

Pinakamagandang umani pag ang bunga ay luntian na, makintab, makapal at makatas. Ito ay mga 15-20 araw pagkalitaw ng bunga o mga 60-95 araw makatanim.

### Post Harvest

Piliin ang bunga ng ampalaya at paghiwahiwalayin ang malalaki at maliliit ayon sa gusto ng mamimili. Ilagaysa plastic bags at balutan ng dahon ng saging upang hindi agad malanta. Ipagbili kaagad. Huwag isama ang ampalaya kapag hindi agad mabili sa ibang mga bunga gaya ng saging o pina. Naglalabas ito ng maraming ethylene na nakapagpapabilis ng pagkahinog ng ampalaya na naimbak.



Ang polyetong ito ay inilathala ng Department of Agriculture, Regional Field Office-III sa ilalim ng High Value Crops Development Program (HVCDP)

Inihanda ng HVCDP, RFO-3 sa pakikipagtulungan ng Agricultural Information Section, Regional Office.



Department of Agriculture  
Regional Field Office 3  
City of San Fernando, Pampanga



High Value Crops  
Development  
Program



# Pag-aalaga ng AMPALAYA

# **Bitter Gourd** (*Ampalaya Momordica charantia*)

Kilala ang Bitter Gourd sa Pilipinas bilang ampalaya o amargoso. Napapakinabangan ang bawat bahagi ng halamang mula sa usbong ng dahon hanggang sa bunga. Ito ay masustansiya at maraming mineral at bitamina. Sa mga huling pananaliksik, malaki ang pakinabang sa ampalaya bilang halamang gamot. Nakapagpapaba ito ng sugar level ng mga may diabetes, nakapagpapaba ng alta presyon, ginagamit na panglanggas sa mga sugat at paso, tumutulong na maitaas ang immune system ng tao,, nakatutulong sa pagpapasigla ng atay, at ginagamit din na pampaalis ng bulate sa tiyan, at mabisang gamot sa ubo at sipon.

Bukod sa kakayahang medisinal, pangunahing itong gulay sa pinakbet at dinengdeng sa mga Ilocano, o ginisang ampalaya na hinaluan ng itlog o giniling na baboy. Nagtataglay ito ng maraming Vitamin A, B at C. Ilang magsasaka na sa Gitnang Luzon, Region 1V, Northern Luzon ang yumaman sa ampalaya lalo pag tinatamaan ang presyo. Maaring kumita ang magsasaka ng Php 15,000 sa bawat 1,000 metro kuwadrado saampalaya.

## **Mga barayeti ng ampalaya**

Dalawa ang popular na barayeti ng ampalaya ang ginagamit sa Pilipinas. Ang Sta Rita at Native na ampalaya na napakapait. Marami na ring mga hybrid na barayeti ang nabibili ngayon mula sa mga gumagawa nito gaya ng East West Seeds, Allied Botanical at Ramgo. Malalakas umani ang hybrid at mas maresistensiya sa sakit. Ngunithindi na nauulit ang binhi nito.

## **Klima at kundisyon ng lupa**

Magandang itanim ang ampalaya sa kapatagan

## **Pagpapatubig**

Kailangan ng ampalaya ang maraming tubig habang ito ay lumalaki na at namumunga. Magpatubig na dalawang beses sa loob ng isang lingo sa pagitan ng mga tudling, at minsan isang linggo kung ito ay nagsisimula nang mamulaklak. Nauuso na rin ngayon ang drip irrigation. Mas matipid na paraan ng pagpapatubig ito at maari pang ihalo ang kinanaw na abono upang mailagay ng deretso sa ugat ng ampalaya.

## **Mga Peste at Sakit ng Ampalaya**

Ilan sa mga peste ng ampalaya ang aphids. Magisprey ng Fermented Plant Juice (FPJ) na hinaluan ng sili at isama sa pinagsabunan. Sa cucurbit beetle, magisprey ng wood ash o carbamates. Sa Cutworm, gumamit ng paminta tinunaw o Bacillus thuringiensis, isang organikong paraan ng pagsugpo sa peste. Sa mga leaf folders naman, alisin ang mga apektadong dahon at patayin ang mga uod. Sa fruit fly, maaring ibalot ang mga bunga sa plastic o papel. Maari ding gumamait ng fruit fly attractant.

Sa mga sakit, mag-ispray ng 5% Hydro Chloric acid sa Bacterial Wilt sa punlaan. Sa Downy Mildew, alisin ang mga apektadong dahon at sunugin. Maaring mag-isprey ng Mancozeb o Acrobat na mga fungicides. Maari din gumamit ng compost tea. Sa little leaf, panatiliing malinis ang paligid ng taniman ng ampalaya at mag crop rotation. Sa namamarako, gumamit ng borax at magcrop rotation.

## **Pag-aani**

Mabilis gumulang ang ampalaya. Anihin ang ampalaya tuwing 3-5 na araw sa umaga upang mapanatiling sariwa ang bunga. Maaring umani ng 2-3 sa loob ng 2-3 buwan kapag nagsimula nang mamunga ang ampalaya.

sa pagitan ng mga tudling. Pagdugtungin ang mga balag gamit ang alambre at pisi na plastic o abaka. Pagapangin ang mga puno na ampalaya sa balag na itinayo.

### **Pagkakapon**

Ang ampalaya ay maraming sanga na hindi naman napapakinabangan. Putulin at gawing gulay. Upang maiangat ang ani, putulin ang mga nasa gawing ibaba na mga sanga at hayaan 4-6 na sanga lamang ang pagtutuluyin hanggang sa ang baging ay umabot na sa pinaitaas ng balag. Kapag umabot na sa pinakadulo ng balag ang baging ng ampalaya, maaring putulin ang pinakadulo ng baging. Ang ampalaya ay magsisimulang mamulaklak 45-55 araw pagkahasik ng binhi at patuloy itong mamumulaklak hanggang sa susunod na 6 na buwan. Namumulaklak ang ampalaya ng babae at lalake sa iisang baging. Ang mga lalakeng buulaklak ay karaniwang umaabot sa bilang na 25 at isa lang ang babaeng bulaklak. Mag-isprey ng flowerin g hormones o pampabulaklak kapag mayroon nang 6-8 dahon upang maparami ang babaeng bulaklak at madoble ang ani sa ampalaya.

Hayaang mamunga ang baging mula sa ikasampung sanga pataas. Kung hindi kinakapon, ang mga babaeng bulaklak ay nakikita sa 10 hanggang 40 sanga. Alisin ang lahat ng babaeng bulaklak sa ilalim ng balag at iwanan ang primerang baging. Hayaang magsanga at mamunga sa bandang itaas ng balag.

### **Mulching**

Uso na sa pag-aalaga ng ampalaya ang paggamit ng plastic mulch. Noong ay ginagawa ang mulching gamit ang mga dayami. Mas mabisa ang plastic mulch upang mapatagal ang halumigmig sa lupa at makatipid sa patubig, mabisa sa pagsugpo sa mga damo at nakapagtataboy pa ito ng mga karaniwang insektong naninira sa ampalaya.

at hindi kataasang mga lugar. Maari itong itanim kahit anong buwan ngunit mas marami ang inaani nito kapag pumapasok sa malamig na buwan mula Oktubre hanggang Enero, at Mayo hanggang Hulyo. Ang pH ng lupa ay dapat na naglalaro sa 5.5 hanggang 6.5. Kumunsulta sa mgalaboratory ng DA o BSWM upang matiyak ang pH at kailangang abono na gagamitin sa ampalaya. Malakas sumipsip ng sustansiya sa lupa ang ampalaya, kung kaya't hindi dapat itong itanim sa iisang lugar. Magpalipas ng dalawang taon bago gamitin uling taniman ng ampalaya ang isang lugar. Ang lugar na pagtataniman ay dapat madaling patuyuan at may malapit na pagkukuhanan ng tubig. Akma ang lupa sa ampalaya pag ito ay madaling mabuhaghag.

### **Paghahanda ng lupa**

Araruhin ang bukid. Pagkaraan ng 7 araw, basagin ang lupa ng suyod o paragos upang mabulukan ang mga nakatayong damo. Pahalangan ng paragos pagkaraan ng 7 araw. Paayunan at patagin sa huling paraan ng pagpaparagos bago magtanim o maglipat tanim. Maglagay ng 5 tonelada ng compost bawat isang ektarya. Gumawa ng kamang pagtataniman na may lapad na 3 metro. Maglagay na balag na paggagapangan ng ampalaya. Maglagay ng posteng kawayan o ipil sa distansiyang 2.5 hanggang 3 metro at 1.5 hanggang 2 metro ang taas. Maghanda ng mga alambre at plastic na panali para maging suporta at paggagapangan sa pag-akyat ng ampalaya.

### **Pagtatanim**

Ang ampalaya ay maaring itanim ng deretso sa nakahandang taniman. Ngunit maari din ito ipunla sa mas maliit na lugar. Nakabibili na ngayon ng mga punla ng ampalaya at puwedeng itanim kaagad. Ang isang ektaryang taniman ay mangangailangan ng 2

hanggang 3 kilo ng binhi. Ang agwat ng pagtatanim ay 1.5 metro hanggang 3 metro sa bawat tudling at 30 sentimetro naman ang pagitan ng bawat tanim. Kung direktang itatanim, gumamit ng 2 hanggang 2 buto. Kung punla naman, isang punla lang ang kailangan sa bawat tundos.

Sa kalakaran ngayon, ipinapayo na gumamit ng plastic sheets sa mga kama upang mapatagal ang halumigmig sa lupa at maiwasan ang pagtubo ng mga damo.

Upang maihanda ang buto ng ampalaya sa pagtatanim, ibabad ang mga binhi sa malinis na tubig mula 1 hanggang 2 araw. Pagkaahon sa pagkababad, ibalot sa isang basahang basa hanggang sa ito ay magbitak. Kapag may usbong nang lumitaw maari na itong itanim ng deretso sa taniman o maaring ipunla.

Kung direktang pagtatanim, maglagay ng dalawang butosa layong 30 sentimetro ng agwat. Takpan ng manipis na lupa at agad na patubigan. Pagkaraan ng 2 hanggang 3 linggo, alisin ang mga ampalayang mahina at itira ang pinalamalusog ang tubo. Sa ganitong paraan makapagtatanim ng 6 hanggang 11 libong puno sa bawat ektarya. Kung magtatanim naman ng distansiyang 50 x 50 cms., makapagtatanim ng 40,000 puno bawat isang ektarya. Kung nakakama ang tataniman ng ampalaya, maglagay ng 2 hanggang 3 buto bawat butas sa layong 40 hanggang 60 cm. bawat puno.

Sa lipat tanim mamunla sa mga seedboxes o mga kahon. Ang lupa ay dapat na 2 parte ng pinulbos na lupa, isang parte ng Carbonized Rice Hull at isang parte ang compost. Haluing mabuti ang pagpupunlaan. Magkanaw ng isang kutsarang Urea sa isang fgallong tubig at ilagay sa punlaan. Upang maging mas matibay ang punla, bawasan ang pagdilig at ibilad sa araw isang lingo bago magpatanim. Maglipat tanim pagkaraan ng 15 hanggang 20 araw pagkapunla at

ang laki ay umaabot na sa 10- 15 cm.

Ang paglipat tanim at dapat isagawa sa bandang hapon upang maiwasan ang pagkalanta ng mga tanim. Tiyakin na ang mga ugat ay walang sira. Sundin ang layo ng tanim kagaya ng direktang pagtatanim ng ampalaya.

### **Pag-aabono**

Ang ampalaya ay nangangailangan ng kombinasyon ng organiko at komersiyal na abono upang magkaroon ng balanseng sustansiya sa lupa. Maglagay ng 10-20 toneladang organikong abono, gaya ng dumi ng hayop, at ihalo sa lupa sa huling paglilinig. Sa pagtatanim, maglagay ng Triple 14 o dalawang kutsaran o 15-20 gramo bawat tundos ng ampalaya. Ang unang side dressing ay inilalagay kapag mayroon nang 4-6 na totooong dahon ang tanim. Ang mga susunod na sidedressing ay isinasagawa tuwing dalawang linggo hanggang tatlong buwan.

Kung tag-araw, maglagay ng 10-20 gramo ng Urea bawat halaman at ganito din karaming Muriate of Potash (0-0-60) minsan sa isang buwan. Sa tag-ulan, gumamit ng 5-10 gramo ng Urea sa bawat tanim at 0-0-60 tuwing ikalawang linggo.

### **Pagbabalag at pagpapagapang sa balag**

Pinakamaganda pa rin na lagyan ng balag ang mga taniim na ampalaya upang maging maganda ang ani. Gumawa ng balag na may 6 na piye and taas. Nakatutulong ang balag upang mapataas ang ani, maiwasan ang pagkabulok ng bunga at napapadali ang paglalagay ng abono at pag-aani.

Ilagay ang mga balag kung ang mga tanim na ampalaya ay may taas nang 15 cm. Gumamit ng mga puno ng kawayan o ipil na mga poste na itutusok sa lupa sa apat na sulok ng taniman ng ampalaya. Ang mga suportang poste ay itayo sa agwat na 3 x 3 metro