



สารบัญ

เกษตรพอเพียง

| | |
|--------------------------------------|-----|
| ปลูกผักไปทำไม? เพื่ออะไร? | 9 |
| ทำเลสถานที่ “ผักลอยฟ้า” | 23 |
| วางแผนการปลูก | 33 |
| เลือกชนิดผักให้เหมาะสม | 41 |
| มารู้จัก “ดิน” กันเถอะ | 51 |
| เรียนรู้เรื่อง “ปุ๋ย” | 63 |
| “ปุ๋ย” นั้นสำคัญฉะนี้ | 81 |
| “โหระพา” สมุนไพรในแกงเผ็ด | 95 |
| “กะเพรา” เก็บใบผิดพริก | 99 |
| “แมงลัก” ขวัญใจชนมจีนน้ำยา | 107 |
| “ตะไคร้” คู่ครัว คู่เครื่องแกง | 113 |
| “พริก” ขวัญใจอาหารไทย | 117 |
| “ผักชี” โรยหน้าแต่งกลิ่นหอม | 123 |
| “ผักชีฝรั่ง” ปลูกในกระบะดูดี | 129 |
| “ต้นหอม” ปลูกง่ายทานง่าย | 137 |
| “แตงกวา” บนดาดฟ้า | 141 |
| ปลูก “แตงร้าน” ไร้ยาแต่ง | 151 |
| “ผักกาดหอม” ปลูกประดับ | 161 |
| “ฟักทอง” ปลูกง่าย | 165 |
| เพาะเห็ดฟางจากทะเลสาบปาล์ม | 171 |