

สวนผัก Keyhole (ปลูกผักพร้อมทำปุ๋ย)

ชุดบุฟเฟต์ผัก

ก้อนอาหารกลางสำหรับผัก

- ใช้สำหรับเป็นธาตุอาหารให้ผัก สิ่งมีชีวิตในดิน
- เติมจุลินทรีย์ให้กับพื้นดิน
- ย่อยสลายช้า อยู่ในดินได้นาน
- ใช้ประโยชน์ซ้ำเหลือทิ้งในครัวเรือน

ที่มา :
สวนผักดงเมืองหาดใหญ่

วิธีการทำ

- นำข้าวสุกหรือข้าวเสีย ข้าวเหลือทิ้งในครัวเรือน นำมาเทใส่ถาด คลุกกับขี้วัว ขี้ควัวหรือแบ่งข้าวสารี
- รดน้ำหมักชีวภาพ คลุกเข้าด้วยกัน
- นำกล้วยสุกงอมปอกเปลือกขยำกับกองข้าว บี้เป็นก้อนเท่ากำปั้น
- นำไปตากแดดให้หมาด 30 นาที เก็บไว้ในที่ร่ม รอจนเกิดฝ้าขาว
- นำไปฝังในดินในกระถางปลูกต้นไม้ให้ผัก หรือสิ่งมีชีวิตในดินดูกลืนไปใช้



ก้อนอาหารกลางสำหรับผัก

หนึ่งในความรู้ชุด "ผักบุฟเฟต์" ควบผักกินเมืองหาใหญ่

โดย ศุภกิจ วัฒนศักดิ์ บรรณานิติกร อนุภาคนวัตกรรมเกษตรฯ

ศุภกิจ วัฒนศักดิ์ บรรณานิติกร อนุภาคนวัตกรรมเกษตรฯ กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์ เป็นหนึ่งในผู้จัดทำชุดความรู้ "ผักบุฟเฟต์" ซึ่งประกอบด้วยความรู้เกี่ยวกับผักกินเมืองหาใหญ่ โดยชุดความรู้ชุดนี้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นแนวทางในการผลิตและจำหน่ายผักกินเมืองหาใหญ่ให้แก่เกษตรกรและผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้อง

ผักกินเมืองหาใหญ่เป็นผักพื้นบ้านที่มีถิ่นกำเนิดในภาคเหนือของประเทศไทย มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Ipomoea pes-caprae* (L.) Roth. เป็นพืชล้มลุก มีอายุการใช้งานประมาณ 1-2 ปี ใบมีลักษณะคล้ายกับผักบุ้ง แต่มีขนาดใหญ่กว่า และมีความกรอบอร่อย นิยมรับประทานสดหรือปรุงสุกเป็นผักกาด

ชื่อ : ผักกินเมืองหาใหญ่



- รับประทานได้ทั้งสุกและดิบ
- มีคุณค่าทางโภชนาการสูง
- สามารถปลูกได้ทั้งในดินและน้ำ
- ปลูกง่ายและดูแลง่าย

หมายเหตุ :
 - ปลูกในดินหรือในน้ำก็ได้
 - ปลูกในดินให้รดน้ำทุกวัน
 - ปลูกในน้ำให้เปลี่ยนน้ำทุกวัน
 - ปลูกในดินให้ใส่ปุ๋ยหมักหรือปุ๋ยคอก
 - ปลูกในน้ำให้ใส่ปุ๋ยน้ำ



สวนผัก Keyhole (ปลูกผักพร้อมทำปุ๋ยหมักในพื้นที่เดียวกัน)

