

مقدمة

تعتبر نباتات العائلة القرعية من أهم محاصيل الخضر التي تزرع في مصر والعالم العربى حيث إنها تضم عددا من المحاصيل مثل البطيخ والكنتلوب والكوسة والخيار والقرع العسلى، وبالتالي تتعدد استخدامها من قبل المستهلك. فالبطيخ والكانتلوب ينتمى كل منهما إلى عائلة الخضر القرعية إلا أنهما يؤكلان كفاكهة محببة لدى الجميع ويعتبران من أفضل الأكلات المرطبة فى فصل الصيف حيث الجو الحار، بالإضافة إلى قيمتهما الغذائية العالية.. كما أن الكوسة تعتبر من أهم محاصيل الخضر القرعية التي يقبل عليها الناس على مختلف الأذواق نظراً لسعرها الرخيص وهى تؤكل مطبوخة بطرق عديدة حسب رغبة المستهلك وهى غنية فى محتواها من مادة البيوفلافين والنياسين والاسكوربيك مما يجعلها ذات قيمة غذائية عالية.

ويعتبر الخيار من أشهر محاصيل الخضر القرعية التي يقبل عليها الناس كافة بهدف تناوله طازجاً وهو مكون أساسى فى أطباق السَّلَطَةِ، وتستخدم ثمار الخيار أيضاً على هيئة ثمار مخللة. أما ثمار القرع العسلى والتي تتميز بصلابة لحمها فتدخل فى صناعة المربات والحلويات وهى ذات قيمة غذائية عالية لارتفاع محتواها من المواد الكربوهيدراتيه وفيتامين أ. ونظراً للقيمة الغذائية المرتفعة لثمار محاصيل الخضر القرعية لاحتوائها على مجموعة من الفيتامينات والمواد الكربوهيدراتية وغيرها فقد تم توضيح القيمة الغذائية والفائدة الصحية فى استخدام ثمار تلك المحاصيل فى علاج الكثير من الأمراض. فعصير البطيخ غنى فى محتواه من مضادات الأكسدة ذات الكفاءة العالية فى الوقاية من الأمراض السرطانية، وبذور البطيخ ترفع من كفاءة الكبد كما أن الزيوت المستخرجة من بذوره تعمل على تنظيف الشرايين من الدهون العالقة وبالتالي تحميها من

التصلب. كما أن ثمار الخيار لها أثر واضح كقابض لمسام البشرة الواسعة ومفيد للبشرة الدهنية ولذا يستخدم في عمل العديد من أقنعة البشرة وهو مناسب تمامًا للبشرة الحساسة وله أثر واضح في تبييض البشرة والتخلص من الهالات الغامقة التي تظهر تحت العينين. هذا بالإضافة إلى الأثر المفيد لجميع الخضراوات القرعية للقناة الهضمية. وقد تضمن الكتاب وصفًا مفصلاً للوصفات المفيدة والتي تستخدم فيها ثمار الخضراوات القرعية في علاج العديد من الأمراض وأيضاً في المحافظة على البشرة ورونتها ونضارتها.

هذا بالإضافة إلى شرح وافٍ لبعض الآكلات التي يمكن أن تعدّها ربة البيت في مطبخها من ثمار الخضراوات القرعية.

وقد استعرض الكتاب إنتاج الخضراوات القرعية في مصر والمناطق التي تنتشر فيها زراعتها والتأثيرات المختلفة للمناخ على نجاح زراعتها، كما تم ذكر الوصف التفصيلي لأهم أصناف الخضراوات القرعية والتي تجود زراعتها في مصر. كما سيجد كل من يهتم بزراعة وإنتاج الخضراوات القرعية شرحاً مفصلاً عن طرق الزراعة في الأراضي القديمة أو الأراضي الجديدة لكل محصول فيها وعمليات الخدمة المختلفة من تسميد وري وأهم الحشائش والآفات والأمراض التي تصيبها والطرق المثلى لمقاومتها مع التأكيد على ترشيد استخدام المبيدات نظراً لتكلفتها الباهظة وما لها من أثر سئٍ وخطير على الصحة العامة للمستهلك، وبالتالي يتيح للمنتج - باتباع تلك التوصيات - الحصول على أقصى عائد اقتصادي من مزرعته وبالجودة المطلوبة للتسويق سواء في السوق المحلية أم الخارجية.

والله ولي التوفيق

أ. د. / إيهاب الصياد