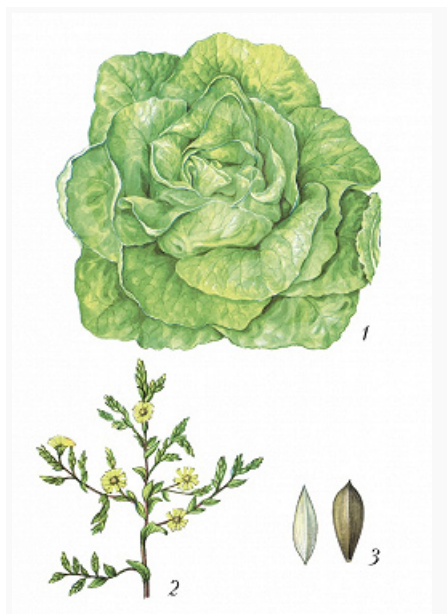


# САЛА́Т

Авторы: А. Ю. Куленкамп



Салат кочанный: 1 – растение в фазе формирования кочана; 2 – отрезок цветущего побега; 3 – семена.

САЛА́Т, латук посевной (*Lactuca sativa*), однолетнее травянистое растение рода *латук*. Древняя зеленная культура. Культивируют повсеместно в открытом и защищённом грунте. В культуре 5 разновидностей с сочными, преим. цельными листьями: посевной, узколистый, кудрявый, образующие только розетку листьев разл. формы (в т. ч. спаржевые сорта, у которых в пищу используют только молодые утолщённые побеги), длиннолистый и кочанный, образующие кочаны разл. плотности и размеров. С. содержит белки, углеводы, минер. вещества, витамины (А, группы В, С и др.). В пищу употребляют молодые листья прикорневой розетки, стебля или кочана (преим. в сыром виде). Культура свето- и влаголюбивая, скороспелая, холодостойкая (семена прорастают при 2–4 °С). Сроки уборки зависят от разновидности С. Урожайность в открытом грунте (в ц/га) от 80 (листовой) до 200 и выше (кочанный). В Госреестре РФ (2015) ок. 300 сортов. Цикорные С. – растения, относящиеся к др. роду.