

Kỹ thuật trồng tỏi tại nhà làm thực phẩm, chữa bệnh

1. Điều kiện và lựa chọn giống trồng tỏi tại nhà

Tỏi là loại cây chịu lạnh và ưa nhiệt độ mát, cây chịu hạn kém và không chịu được úng. Do đó khi trồng tỏi tại nhà không cần tưới quá nhiều nước, chỉ cần đủ ẩm. Nên trồng tỏi ở nơi có nhiều ánh sáng.

Hiện nay trên thị trường có nhiều loại tỏi như tỏi trắng, tỏi tím, tỏi sọc tím, tỏi ý, tỏi Lý Sơn và đặc biệt giống tỏi đen có giá lên tới khoảng 700 ngàn đồng trở lên mang đến lợi nhuận kinh tế cao. Tùy vào điều kiện cũng như sở thích mà người trồng tỏi có thể lựa chọn giống phù hợp.

Tuy nhiên dù lựa chọn loại tỏi nào thì cũng cần đảm bảo lá xanh đậm, to bản, củ to, chắc. Tỏi giống nên chọn loại tỏi sạch để tránh dính hóa chất. Tránh chọn loại giống có tép tỏi nhỏ, mềm xốp, bị vỡ hay bị lép.

2. Thời điểm thích hợp trồng tỏi tại nhà

Trồng tỏi tại nhà thì có thể áp dụng bất cứ lúc nào. Nhưng thời gian tốt nhất để trồng tỏi là vào khoảng tháng 8, tháng 2 hoặc tháng 3.

3. Đất trồng tỏi tại nhà

Bạn nên sử dụng loại đất thịt pha cát bởi đất này mềm, xốp, giàu chất dinh dưỡng và thoát nước tốt. Thành phần chủ yếu cho phân chuồng ủ hoai, vôi trộn đều với đất rồi cho vào chậu, thùng xốp...

4. Kỹ thuật trồng tỏi

Sau khi chọn được giống tỏi ưng ý, bạn tách rời các tép của củ tỏi ra.

Chọn những tép chắc mẩy, bóng mượt nhất rồi bắt đầu trồng mỗi tép tỏi sâu khoảng 5cm vào trong đất đã chuẩn bị sẵn trong chậu.

Mỗi tép được trồng phải cách nhau 20 cm để chúng có không gian phát triển toàn diện.

5. Chăm sóc tỏi

Chăm sóc tỏi tại nhà không hề khó. Lúc mới trồng tỏi cần cung cấp đủ nước cho tỏi để bộ rễ của chúng có thể phát triển. Cũng nên lưu ý đặt chậu trồng tỏi ở nơi có đầy đủ ánh sáng mặt trời. Khi cây đã nhú mầm, bạn chỉ cần tưới 1 lần/tuần nếu trời không có mưa.

Nên bón phân hữu cơ cho cây được phát triển tốt hơn. Có thể bón phân vào mùa Xuân nếu trồng vào mùa Thu và ngược lại.

6. Thu hoạch tỏi

Khi các nhánh tỏi phía trên ngả sang màu vàng, lúc này củ tỏi phía dưới đã đủ lớn thì có thể thu hoạch.

Trường hợp nếu ăn không xuể hãy dùng túi lưới hoặc túi giấy để đựng tỏi. Không để tỏi trong tủ lạnh. Tránh để tỏi nơi nóng ẩm vì chúng sẽ nảy mầm rất nhanh sẽ không thể dùng được nữa.

7. Tác dụng chữa bệnh của tỏi

Y học cổ truyền đã dùng tỏi vào điều trị nhiều loại bệnh thu được hiệu quả tốt. Trong ngôi mộ cổ xưa ở Ai Cập, người ta đã tìm thấy đơn thuốc làm từ tỏi. Còn ở Trung Quốc, ngay từ năm 2600 trước Công nguyên đã có những bài thuốc bào chế từ tỏi. Ở nước Nga từ thế kỷ 19, người ta đã coi cây tỏi như một loài thảo dược chữa bách bệnh.

Tỏi tên khoa học *Allium sativum* L. thuộc họ Hành tỏi. Trong củ tỏi có chứa 0,10 – 0,36% tinh dầu, trong đó hơn 90% chứa các hợp chất lưu huỳnh. Thành phần chủ yếu của tỏi là chất alicin có mùi đặc trưng. Nhưng trong tỏi tươi không có alicin ngay, mà có chất aliin (một loại acid amin) – chất này chịu tác động của enzym alinase cũng có trong củ tỏi khi giã giập mới cho alicin.

Ngoài ra, củ tỏi còn chứa nhiều vitamin và chất khoáng... đặc biệt là selen. Y học phương Đông ghi về tỏi như sau: vị cay, tính ôn, hơi có độc, vào 2 kinh can và vị, tác dụng thanh nhiệt, giải độc, sát khuẩn, trừ phong, thông khiếu, tiêu nọt, hạch ở cổ, tiêu đờm...

Tỏi có nhiều hữu ích, đó là điều rõ ràng. Tuy nhiên, đã là thuốc thì phải tính đến liều lượng sử dụng thích hợp và các phản ứng phụ, không nên lạm dụng. Nếu dùng tỏi quá nhiều có thể gây hơi thở hôi, rối loạn dạ dày, ruột, ức chế tuyến giáp...

<https://dantocmiennui.vn/kinh-nghiem-lam-an/ky-thuat-trong-toi-tai-nha-lam-thuc-pham-chua-benh/166649.html>