

Kỹ thuật trồng các loại rau ăn lá theo hướng hữu cơ

Hiện nay các mô hình trồng rau theo hướng hữu cơ ngày càng phát triển mạnh. Rau hữu cơ không những đảm bảo sức khỏe cho người trồng mà còn đảm bảo sức khỏe, an toàn vệ sinh thực phẩm cho người sử dụng. **Thời vụ trồng**

Có thể trồng được quanh năm, nhưng thích hợp nhất trồng vụ Đông Xuân. Nếu có điều kiện nên trồng rau trong nhà lưới hoặc có mái che để tránh nắng nóng và mưa to.

b. Chọn đất và làm đất

Rau ăn lá có thể trồng trên nhiều loại đất khác nhau. Tuy nhiên, chọn đất trồng và làm đất trồng cải xanh, cải ngọt, mồng tơi và xà lách phải đảm bảo các yêu cầu sau:

- Chọn đất thịt nhẹ, đất phù sa ven sông, giàu chất dinh dưỡng, có độ pH từ 5,6 - 6,8; đất giữ được độ ẩm, thoát nước tốt.

- Phải làm đất tơi xốp, phơi ải 5 - 7 ngày để tiêu diệt hoặc làm giảm sự gây hại của sâu bệnh.

- Lên luống thoát nước tốt, trước khi trồng cần xử lý đất bằng vôi bột để tiêu diệt mầm mống sâu bệnh.

- Kích thước luống và rãnh: mặt luống rộng 1,0-1,2m; rãnh luống 30-40cm.

+ Đối với những vùng đất không bị ngập úng lên luống từ 5 - 10cm;

+ Đối với những vùng trũng hay bị ngập nước lên luống từ 15 - 30cm.

c. Giống và xử lý hạt giống

- Hiện nay, trên thị trường có rất nhiều giống cải xanh, cải ngọt, xà lách. Nên mua các giống rau cải có nguồn gốc rõ ràng, tại các cửa hàng, đại lý kinh doanh hợp pháp.

- Hạt giống trước khi gieo trồng bà con nên ngâm hạt giống vào nước nóng nhiệt độ 30 - 35⁰ (2 sôi, 3 lạnh) trong thời gian 3 - 4 giờ, sau đó vớt ra để ráo nước rồi ủ trong khăn ẩm khoảng 10 - 12 giờ, để hạt nứt nanh, nảy mầm là đem đi gieo.

d. Gieo và chuẩn bị cây con

- Có thể gieo hạt giống vào trong các khay lớn hoặc tận dụng mảnh đất bên ruộng trồng rau để gieo ươm cây con.

- Sau khi gieo, tiến hành rải một lớp đất mỏng lên trên để phủ kín hạt, đồng thời phủ một lớp vỏ trấu hoặc rơm rạ băm ngắn 3-4 cm phủ lên luống để chống mưa và giữ ẩm trong mùa nắng.

- Sau khi gieo 15-17 ngày (đối với rau cải xanh và cải ngọt) và 20-25 ngày (đối với xà lách) thì tiến hành nhổ cây con đem trồng. Đối với những ruộng mà gieo trực tiếp lên luống thì tiến hành tỉa thưa cho cây rau phát triển.

- Trước khi nhổ cây con 2-3 ngày, nên tưới phân urê hoặc DAP loãng để cho rau bén rễ và phải để đất khô 1 ngày trước khi nhổ đi trồng.

- Cây con phải sinh trưởng, phát triển tốt, không bị sâu, bệnh gây hại.

e. Phân bón

- Lượng phân bón khuyến cáo cho 500 m²: Phân chuồng hoai mục: 500 - 1.000 kg hoặc phân vi sinh 50 - 100kg;

- Cách bón:

Lần bón	Loại phân	Lượng (kg/ 500 m²)	Cách bón
- Bón lót	Phân hữu cơ ủ hoai mục	500	Trộn đều vào hố đất hoặc bón theo rãnh
- Bón thúc lần 1 (Sau khi cấy 3 - 5 ngày)	Phân hữu cơ ủ hoai mục	100	Bón theo hàng rồi lấp đất
- Bón thúc lần 2 (Sau khi cấy 10 -15 ngày)	Phân hữu cơ ủ hoai mục	100 - 150	
- Bón thúc lần 3 (Sau khi cấy 25 - 30 ngày)	Phân hữu cơ ủ hoai mục	200 - 250	

f. Mật độ trồng

- Cải xanh, cải ngọt: Lượng hạt giống gieo cho 1 sào (500m²) là 20 - 40g.

*. Khoảng cách cây và hàng:

+ Đối với cải xanh: 10 x 10-12 cm.

+ Đối với cải ngọt: 15 x 20 cm.

- Mồng tơi: Lượng hạt giống gieo cho 1 sào (500m²) là 1.000 - 1.200g.

*. Khoảng cách cây và hàng:

+ Cây cách cây 20 cm, hàng cách hàng 25 cm.

- Cải xà lách: Lượng hạt giống gieo cho 1 sào (500m²) là 20 - 30g.

*. Khoảng cách cây và hàng:

+ Vụ Đông Xuân: 15 x 18 cm hoặc 15 x 15 cm.

+ Vụ Hè Thu: 15 x 15 cm hoặc 12 x 12 cm.

g. Chăm sóc

- Tưới nước: Sau khi gieo, đất trong vườn ươm cần phải được giữ ẩm thường xuyên. Nếu đất khô nhanh thì ngày tưới 2 lần vào lúc sáng sớm và chiều mát.

- Đối với những ngày nắng nóng thì ta có thể dùng lưới để che nắng cho cây mới trồng, để hạn chế việc chết heo cây.

- Nhổ cỏ: Phải làm thường xuyên vì ruộng ẩm, đất tốt, cỏ mọc nhanh, nhổ cỏ lúc còn nhỏ.

- Tỉa cây: Khi mật độ mọc quá dày thì tiến hành tỉa bớt cây để cho cây thoáng tạo điều kiện cho cây phát triển tốt.

h. Thu hoạch

Sau khi trồng 25 - 35 ngày thì ta tiến hành thu hoạch.

- Cần thu hoạch đúng lúc để đảm bảo năng suất, chất lượng và thẩm mỹ hình thái và màu sắc rau.

- Sau khi thu hoạch xong tiến hành rửa rau và cho vào bao bì trước khi vận chuyển đến nơi tiêu thụ

i. Quản lý dịch hại tổng hợp

- Biện pháp canh tác:

+ Làm đất và lên luống.

+ Trồng luân canh và xen canh rau.

- Điều tra dịch hại và thiên địch trên ruộng rau.

- Làm tăng tính đa dạng sinh học trên ruộng rau hữu cơ bằng cách bổ sung thiên địch và các loại thuốc vi sinh và thảo mộc:

+ Thuốc sinh học Bt, ViS, TriB1 và Vi Ha....

+ Thuốc thảo mộc làm từ gừng, ớt, tỏi, lá hoặc hạt xoan hoặc cây tỏi.

- Ứng dụng đấu tranh sinh học để phòng trừ sâu, bệnh hại:

+ Sử dụng bầy sinh học như bầy dính màu, bầy pheromon.

+ Lợi dụng thiên địch ăn thịt như bọ rùa đỏ, kiến vàng, bọ đuôi kìm, chuồn chuồn cỏ...

+ Lợi dụng thiên địch bắt mồi như nhện Acarina...

+ Lợi dụng thiên địch ký sinh như ong ký sinh mắt đỏ, ong đen kén trắng,...

+ Lợi dụng thiên địch là vi sinh vật ký sinh côn trùng hại như Bt, virus đa nhân sần khoang NPV.SI, virus sần xanh bướm trắng GV.Pr. Nấm ký sinh côn trùng Beauveria, Metarhizium anisopliae và nấm đối kháng Trichoderma harianum.../.

