo hạt và nảy mầm. Để trồng rau mầm trong nhà, bạn cần đến những chiếc chậu chứa hợp chất dinh dưỡng và đầy đủ ánh sáng. Về mặt hương vị, rau mầm hoàn toàn mang đến hương vị tròn trịa, đầy tinh tế không kém gì các loại rau xanh bình thường.

Nhà đẹp sẽ giới thiệu đến các bạn phương pháp trồng rau mầm trong nhà cực đơn giản mà ai cũng có thể làm được:

Để trồng rau mầm trong nhà, các bạn cần chuẩn bị những công cụ và nguyên liệu sau:



- Những chiếc chậu làm bằng than bùn cao khoảng 9 – 10cm, hoặc bất kỳ loại chậu, cốc,... nào phù hợp.

- Hỗn hợp đất trồng không có đất

- Mùn cưa

- Hạt giống rau mầm

- Màng bọc thực phẩm

- Bình tưới nước

Các bước thực hiện:



Bước 1:

Để bắt đầu trồng rau mầm, làm ẩm hỗn hợp trồng cây không có đất. Đây là môi trường vô trùng được sử dụng để thúc đẩy sự phát triển hạt giống.

Tưới nước ẩm vào hỗn hợp cho đến khi nó hoàn toàn ẩm ướt.



Bước 2:

Dùng xẻng nhỏ xúc đầy hỗn hợp vào trong các chậu con đã chuẩn bị sẵn, rồi đặt vào một chiếc khay có thành cao 2 - 3 cm.



Bước 3:

Rắc đều hạt giống lên trên bề mặt hỗn hợp vừa trộn, gieo hạt giống dày hơn bình thường.

 Chia sẻ  Chia sẻ



 Chia sẻ  Chia sẻ



 Chia sẻ  Chia sẻ



Bước 4:

Phủ một lớp mùn lên trên cùng. Lớp mùn này hấp thụ nước và giải phóng nước từ từ, giữ ẩm cho hạt giống và đất trồng nhưng không quá ẩm ướt.

Bước 5:

Tưới nước thật nhẹ nhàng.

Cho đến khi hạt giống nảy mầm và nhú cao xanh tốt, cần chú ý giữ ẩm cho hỗn hợp trồng cây.

Nếu hỗn hợp quá ướt, hạt giống sẽ không thể nảy mầm.

Bước 6:

Thúc đẩy sự tăng trưởng tốt nhất của rau mầm, phủ một lớp màng bọc thực phẩm lên bề mặt các chậu cây để duy trì độ ẩm và thúc đẩy sự nảy mầm.



Bước 7:

Khi hạt giống nảy mầm, rời bỏ lớp màng bọc. Đặt khay chậu cây ở cửa sổ đầy nắng để giúp cây lớn nhanh.

Lúc này, chỉ tưới nước bằng cách đổ nước vào khay. Nước sẽ thấm qua lớp thành làm bằng than bùn của chậu cây.

Vì được trồng bằng hợp chất dinh dưỡng không có đất nên rau mầm rất sạch sẽ. Cách thu hoạch tốt nhất là bạn sử dụng kéo và cắt sát phần gốc của cây rau. Chúng ta có thể lấy toàn bộ cây rau mầm để chế biến thức ăn mà không tốn công nhặt lại như các loại rau bình thường.



Rau mầm rất sạch sẽ, thu hoạch dễ dàng bằng kéo.