



枸杞



有不少花友问,除了养花,能不能在家里种果树?当然可以!在家里养几盆果树,不仅好看,结果后还能吃。沉甸甸的果子挂满枝头,摘下来满满一大碗,想怎么吃就怎么吃,幸福感倍增。 ■ 吴笑文/整理

家里养这6种果树 全年不缺水果吃



蓝靛果

蓝靛果,像蓝色小宝石

蓝靛果,又叫做山茄子,味道酸酸甜甜,吃起来比蓝莓还香,不管是酿酒、拌沙拉,还是煮甜汤,滋味都是特别美,让你瞬间回忆起小时候的味道。蓝靛果的种植范围很广,可以盆栽,也可以地栽,像是内蒙、东北、西北、西南地区都能养,不过南方冬天温度高于5℃的地方,不建议种植。

蓝靛果春夏生长快,可以半个月补充1次肥料,像是美乐棵的果蔬营养液就很好用。它对光照的需求不是很大,放在散射光处也能养,昼夜温差大的地方,可以让蓝靛果的口感更好。

黑加仑,一口一个真过瘾

黑加仑又叫黑醋栗,跟黑枸杞一样,黑加仑的维生素C含量也特别高,足足是葡萄的7倍,不管是直接吃还是做果酱,不仅口感好,对身体健康也有好处。黑加仑的原产地在新疆、内蒙等地区,所以耐寒性特别强,-35℃完全没问题,所以全国大部分地区都能养,不管是盆栽还是地栽,都可以养得好。

黑加仑需要放在光照好的地方养,平常发现盆土干了就浇水,每个月给它补充1次果蔬营养液,可以让它长势更旺,结果更多。

灯笼果,吃起来特别开胃

灯笼果的外形像是小西瓜,之前是东北一种野外的果树,但是这几年经过人工培育,味道从之前的酸



灯笼果

味多变成了酸甜可口,吃起来特别开胃,很适合在家里养一盆。

灯笼果皮实好养,耐热又耐寒,即使是40℃高温也照样能生长,冬天-20℃也不会冻死,咱们中国大部分地区都能养,大家可以放心购买,不用担心会晒死,也不用担心被冻死。

灯笼果生长需要充足的光照,生长期要放在光照好的地方多晒,有条件的可以放在室外地栽,不用怎么管就特别皮实。

树莓,好吃到停不下来

树莓又叫覆盆子,吃起来酸酸甜甜,跟草莓的口感类似,咬一口,汁水在口腔里炸开,水分特别足,一口一个,好吃到停不下来。

树莓生长不挑地方,不管是南方热的地方,还是北方特别冷的地方,都可以养,地栽或是盆栽都没问题。树莓喜欢晒太阳,平常要放在光照好的地方多晒,每个月补充1次果蔬营养液,就可以让树莓长得更旺,结果沉甸甸,看着特别多,感觉每次都能摘一大碗呢。



树莓



黑加仑

软枣猕猴桃,咬一口真好吃

软枣猕猴桃特别神奇,它的果子外形像是大一些的青枣,但是吃起来却是猕猴桃的口感,维生素C的含量也特别多,经常吃软枣猕猴桃,可以补充维生素C,对身体健康大有好处。软枣猕猴桃种植完全不挑地方,不管是寒冷的大东北,还是南方高温天气,都可以地栽,不怕热死,也不怕冻死,全国各地的花友放心养。

软枣猕猴桃喜光,平常要放在光照好的地方多晒,因为枝条可以攀爬,所以在生长过程中要给它搭个架子,让枝条沿着架子上爬。生长期补充复合肥,就可以让它疯长不停,结出小果子了。

枸杞,滋补又营养

枸杞可是养生佳品,因为它含有丰富的维生素和胡萝卜素,可以提高身体抵抗力,平常喝水的时候在保温杯里泡上几个枸杞,越喝身体越健康。枸杞比较耐寒,冬天-25℃也能活,所以不管是南方还是北方,大家都可以放心养枸杞,完全不用担心被冻死或是被热死。

枸杞喜欢晒太阳,充足的光照才能让它长得旺盛。它对水分的需求不高,发现盆土表面发白了再浇水就可以,枸杞当年就能开花结果,平常也可以给它做各种造型,做成漂亮的枸杞小盆景。

枸杞,除了最常见的红色品种外,还有最近特别火爆的黑色枸杞,黑枸杞的花青素含量特别高,不管是泡水喝还是煮粥,效果都很棒。

金银花茶 ■ 赵自力



地绽放,悄悄播撒着芳香。

“真好看,真香!”妻子从未见过如此多的金银花,不禁连连感慨。连从小就看惯了金银花的我,也禁不住看了又看,望了又望。原本长在田间地头的不起眼的小花,母亲将其移栽过来,开得满墙都是。那些小花竟然蕴藏着巨大能量,远远地就能闻到浓郁的香味。也难怪在城市里长大的妻子,显得那么惊喜。

我不禁想象着,母亲的那堵金银花,在春天疯长,然后越过墙头,大大咧咧地爬进隔壁人家。“你妈天天看金银花,不是施肥,就是捉虫,简直把金银花当成了宝贝。”父亲说。“怎么不打些药啊,妈妈视力不怎么好,怎么去捉虫?”我问道。“你妈妈说等金银花开了,既好看,又可以摘下晒干给你们泡茶,所以就不敢打药了。”父亲说完,搬来凳子,让我们去摘。

我和妻子戴着草帽,提着竹篮,一边摘花一边闻,好像那花永远闻不够似的。

清风拂面,绿叶摇荡,金银花一簇簇地兀自开放。我们欢喜地采摘着,把一缕缕花香丢进竹篮里。一墙的金银花,我们整整采摘了半天。那些开在邻居院墙上的金银花,母亲让我们别摘了,留把花香给邻居。

半个竹篮都是金银花,抓起一把满满都是香气。母亲把那些金银花拿去晒,她说自家种的金银花,泡茶格外好喝,还能清热解毒呢。“你们每天用电脑,累了就泡一杯金银花茶,对眼睛有好处。”母亲一边扒拉着金银花,一边说,好像金银花成了神药似的。

回城后,我把母亲的金银花放进了冰箱,就去忙别的事了。有天忽然记起了,连忙泡了一杯金银花茶,细品母亲的温暖。

有个学医的朋友告诉我,金银花的学名叫忍冬,花语是全心全意把爱奉献给你。我当时听完心头一热,感觉有泪滑过脸颊。有空就去泡杯金银花茶,越喝越喜欢,因为里面有浓浓的妈妈的味道。

“五一”小长假,回了趟老家。还没进院子,就闻到一阵花香。那香味非常熟悉,莫不是金银花开了?

循着香味走去,在靠近厨房的院墙上,绿色的藤蔓迎风飘动,宛如一道绿墙。走近一看,果真是金银花。那细长的花朵,密密麻麻地开在绿叶之间。不似牡丹那样张扬,也没有蔷薇那样热闹,或黄或白的金银花静静