**Matjurtaræktun**
Að rækta og uppskera ferskt og bragðgott grænmeti beint úr eigin garði
getur gefið manni ómældar ánægjustundir.
Til að vel takist til er mikilvægt að skipuleggja ræktunarstarfið af kostgæfni allt frá byrjun. Þessar stuttu leiðbeiningar eru hugsaðar fyrir þann sem er að stíga sín fyrstu skref i
matjurtaræktuninni.

Fyrir þá sem vilja ítarlegri leiðbeiningar er rétt að benda á að mikilvægt er að þær miðist við íslenskar aðstæður, en hér á landi er sumarið bæði styttra og svalara en gerist í nágrannalöndunum.

Þegar garðstæði er valið þarf fyrst og fremst að hafa í huga að þar sé
skjólgott og bjart. Ekki sakar að garðlandinu halli til suðurs og það þarf
að vera vel framræst, ógrýtt og með næga jarðvegsdýpt.
Ef verið er að brjóta nýtt land til ræktunar er nauðsynlegt að blanda lífrænu efni saman
við moldina til dæmis safnhaugsmold eða moltu.
Það tryggir að jarðvegurinn verði hæfilega loftmikill auk þess sem það eykur næringargildi hans.

**Jarðvinnsla og áburðargjöf**

Jarðvinnsla felst í því að stinga upp eða tæta garðinn skömmu fyrir sáningu
eða útplöntun. Þetta þarf að gera í þurru veðri til að moldin verði létt og
loftmikil en klessist ekki saman. Sáðbeð þarf að raka vandlega. Til að
tryggja góða framræslu er gott að hafa beðin upphækkuð, u.þ.b. 20 cm
hærra en landið í kring. Þægilegt getur verið að afmarka beðin með
timburkarmi, það heldur garðlandinu snyrtilegu og auðveldar að mörgu
leyti baráttuna við illgresi og meindýr.

Samhliða jarðvinnslu er gefinn áburður og kalk. Kalk er í raun og veru ekki
áburður, heldur jarðvegsbætir sem kemur í veg fyrir að moldin verði of súr
og stuðlar þannig að betri miðlun næringarefna til plantnanna. Rétt er að
bera á 1-2 ára fresti um 10 kg af gróðurkalki á hverja 100 m2 garðs. Athugið þó að bera ekki kalk í þann hluta garðsins þar sem rækta á kartöflur vegna þess að kalkgjöf eykur hættu á kláða, en það er sjúkdómur sem skemmir hýðið á kartöflunum.

Þegar kemur að því að velja áburð er um það að ræða að nota tilbúinn áburð
eða lífrænan áburð. Það sem við köllum lífrænan áburð er til dæmis
safnhaugsmold (molta), sveppamassi, þörungamjöl, hænsnaskítur eða
búfjáráburður. Ef notuð er safnhaugsmold eða búfjáráburður er hæfilegt
að bera um 10 lítra á hvern fermetra beðs og blanda vel saman við moldina.
Fylgið annars leiðbeiningum á umbúðum.

Sé notaður tilbúinn áburður er hæfilegt að bera á um 10 kg af grænmetis-
áburði á hverja 100 m2 beðs. Gefa þarf viðbótarskammt af nituráburði fyrir
áburðarfrekar tegundir eins og hvítkál, rauðkál, blómkál og spergilkál. Er það
gert u.þ.b. einum mánuði eftir útplöntun og eru þá gefin 5 kg á hverja
100 m2 af niturríkum áburði. Viðbótarnæringu má einnig gefa með lífrænum
áburðargjöfum, hænsnaskítur er t.d. mjög ríkur af nitri og hentar því vel sem
viðbótaráburður fyrir næringarfrekar tegundir. Einnig má nota safnhaugsmold
sem viðbótaráburð og er henni þá sáldrað yfir beðin.

**Val á tegundum**
Tegundum sem hægt er að rækta utandyra hér á landi má skipta í nokkra
hópa eftir því hvernig ræktun þeirra er háttað. Fjölærar tegundir vaxa í
garðinum ár eftir ár, til dæmis rabarbari og graslaukur. Nokkrum tegundum
er hægt að sá beint í garðinn, til dæmis gulrótum, radísum, næpum og
spínati. Í stærsta hópinn falla tegundir sem ekki ná fullum þroska við
íslenskar aðstæður nema þær séu forræktaðar inni og plantað í garðinn
í lok maí, þegar orðið er nógu hlýtt í veðri. Þetta eru til dæmis
káltegundirnar, gulrófa, sellerí, fenníka, blaðlaukur, salat, rauðrófa og
beðja. Hægt er að forrækta þessar tegundir sjálfur, en fyrir þá sem eru
að stíga sín fyrstu spor í matjurtaræktun er mælt með því að kaupa
smáplöntur sem hægt er að planta beint út. Loks má benda á tegundir
sem ræktaðar eru upp af útsæði, en það eru til dæmis kartöflur og
lauktegundir. Hér á landi er hægt að rækta matlauk og hvítlauk
með því að setja niður sérstaka smálauka að vori sem hægt er að
kaupa. Uppskera af þeim kemur sama sumar.

**Hæfilegt vaxtarrými fyrir nokkar algengar grænmetistegundir:**

Út frá ofangreindum viðmiðum um vaxtarrými er hægt að gera áætlun
yfir það hversu mikið af matjurtum er hægt að rækta í venjulegum
heimilisgarði.
**Hér er tekið dæmi um það hvað hægt er að rækta mikið í 12 m2 garði:**

1. Gulrætur 40 stk og radísur 10 stk á 0.25 m2
2. Dill 2 stk, blaðsalat 5 stk, klettasalat 5 stk, spínat 2 stk og steinselja  2 stk á 0.25 m2
3. Rauðrófur 7 stk og blaðlaukur 10 stk á 0.5 m2
4. Hnúðkál 8 stk á 0.5 m2
5. Gulrófur 5 stk, spergilkál 5 stk og kínakál 3 stk á 1 m2
6. Blómkál 5 stk og grænkál 1 stk á 0.5 m2
7. Hvítkál 5 stk, rauðkál 5 stk, blöðrukál 2 stk og rósakál 4 stk á 3 m2
8. Kartöflur, 33 grös á 5 m2 (u.þ.b. 2 kg af útsæði)
9. Rabarbari, 1 planta á 1 m2

**Sáning**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Mikilvægt er að sá sem allra fyrst eftir að búið er að undirbúa garðinn. Notið hentugt áhald til að merkja fyrir rás til að sá í. Stóru fræi-til dæmis radísum, borgar sig að staksá með hæfilegu millibili, þá losnar maður við að grisja. Smærra fræi er sáldrað í rásina í hæfilegu magni. Laus mold er dregin yfir fræið og vökvað. Gott er að breiða trefjadúk yfir sáninguna til að flýta fyrir spírun. Oftast er nauðsynlegt að grisja sáningu ef fræi hefur verið dreifsáð, það er gert þegar plönturnar hafa myndað 2 "varanleg" blöð. Þau koma á eftir kímblöðunum sem eru tvö. Hlúið að plöntunum eftir grisjun, vökvið og breiðið trefjadúkinn aftur yfir |

**Plöntun**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Byrjið á því að merkja fyrir staðnum þar sem setja á hverja og eina plöntu niður þannig að hæfilegt bil verði á milli þeirra í samræmi við það vaxarrými sem hver tegund þarfnast. Gott er að grafa holu með plöntuskeið sem er hæfilega djúp þannig að jarðvegurinn verði í sömu hæð og plöntuhnausinn. En kálplöntur (forræktaðar) má planta dýpra í jarðveginn, þannig að moldin nái upp að fyrsta varanlega laufblaðinu, þ.e. kímblöðin (hjarta laga blöð) mega fara á kaf í moldina.Þrýstið moldinni að plöntunni þannig að góð snerting náist við jarðveginn. |
| **Vökvun** |  |
|  | Til þess að tryggja að plönturæturnar fái vatn er gott ráð að vökva vel ofan í holuna áður en moldinni er þrýst að plöntunni og holunni lokað.Vökvið vel strax eftir útplöntun þannig að pollur myndist umhverfis hverja plöntu. Notið stút sem dreifir bununni þannig að jarðvegurinn skolist ekki burt. Mikilvægt að vökva reglulega fyrstu vaxtardagana ef þurrt er í veðri til þess að rótarvöxturinn komist vel í gang. Gott er að breiða trefjadúk yfir plönturnar strax eftir útplöntun Það hækkar loft- og jarðvegshitann, stuðlar að jöfnum jarðvegsraka og hlífir plöntunum við þornun. |

**Umhirða á vaxtartíma**

Umhirða í matjurtagarðinum fellst fyrst og fremst í vökvun, illgresishreinsun
og vörnum gegn meindýrum auk áburðargjafar eins og fyrr er minnst á. Einnig
getur þurft að hreykja mold að plöntunum á vaxtartímanum, til dæmis
kartöflum og blaðlauk.

**Um illgresishreinsum**

Mikilvægt er að hefja aðgerðir gegn illgresi um leið og það lætur á sér kræla. Í
sólríku, þurru veðri er gott að fara yfir garðinn með arfasköfu. Þá skrælnar
illgresið í sólinni á nokkrum klukkustundum og ekki þarf að verja tíma í að
fjarlægja það. Þegar líður á ræktunartímann og plönturnar ná að loka fyrir
birtu niður á jarðveginn dregur verulega úr vexti illgresis.

**Um varnir gegn meindýrum**

Helstu meindýr sem herja í matjurtagarðinum eru sniglar og kálmaðkur. Það
hefur gefist vel að verjast kálmaðki með því að breiða yfir kálplöntur
trefjadúk og er hann þá hafður yfir þeim frá miðjum júní fram í miðjan júlí.
Á þeim tíma stendur varp kálflugunnar yfir, en hún verpir eggjum sínum
við rótarháls kálplantnanna og lirfurnar sem klekjast úr eggjunum bora sig
inn í rótarhálsinn og skemma vefina þar. Þetta veldur því að plönturnar
ná ekki að taka upp vatn og næringarefni, þannig að þær veslast smám
saman upp. Trefjadúkurinn er það fínriðinn að kálflugan kemst ekki í
gegnum hann og þannig er komið í veg fyrir varpið. Mikilvægt er að
ganga þannig frá dúknum á jöðrunum að flugan komist ekki undir hann.

Til að verjast sniglum má beita ýmsum aðgerðum. Í þurru veðri er ráð að strá
kalki yfir moldina, það þurrkar upp sniglana og kemur í veg fyrir að þeir komist
að plöntunum. Einnig er hægt að veiða þá í sérstakar sniglagildrur sem fylltar
eru með bjór, en sniglar eru mjög sólgnir í hann. Loks má nefna það að strá
sniglaeitri umhverfis plönturnar, en það ætti aðeins að gera í neyð, sem helst
skapast í röku sumri. Aðgerðir gegn sniglum þurfa einkum að beinast að því
að verja káltegundir sem eru viðkvæmar fyrir sniglum, sérstaklega eru þeir
sólgnir í kínakál.

**Verkfæralisti**

Stungugaffall
Malarhrífa
Plöntuskeið
Dreifistútur fyrir garðslöngu / Vökvunarkanna
Arfaskafa
Arfaklóra
Hreykiplógur
Illgresisherfi
Sniglagildra

**Efnislisti**

Molta
Sveppamassi
Kalk
Þörungamjöl
Hænsnaskítur
Grænmetisáburður
Niturríkur áburður
Trefjadúkur