



SITAW

Ang sitaw (*Vigna unguiculata*) ay gulay na legumbre na tinatanim sa Pilipinas. Ito ay may dalawang uri: ang pole at bush sitaw. Ang mga legumbreng gulay na ito ay nagsisilbi ding pakain para sa hayop. Ginagamit rin ang mga leguminoso na gulay sa pagpapataba ng lupa dahil sa kanilang abilidad na mapaayos ang kondisyon ng lupa dahil sa *nitrogen fixation*.

Madaling itanim at tumubo ang sitaw. Kinakailangan lamang nito ng 1 hanggang kalahating (1 ½) buwan bago maani.



BENEPISYO SA KALUSUGAN

Ang sitaw ay mayaman sa mga bitamina at mineral tulad ng *K, C, folic acid, molybdenum, protein, riboflavin, thiamin* at *niacin*. Mayaman rin ito sa fiber na tumutulong upang bumaba ang kolesterol sa katawan gayundin ang pagpapababa ng antas ng asukal sa dugo.

PANGANGAILANGAN SA LUPA AT KLIMA

Ang sitaw ay maaaring itanim sa kahit alinmang panahon o buwan. Ito ay maaaring itanim sa anumang uri o klase ng lupa na may antas ng pH na 5.5 hanggang 6.6. Para sa pinakaangkop na paglaki ng sitaw, gumamit ng lupa na mataba sa organikong bagay at mabuhaghag. Nangangailangan ang sitaw ng temperatura na 20°C hanggang 35°C.

PAGPILI NG BINHI

Sa pagpili ng binhi, ilan sa mga dapat isaalang-alang ang mataas na pagbunga, lokal na kondisyon tulad ng klima, may kakayahan na labanan ang mga pangunahing sakit at peste, at demand sa merkado.

PAGHAHANDA NG LUPA

Bungkalin ang lupa na may lalim na 15 hanggang 20 sentimetro, dalawa hanggang tatlong beses na may pagitan na isang linggo upang maiwasan ang pagtubo ng mga damo. Ihanda ang mga tudling na may distansya na 2.5 hanggang 3.0 na metro.

PAGTATANIM

Ang mga leguminoso na gulay ay mayroong pagkakaiba-iba sa paraan ng pagtatanim tulad ng sukat. Tingnan sa larawan sa baba:

Type	Spacing (cm)		Plant Population/ha	Seed Requirement/ha (kg)
	Row	Hill		
Pole Type	100	50	40,000	10 - 20
Bush Type	75	25	53,333	25 - 30

PARAAN NG PAGTATANIM

- 1. Drill Method.** Magtanim ng 18 hanggang 20 na binhi sa bawat metro. Takpan ito ng lupa.
- 2. Hill Method.** Maglagay ng 2 hanggang 3 buto ng sitaw sa bawat burol gamit ang sukat sa table na nasa itaas. Takpan ito ng lupa.

PATUBIG

Ang dami at beses ng pagpapatubig sa halaman ay depende sa uri ng lupa kung saan nakatanim ang sitaw. Sa mabuhaghag na lupa, ito ay nangangailangan ng madalas na pagpapatubig at paggawa ng kanal kung kinakailangan.

BAGING (TRELLISING)

Ang pole sitaw ay nangangailangan ng tulos o *stakes* upang masuportahan ang mga baging nito pagkalipas ng ika-25 na araw pagkasibol nito. Gumamit ng kawayan na may diametro na 1 - 1.4 sentimetro.

PANGANGALAGA SA HALAMAN

Alisin ang mga damo sa unang 30 araw pagkatanim upang maiwasan ang kumpetisyon sa araw at nutrisyon.

PAMAMAHALA NG SAKIT AT PESTE

Ang *bush* at *pole* sitaw ay pangkaraniwan na inaatake ng mga pesteng kulisap na *cutworms, beanfly, aphids*, at *pod borer*. Sa ika-3 hanggang ika-10 na araw pagkasibol ng mga halaman, obserbahan kung may beanfly. Gumamit ng mga pamamaraan upang makontrol ang pagdami nito. Ang mga pangunahing sakit naman nito ay *fusarium wilt, stem at root rot, bean rust, bean mosaic*, at *powdery mildew*.

Upang maiwasan ang mga pesteng kulisap at sakit ng sitaw, kinakailangan gawin ang mga sumusunod:

1. Pagpapalit ng mga tanim (crop rotation).
2. Kalinisan ng sakahan o taniman.
3. Paggamit ng mga binhi na may kakayahan lumaban sa peste.

PAG-AANI

Anihin ang sitaw habang ito ay kulay berde at wala pa sa gulang. Anihin ito dalawang beses sa isang linggo at tuwing umaga o hapon kung kalian mababa ang temperatura. Ilagay ang mga naani sa malilim na lugar. Linisin at paghihiwalayin ang ito batay sa sukat, kulay at edad. Ilagay ang mga ito sa angkop na lagayan tulad ng kahon, *basket* o *crates* na may dahon ng saging o diyaryo upang mapanatili nito ang pagkasariwa ng sitaw.



Para sa karagdagang impormasyon, tumawag o mag text lamang sa FARMERS' CONTACT CENTER

0920 946 2474