*Советы садоводам*

**Свёкла в огороде: как вырастить хороший урожай?**

*О правилах посадки и выращивания столовой свёклы, о полезных свойствах этого корнеплода рассказывает заместитель руководителя татарстанского филиала Россельхозцентра Гузель ХУСАИНОВА.*

Самой подходящей почвой для выращивания столовой свёклы считается суглинистая почва, мелкоструктурный чернозём. Суперфосфат и сульфат калия лучше вносить с осени, чтобы они успели раствориться в почве. Их рассыпают в сухом виде по грядке перед перекопкой из расчёта не более 300 г/1м².

Предшественники: лук, томаты, перец, огурец, зерно, бобы, томаты, баклажаны.

Сажать столовую свёклу рекомендуется, когда почва прогреется до плюс 6–10 градусов, а температура воздуха держится на уровне плюс 15–18 градусов. Семена свеклы перед посадкой:

– проверяют на всхожесть – высыпают в стакан с солёной водой, перемешивают и удаляют всплывшие;

– закаливают чередованием горячей воды и холода, выдерживая в каждом температурном режиме по несколько часов;

– обеззараживают, выдерживая 12 часов в слабом растворе марганцовки или в растворе биофунгицидов Алирин-Б, Псевдобактерин-2, Фитоспорин М и др.

– стимулируют замачиванием в стимуляторе роста.

Посев. Высадить свёклу можно бордюрным способом по картофелю, огурцам, фасоли, рядом с зеленью или луком. На тяжёлой почве – на глубину не более 3 см, в легкой почве – на глубине до 5 см. Обязательно проводится прикатывание до посева и после него. Расстояние между семенами 5 см и между рядками – 20 см.

Полив. После прорастания поливать свёклу нужно часто – один раз в два-три дня, чередуя полив с неглубоким рыхлением, чтобы не повредить корешки.

Рыхление можно заменить мульчированием. Слой измельчённой высушенной травы, выложенный между рядами, поможет сберечь влагу.

Подкормки. Единовременного внесения минеральных удобрений перед посадкой для свёклы достаточно. Проводить дополнительные подкормки имеет смысл, только если растения заметно отстают в росте.

В качестве предупреждающих подкормок – периодический полив свёклы разведёнными травяными настоями или дрожжевыми удобрениями. Два-три раза за сезон можно поливать свёклу подсоленной водой из расчёта одна столовая ложка на 10 литров воды.

Корнеплоды активнее, чем другие культуры, накапливают нитраты. При выращивании свёклы лучше применять натуральные удобрения.

Оптимальная густота посадок. Важный момент в уходе за свёклой – прореживание. Оно проводится в несколько этапов. Перед каждым прореживанием необходимо хорошо проливать свёклу. От первоначального расстояния между растениями в 5 см в итоге надо выйти на интервал в 15–20 см.

Сбор и хранение урожая. Убирают свёклу осенью до наступления холодов, когда листья на растении завянут. При сборе урожая действовать следует аккуратно, поддевая лопатой большие пласты земли и вынимая корнеплоды по одному.

Землю аккуратно отряхивают с плода, а оставшийся венчик листьев лучше не обрезать – просто убрать увядшие стебли.

Хранят корнеплоды среднего размера с целостной кожицей в сухом помещении при температуре от +2 до + 5 ºС.

Стоит отметить: столовая свёкла считается одним из наиболее полезных овощей с высоким содержанием глюкозы, фруктозы, сахарозы, клетчатки, нужных и полезных для организма человека. Как отмечают специалисты, она богата витаминами и микроэлементами, йодом и такими кислотами, как лимонная, яблочная и щавелевая. Это ценный и полезный пищевой продукт, который должен присутствовать в рационе и взрослых, и детей.

Также известно и о лечебных свойствах столовой свёклы. Так, например, регулируя обменные процессы в кишечнике, она помогает при хронических запорах; способствует лечению атеросклероза благодаря изобилию магния, который содержится в корнеплоде; устраняет токсины в организме, чистит печень и почки. Кроме того, свекла помогает людям, страдающим ожирением и задержкой жидкости, регулируя жировой обмен в организме, т. к. является низкокалорийным продуктом.

**Гузель ХУСАИНОВА,**

**заместитель руководителя филиала ФГБУ «Россельхозцентр» по Республике Татарстан.**

*------*

*Тел. (843) 277-88-80.*