

# Bí quyết trồng và giữ tỏi tươi lâu hàng tháng trời

Lưu trữ không đúng cách khiến tỏi biến chất, mất mùi.

## Tác dụng của tỏi

- Chữa bệnh

Tỏi được phát hiện từ khoảng 5000 năm trước ở khu vực Trung Á. Bên cạnh tác dụng như một loại cây gia vị làm dậy mùi món ăn, tỏi còn được biết đến như một loại thảo dược đa năng giúp phòng và chữa nhiều bệnh.



## Bài liên quan:

[Chi em đua nhau săn hoa hồng sa mạc giảm béo, đẹp nhà](#)

[Chọn đúng dâu tây Đà Lạt trồng giò treo trong vườn nhà](#)

[Tập tành trồng rau sạch trong nhà với 9 loại cây dễ trồng](#)

Từ xa xưa, những người Ai Cập cổ đại đã ăn tỏi để lấy sức xây Kim tự tháp; các chiến binh La Mã ăn tỏi để chữa cúm và cải thiện sức bền. Năm 1858, nhà bác học Pasteur đã chứng minh được khả năng kháng khuẩn của tỏi. Từ đó, tỏi được sử dụng rộng rãi trong Thế chiến thứ nhất và thứ hai để ngăn ngừa sự hoại tử của các vết thương do bom đạn gây ra.

Theo Đông y, tỏi có vị cay tính ấm. Trong y học cổ truyền Trung hoa, tỏi đã được sử dụng từ hơn 3.000 năm trước như một phương thuốc hữu hiệu để dự phòng cảm cúm, điều trị rần cắn và các bệnh nhiễm khuẩn.

- Làm đẹp

Với mùi hăng khó chịu, ít chị em dám làm đẹp bằng tỏi. Tuy nhiên, tỏi có những tác dụng thần kì làm trẻ hóa tế bào, chống lão hóa, duy trì sức khỏe và sự trẻ đẹp. Chất alicine trong tỏi có tác dụng khử trùng, bảo vệ tế bào da, tăng cường sức đề kháng, hạn chế sự phát triển của vi khuẩn, giúp da trắng mịn. Ngoài ra, muốn nuôi dưỡng bộ móng chắc khỏe hơn hãy dùng tỏi tươi cắt qua lớp bề mặt, sau đó chà xát lên móng tay nhiều lần, móng sẽ khỏe và ít gãy hơn.



### Cách trồng tỏi tại nhà

Tỏi là loại cây gia vị quen thuộc trong những bữa cơm hàng ngày trong mỗi gia đình người Việt. Vị cay hăng của tỏi làm dậy mùi từng món xào, món chấm. Nhiều chị em hay than phiền nhiều tép tỏi giờ đây trồng đại trà chẳng còn giữ được vị cay hăng đúng điệu.

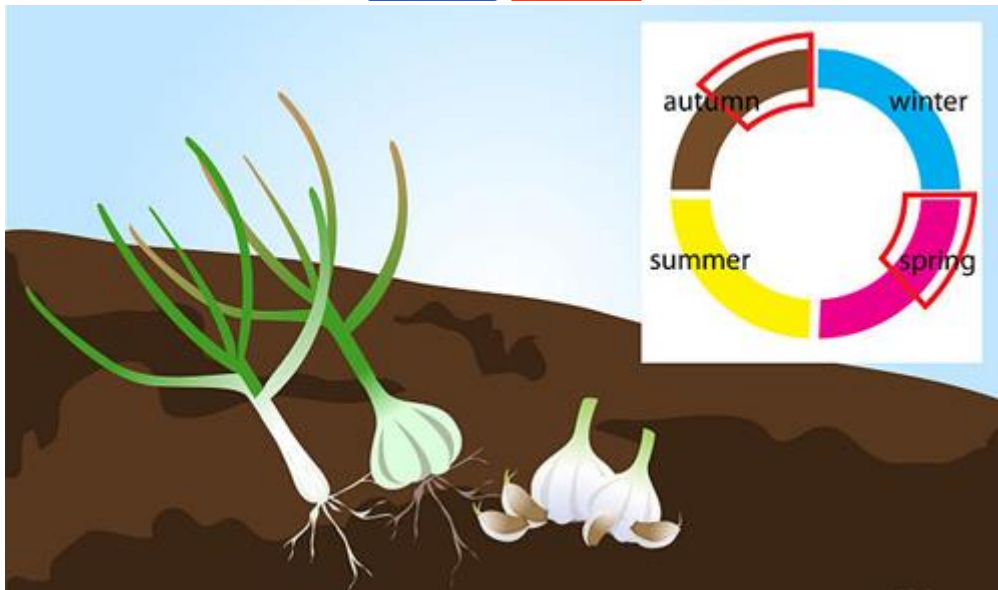
Trồng tỏi tại nhà khá dễ dàng và không tốn kém. Hơn nữa, năng suất cao và bảo quản lâu giúp gia đình và người thân chẳng cần lo lắng trong một thời gian dài, thậm chí còn có thể đem tặng cho bạn bè.



- Điều kiện phát triển

Thời gian tốt nhất để trồng tỏi là vào giữa thu hoặc đầu xuân. Tỏi là loài cây sống tốt trong mọi điều kiện khí hậu. Tuy nhiên, tỏi phát triển nhất trong điều kiện nhiều ánh sáng, ít ngon hơn khi nhiệt độ cao, nhiều ẩm, nhiều mưa. Đất để trồng tỏi tốt nhất nên là thịt pha cát để thoát nước tốt.

[f Chia sẻ](#) [g+ Chia sẻ](#)



- Chọn tỏi

Tỏi giống nên chọn loại tỏi sạch để tránh dính hóa chất. Mỗi tép tỏi sẽ mọc lên một cây mới, do đó nên chọn những tép tỏi lớn, cứng. Những tép tỏi bé sẽ chiếm diện tích đất mà cây con lên không được to khỏe. Còn những tép tỏi bị vỡ, lép cũng sẽ không lên cây.

[f Chia sẻ](#) [g+ Chia sẻ](#)

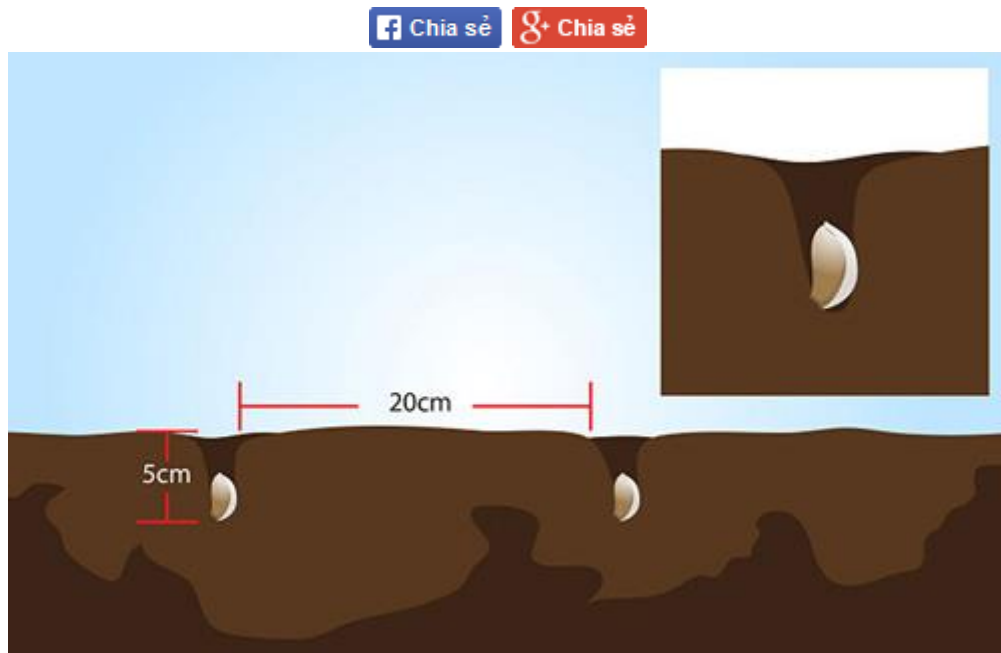


- Trồng

Tách củ tỏi ra từng tép nhỏ, chọn những tép chắc mẩy nhất.

Trồng mỗi tép tỏi sâu khoảng 5cm vào trong đất.

Mỗi tép tỏi được trồng nên cách nhau khoảng 20cm để phát triển toàn diện nhất.



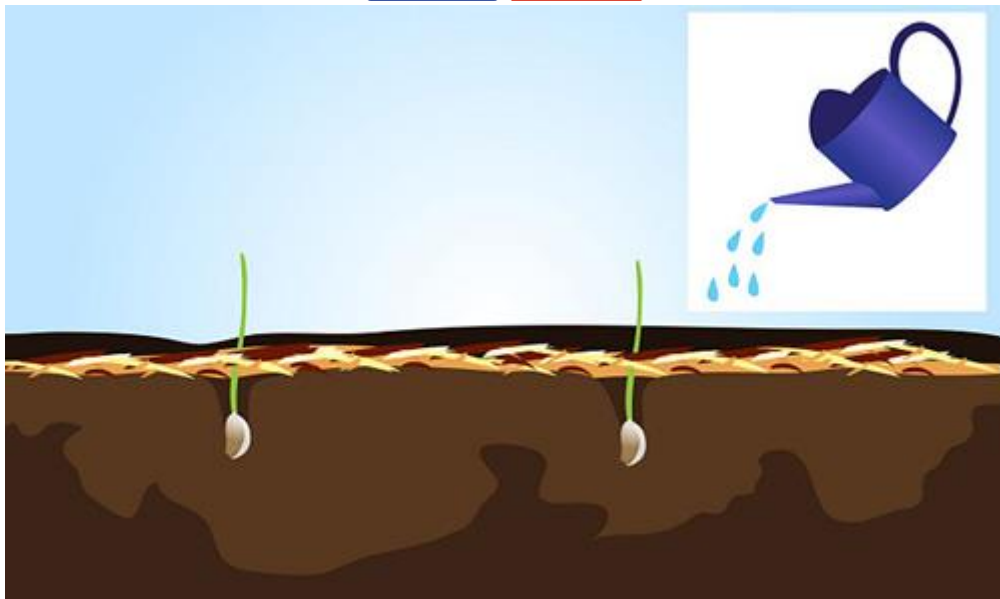
Che phủ mặt đất với cỏ khô, rơm rạ, hoặc lá mục để giữ ẩm cho giống.



- Chăm sóc

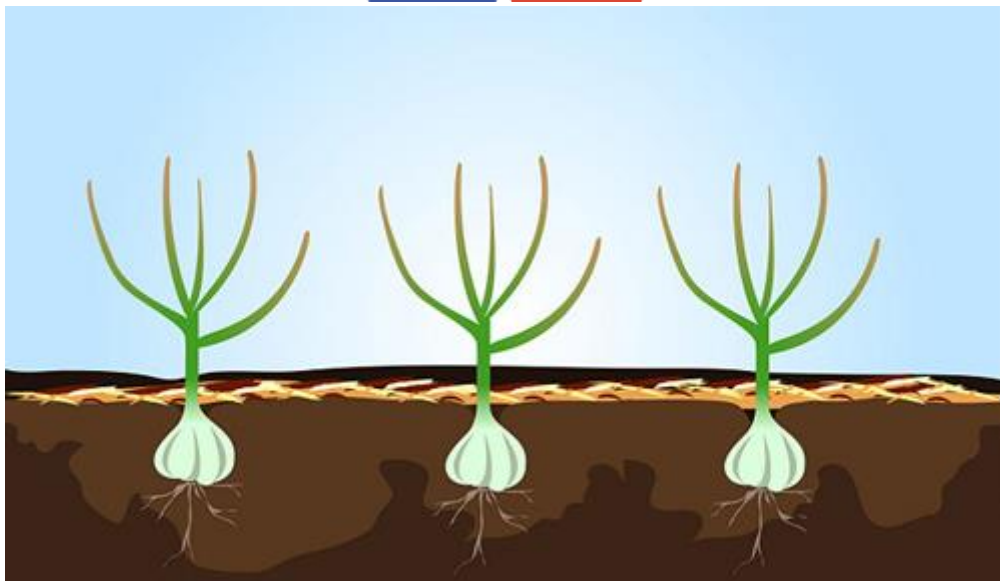
Bón phân hữu cơ và mùa thu nếu bạn trồng vào mùa xuân và ngược lại.

Cây mới trồng cần tưới nước đủ ẩm để rễ phát triển. Tuy nhiên, khi cây đã nhú mầm thì hạn chế tưới nước. Tỏi chỉ cần tưới 1 tuần/lần nếu trời không có mưa. Những tép tỏi sẽ phát triển tốt nhất vào mùa hè khô nóng.



#### - Thu hoạch

Khi các nhánh tỏi phía trên đã ngả sang màu vàng là lúc củ tỏi phía dưới đủ lớn để thu hoạch.



#### Bảo quản tỏi lâu

Tỏi khô có thể giữ được nhiều tháng trong môi trường khô và tối. Tuy nhiên, nhiều chị em sai lầm khi bảo quản tỏi trong tủ lạnh. Việc này sẽ khiến tỏi mất các chất dinh dưỡng có lợi cho sức khỏe.

#### - Chọn đồ đựng tỏi:

Ở các siêu thị thường có sẵn những túi lưới đựng tỏi rất hữu ích. Chúng rất tốt cho việc giữ tỏi tươi suốt một thời gian dài. Nếu bạn không thích mua túi lưới đựng tỏi sẵn này thì có thể sử dụng một chiếc túi giấy màu nâu để bảo quản tỏi trong đó.





- Đặt tỏi ở nơi khô, thoáng mát:

Chọn một chỗ trong bếp thật khô và thoáng để bảo quản tỏi. Điều này giúp tỏi không bị đắng và mất hương vị đặc trưng sau thời gian. Sự lưu thông không khí rất quan trọng để vi khuẩn không tấn công tỏi và làm hỏng nó.



*Đừng để tỏi ở nơi ẩm ướt hay quá nóng. Độ ẩm và ánh sáng trực tiếp là "kẻ thù" của tỏi.*