

Zpravodaj

PŘEDJAŘÍ 2019 | č. 100

KOŘENOVÁ
ZELENINA
V KUCHYNI

ZA KOUZLEM
HYACINTŮ

KVĚTINY
všemi
smysly



KVĚTINY všemi smysly



Tématem letošního Zpravodaje budou smysly. V každé zahradě, a dokonce i na terase nebo na balkoně, můžete totiž mít rostliny, které budou pro váš zrak, chuť, ůch, hmat či dokonce sluch nějakým způsobem atraktivní. Budeme pro vás tedy připravovat výběr konkrétních druhů, o kterých si myslíme, že patří k tomu nejlepšímu v naší nabídce, a zároveň je přiřadíme vždy do skupiny k nějakému smyslu. Na vás pak je, zda se do naší malé hry zapojíte a domů či na zahradu si některou z rostlin pořídíte.

Krokusy

- ✓ jemná, nahořklá vůně s podtóny trávy nebo sena
- ✓ používá se jako koření v kuchyni (šafrán)

Narcisy

- ✓ latinský název Narcissus lze přeložit jako omamný, narkotický
- ✓ nejvíce voní narcisy ze skupiny Tazetta a Poeticus



Hyacinty

- ✓ voní prakticky všechny, nejvíce modré
- ✓ u citlivějších lidí může vůně vyvolat bolesti hlavy

Každé roční období má nějakou vůni – podzim voní spadaným listím, zima na horách křišťálově čistým vzduchem, léto zrajícím obilím. A čím voní jaro? Přece spoustou květů! Trochu jarních vůní si můžete přinést domů už teď díky rychleným cibulovinám, mezi nimiž jsou samozřejmě voňavými favority hyacinty. I ostatní se ale nenechají zahanbit, stačí přivonět...

Modřence

- ✓ příjemná, decentní, nevtravá vůně
- ✓ intenzita roste s množstvím květů

Tulipány

- ✓ přirozené aroma je jemné, závisí na vyzrálosti a množství pylu
- ✓ nejvíce voní rané kultivary

Aby vůně byla příjemná

- ✓ rostliny umístěte do chladna, jejich vůně se bude uvolňovat pomaleji než v teple
- ✓ neumísťujte je do ložnice, mohou narušit spánek
- ✓ zvolte méně vonné druhy
- ✓ na jídelním stole můžou některé vůně přivodit ztrátu chuti k jídlu

KVĚTINY všemi smysly



Nikoliv neprávem se říká, že leden a únor jsou nejsmutnější měsíce v roce. Skončily barevné Vánoce, zahrada spí, jen málokdy napadne sníh, který by venku zakryl vše, co našemu oku zrovna nelahodí. Ale v našich zahradnických centrech se to květy jen hemží! Pár tipů na kvetoucí pokojové rostliny přinášíme na této dvoustraně.



Mučenka modrá (*Passiflora caerulea*)

- ✓ květy vonné, bílé, s výraznou fialovou bliznou a tyčinkami
- ✓ kvetou až dvouleté a starší rostliny
- ✓ kvetení podpoří seříznutí



Africká fialka (*Saintpaulia*)

- ✓ v mnoha různých barvách od bílé přes růžovou po fialovou
- ✓ tzv. chiméry jsou dvojbarevné, středem okvětního plátku prochází pruh jiné barvy
- ✓ květy jednoduché i plné



Begonie (*Begonia elatior*)

- ✓ květy jasných barev v obrovské paletě od bílé přes žlutou, růžovou, oranžovou až po červenou
- ✓ jednoduché nebo plné, menší, ale ve větším množství
- ✓ kříženci postupně vykvétají především od srpna do března



Jasmín, věncovec (*Stephanotis*)

- ✓ bílé květy ve tvaru hvězdiček podobné jasmínu
- ✓ silně voní po pravém jasmínu
- ✓ změna stanoviště nebo otočení může způsobit opadání pupat



Vanda

- ✓ velmi trvanlivé květy, vydrží i několik měsíců
- ✓ nejčastěji modré a modrofialové odstíny
- ✓ okvětní plátky vždy bíle skvrnité



Miltonia

- ✓ tvary květů připomínají macešky
- ✓ nejčastější zbarvení červenobílé se žlutým středem, méně časté jsou bílé s červeným středem
- ✓ po odkvětu květní stvol odštíhnout



Střevíčník (*Paphiopedilum*)

- ✓ květy se tvoří na stvolech vyrůstajících z nových listových růžic, po odkvětu tato růžice hyne a tvoří se nová
- ✓ přeměněný vnitřní okvětní plátek slouží v přírodě k přilákání hmyzu, který květy opyluje
- ✓ v různých kombinacích zelených a fialových až hnědých odstínů



Gloxinie (*Sinningia*)

- ✓ mohutné květy zvonovitého tvaru
- ✓ barva bílá, růžová, fialová nebo červená
- ✓ kvete několik týdnů, pak rostlina zatahuje do hlízy, vegetace začíná znovu na jaře

KVĚTINY všemi smysly



Jak si zajistit pravidelný přísun potřebných vitamínů a nechodit do lékárny? Zastavit se v zahradnickém centru, nakoupit pár sáčků semen a nechat je vyklíčit nebo mírně povyrůst! Lidé nechávali semena nakličovat už před tisíciletími, tato metoda byla známá Číňanům před 3000 lety před Kristem. Znali ji také Aztékové, Navajové a Hunzové používali takto připravená zrna k přežití těžkých zim.

Proč jsou klíčky prospěšné

- ✓ při klíčení semena štěpí organické látky a několikanásobně roste obsah vitamínů, zejména skupiny B, C, E, A
- ✓ semeno produkuje celou řadu dalších hodnotných látek, které organismus potřebuje v době, kdy přijímá méně čerstvých potravin
- ✓ klíčky povzbuzují látkovou výměnu, regenerují srdce a cévní systém, zmírňují křeče, posilují imunitu

Klíčky, nebo výhonky?

KLÍČKY – křehké, krátké výhonky, nejčastěji bílé barvy, konzumují se i se semenem (nesmí být chemicky ošetřené, nejlépe v bio kvalitě)

VÝHONKY – nadzemní zelená část s děložními lístky, před konzumací se oddělí od semene

Lžíce klíčků ředkvičky obsahuje stejné množství zdraví prospěšných látek jako 30 kusů bulviček.



Jak na to?

- ✓ propraná semena vložte do zavařovací sklenice, zalijte vodou a po 12–15 hodinách vodu slijte a semena propláchněte
- ✓ semena vraťte do sklenice, překryjte gázou, zavažte a postavte na světlé místo
- ✓ tento postup opakujte dvakrát denně, dokud se neobjeví klíčky
- ✓ pro získání výhonků vysejte semena na navlhčenou vatu nebo do misky se substrátem pro výsevy
- ✓ chcete-li růst zastavit, umístěte nádobu do chladničky

Které si vyberete?

luskoviny: hrách, cizrna, čočka, sója, fazole mungo, fazole adzuki

brukvovité: ředkvička, zelí, brokolice, hořčice, řeřicha (a prakticky veškeré brukvovité rostliny)

bobovité: vojtěška (alfalfa),

obiloviny: pšenice, ječmen, oves, žito, špalda, pohanka, kukuřice, rýže, sladká rýže.

Co s nimi?

konzumují se ideálně tepelně neopracované jako součást salátů, pomazánek, těstovinových pokrmů, smoothies, vaječných jídel, příloh a obloh





Zahrada SLADĚNÁ S PŘÍRODOU

V přírodě se neděje nic samoučelně a vše mívá hlubší smysl, který nemusí být na první pohled zřejmý. Tím, že do fungujícího systému člověk neuváženě zasahuje a vychyluje jeho přirozenou rovnováhu ve svůj prospěch, se ve výsledku vždy projeví a nezhodí jako bumerang i vrátí.

Všechny organismy mají v přírodě své místo a jejich vztahy jsou vzájemně vyvážené. Jakmile se ručička vah vychýlí, příroda zareaguje tak, aby se opět vrátila do rovnovážného stavu. V přírodním ekosystému díky tomu neexistuje nic jako škůdce nebo plevel. Nálepku nechtěných těmto živočichům a rostlinám vtisknul až člověk, který se je snaží likvidovat. O koloběhu látek v přírodě se učí už děti na základní škole. Inteligentní pěstitel proto chápe, že i on se svým úsilím o maximální úrodu zůstává součástí

přírody, a péče o zahradu by tudíž neměla být na úkor životního prostředí, ve kterém žije. Pochopení přirozených vztahů a souvislostí následně vede k zahradě sladěné s přírodou.

Taková zahrada funguje jako samostatný systém, který si s živinami, ochranou i závlahou vystačí sám a zásahy zvenku buď nepotřebuje vůbec, nebo jen minimálně. Zahrádkář, který pečuje o rostliny a půdu v harmonii s přírodními procesy, si totiž uvědomuje, že více než chemii potřebuje zahrada trvale funkční způsob hospodaření.



Smysluplná náhrada

- ✓ **Minerální hnojiva** – kompost, zelené hnojení, rostlinné jáchy, smíšená výsadba, vysoké záhony
- ✓ **Insekticidy a fungicidy** – biologická ochrana, cílená prevence proti škůdcům a chorobám, smíšená výsadba, podpora biodiverzity
- ✓ **Herbicidy** – mulčování, samovýsevné podsadby, využití planých rostlin v kuchyni, kompostu či k výrobě jách
- ✓ **Tvrdá voda z vodovodu** – zachycená měkká dešťová
- ✓ **Hluboké rytí mechanizací** – kypření rycími vidlemi, šetrné rytí nadvakrát
- ✓ **Mulčovací fólie nebo textilie** – vyšší vrstva mulče
- ✓ **Bio-popelnice** – kompost
- ✓ **Dokonalý úklid** – listí na záhonech, odkvetlá květenství a semeníky na rostlinách, divoký kout pro ježky, úkryty pro ptáky a hmyz
- ✓ **Intenzivně udržovaný trávník** – divoká, kvetoucí a jen občas sečená louka
- ✓ **Nepůvodní a náročné rostliny** – místní odolné druhy a odrůdy
- ✓ **Monokultury** – smíšená výsadba



Bio-zahrada je...

Jedlá
víte, co jíte, vše
v biokvalitě

Úsporná
ušetříte na hnojivech
a chemických přípravcích

Ekologická
recyklace materiálu
ze zahrady i z kuchyně

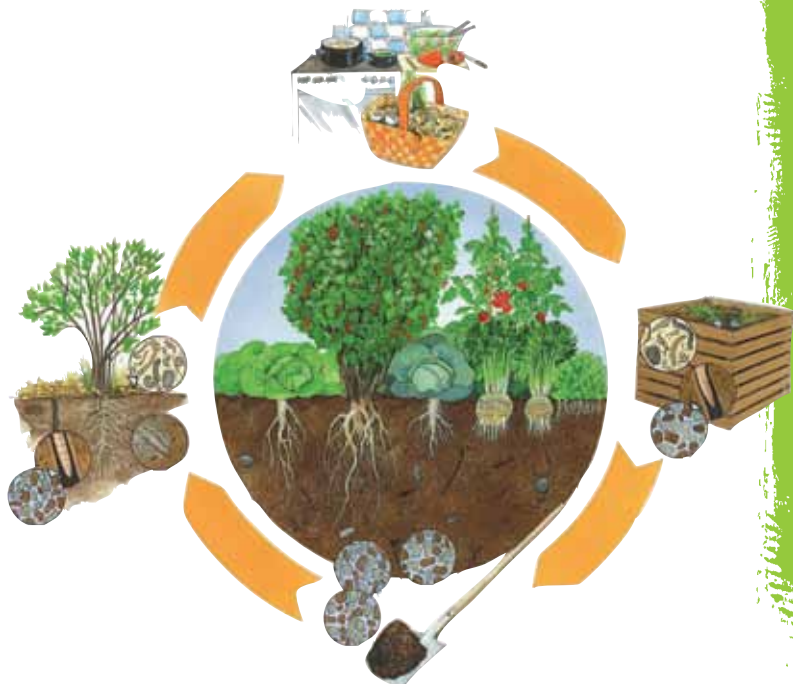
Zdravá
nezasolená hnojiva a bez
chemických reziduí

Soběstačná
výsadby se udržují téměř
samy

Druhově pestrá
hodně barev, více chutí

Živá
množství včel, motýlů,
ptáků a sem tam i ježků

Smysluplná
a s přesahem
ochrana místního
prostředí



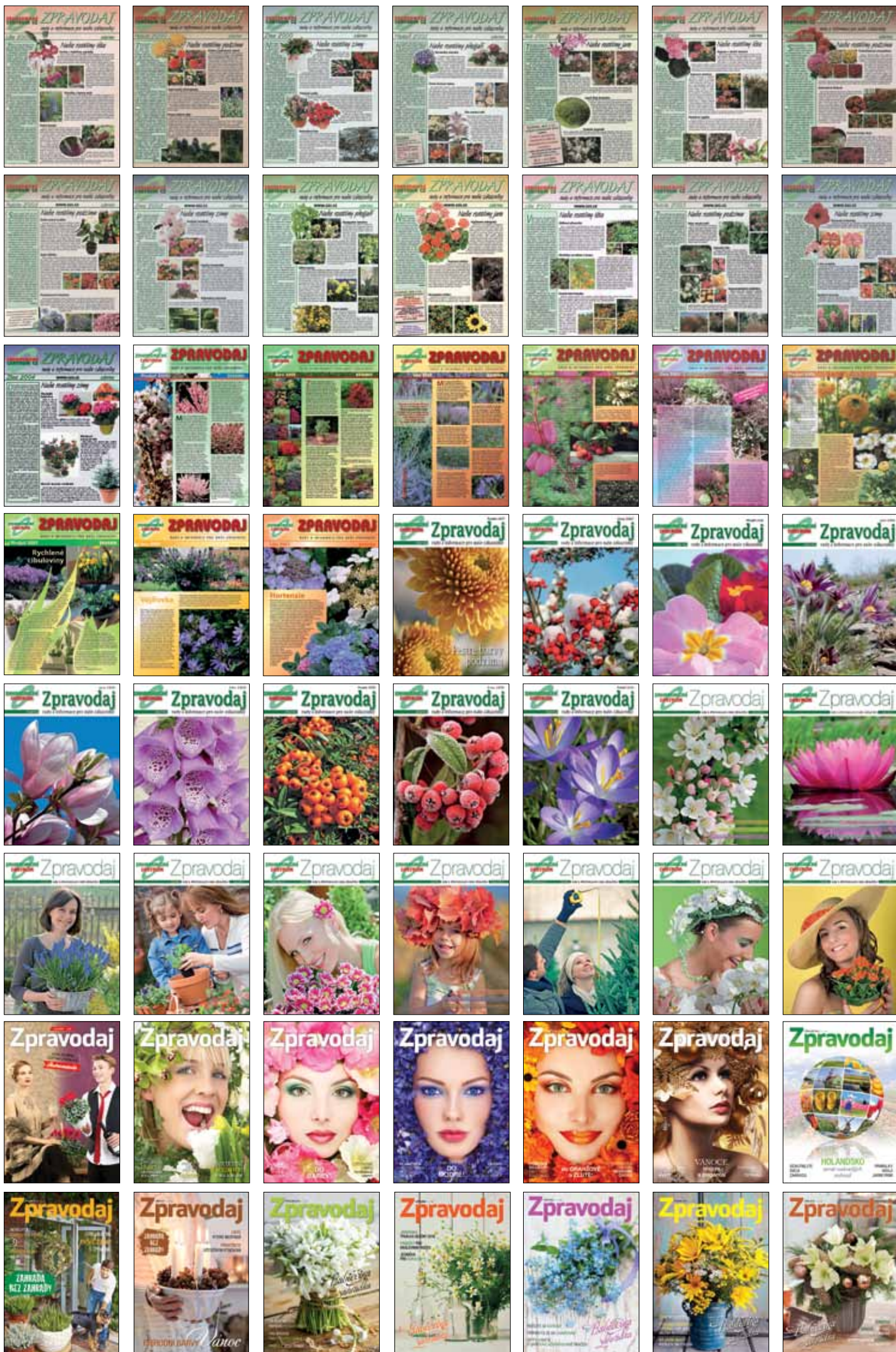


Přestože některá zahradnická centra našeho sdružení se mohou pochlubit stejně dlouhou historií jako naše republika, která loni oslavila krásnou stovku, důvod k oslavě máme tentokrát jiný: v rukou právě držíte sté vydání Zpravodaje.

Když jsme v předjaří roku 1999 připravovali jeho první vydání, tehdy jen osmistránkové, byla to ještě doba faxů, editoru T602, skenovaných obrázků a výstřižků ze zahraničních časopisů. Za dvacet let se hodně změnilo – naše Sdružení zahradnických center, které pro vás Zpravodaj vydává, se profesionalizovalo, změnila se členská základna a obrovskou proměnou prošla i jednotlivá zahradnická centra. Zpravodaj má dnes kolem třiceti stran a všichni, kdo jej pro vás připravují, se snaží, abyste v něm našli vždy nejnovější informace o tom, co na vás čeká v daném ročním období ve vašem zahradnictví.

I nadále pro vás bude Zpravodaj připraven zdarma pětkrát ročně. Nezapomeňte si ho včas vyzvednout ve svém zahradnickém centru!





S jarem nová CHUŤ DO ŽIVOTA

S příchodem nového roku se opět objevují tendence odlehčit stravu, rozhybat metabolismus a pročistit organismus, velkým tématem je také boj proti jarní únavě. Které koření vám může pomoci vplout do nového roku s klidem a dobrou náladou? Inspirujte se v jihomoravském SONNENTORU, který je již víc než čtvrt století výrobcem biočajů a biokoření.

V jihomoravském SONNENTORU již více než čtvrt století pevně věří tomu, že respekt k tradici, přírodě, čisté půdě a ruční práci má smysl. Trvalá udržitelnost, bezodpadová výroba a láska drobných biopěstitelů k jejich práci je znát na každém čajovém sáčku, který opustí brány této voňavé firmy. SONNENTOR dnes patří mezi přední výrobce biočajů a biokoření, logo usměvavého sluníčka vykukuje z regálů zdravých výživ, partnerských prodejen a vlastních SONNENTOR prodejen v Praze, v Brně a v Čejkovících. Firma se rok od roku rozrůstá, přesto si stále snaží zachovat svůj původní rodinný charakter a filozofii, se kterou se roku 1988 v Rakousku zrodila.



Dnes se na čejkovickém kopci, v zrekonstruované budově původně rozpadlého kravína, nevyrábí pod mottem „Tady roste radost“ pouze čaj. Místní i návštěvníci z velkých dálek si tu rádi vychutnají šálek dobré kávy a domácí dezert v kavárně s čajovým salonem Čas na čaj, vedle zážitkové exkurze mohou také projít bylinkovou zahradou a rozhlédnout se do malebného jihomoravského kraje z Vyhlídky na výsluní. Během roku pořádá SONNENTOR celou řadu akcí pro veřejnost, od drobných workshopů přes akce pro děti až po zářijové Čejkovické bylinkové slavnosti.



Medvědí česnek

Mezi první posly přicházejícího jara patří bez pochyby medvědí česnek. Po vůni jej poznáte již z dálky, zelené koberce se od března rozprostírají především na vlhkých lesních půdách. Medvědí česnek najde široké uplatnění i u vás v kuchyni, oslabenému organismu dodá první jarní vitamíny a minerály, podporuje chuť k jídlu a po zimě vás doslova postaví na nohy. Vyzkoušejte ho do polévek, špenátu, pomazánek, másla nebo jarních nádivek.





Kmín

Typicky nahořklá ostrost kmínu patří do evropské kuchyně už nějaké to století. Nedokážeme si bez něj představit kysané zelí, brambory, čerstvý chléb nebo na daleko vonící nedělní pečínku. Využijte z jara jeho příznivých účinků na trávení, oceníte ho také v boji s nadýmáním, umí například podpořit i tvorbu mateřského mléka. Kmín SONNENTOR pochází z malé vesničky u Havlíčkova Brodu, již od roku 2005 jim toto voňavé koření dodává pan Endrle.



Majoránka

Bylinka, bez které si neumíme představit bramboráky nebo pořádnou česnečku, pochází ze Středomoří a dnes je pevnou součástí evropské kuchyně. Naše babičky věřily, že dokáže přičarovat lásku, i ve starém Řecku novomanželé tradičně dostávali věnec této bylinky. Pokud ji přidáte do vydatnějších pokrmů, k bramborám, do polévek nebo na luštěniny, budou stravitelnější. Majoránku také oceníte jako bojovníka proti nechutenství, plynatosti, ale i stresu a podrážděným nervům. Především v předjaří se bude vyjímat ve vaječných salátech a prvních jarních polévkách.



Saturejka

Saturejka patří mezi neprávem pozapomenuté bylinky našich kuchyní. Zkuste ji do luštěnin, brambor, zelí, polévek nebo na kořenovou zeleninu. Předchází nadýmání (stačí při vaření přidat do vody na půl kila luštěnin tři čajové lžičky), povzbuzuje také chuť k jídlu a upravuje trávení. Neodmyslitelně patří do balkánské kuchyně, je ale také součástí slavného provensálského koření. Vyzkoušejte ji i na tučné ryby, zvěřinu a grilované steaky. Zvýrazňuje, podobně jako sůl, chuť pokrmů a je poměrně aromatická, nemusí proto sedět každému: dávkujte ji raději uvážlivě.

Hana Stárková
Zahradnictví
Dvořák a syn s.r.o.
Teplice

Odborník radí

Doporučuji bylinky v biokvalitě. Jsou bez nežádoucích chemických látek a jejich pěstování nemá negativní dopad na vodu, půdu a celou přírodu. Je prokázáno, že biopotraviny i lépe chutnají.



Citronová mateřídouška

Jemná příbuzná oblíbeného tymiánu intenzivně voní po citrону, proto ji neváhejte vyzkoušet na ryby, kuře, ale také třeba na pečené brambory. Mateřídouška, která se bude vyjímat především v lehčích jídlech, pomáhá při zánětech a také podporuje trávení, což v jarním období oceníte jistě. Pokud ji přidáte až ke konci vaření, bude citronové aroma intenzivnější.



Téměř profesionálně vyhlížející květinové aranžmá si můžete vyrobit snadno doma. Floristka zvolila kombinaci bílé s jemně růžovou barvou, fantazii se však meze nekladou – a také bude záležet na tom, které řezané květiny budou právě v nabídce vašeho zahradnického centra.



Něžné JARNÍ ARANŽMÁ

Co budete potřebovat

- ✓ řezané květiny, narašené větvičky sakury, doplňkovou zeleň
- ✓ kousek hustšího drátěného pletiva

- ✓ středně velkou vyšší misku
- ✓ lepicí pásku
- ✓ nůžky
- ✓ vodu



1. Drátěné pletivo různě zohýbejte tak, aby vznikl tvar volnější koule, která se vejde do misky.



2. Pletivo zafixujte průhlednou lepicí páskou, aby v misce pevně držela a po zatížení květinami z misky nevylouzla.



3. Nejprve naaranžujte narašené větvičky sakury (nebo jiné okrasné dřeviny), které budou tvořit kostru aranžmá. Zapíchněte je do pletiva tak, aby pevně držely.



4. Přidejte výraznější zelené listy, v našem případě kaly, a následně postupně další květiny, od těch mohutnějších po drobné. Na závěr nalijte do misky vodu a zkontrolujte, že jsou všechny stonky ponořené.

JEN RŮŽOVÁ

to může být...

Čím jiným potěšit každou ženu než květinou? A co se hodí k tomuto ročnímu období lépe než jarní cibuloviny, které máme nyní také v nabídce řezaných květin? Jednoduché a přesto nápadité aranžmá z tulipánů zvládnou dokonce i muži.



Co budete potřebovat

- ✓ kulatou plechovou krabičku
- ✓ zelenou aranžovací hmotu
- ✓ celofán nebo jinou fólii

- ✓ svazek tulipánů
- ✓ nůžky
- ✓ vodu



1. Dno a stěny krabičky vystelte fólií tak, aby všechny okraje přečnívaly. Aranžovací hmotu upravte seříznutím tak, aby se vešla do krabičky.



2. Přebytečné okraje fólie odstříhnete, aby fólie nepřechýlala přes okraj krabičky. Aranžovací hmotu namočte do vody a nechte ji zcela nasáknout.



3. Mezitím zkratíte tulipány. Zastříhnete stonek pod květem na takovou délku, která bude asi o centimetr větší, než je výška krabičky.



4. Nasáklou aranžovací hmotu vraťte do krabičky a jednotlivé stonky do ní zapíchejte tak, aby mezi květy nezůstal žádný volný prostor. Nezapomeňte občas dolít vodu.

Hyacinty jsou ze všech cibulovin **nejnáročnější na půdu**, která musí být velmi dobře propustná, lehká a ideálně písčitá. Protože taková půda se vyskytuje zejména v Nizozemí, vyváží se odtud cibule do celého světa.

Podle **řecké báje** bůh slunce Apollo miloval sličného jinocha Hyakintha, který byl smrtelně zraněn při házení diskem. Protože Apollo nemohl chlapce zachránit, nechal aspoň z jeho krve vyrůst rostlinu, kterou po něm pojmenoval.

Tulipánová horečka v 17. století se hyacintů, ač něžnějších a vonných, vůbec nedotkla, jejich **obliba vzrostla** až o století později, když Madame de Pompadour, milénka francouzského krále Ludvíka XV., zaplnila hyacinty zahrady i palác ve Versailles. Mezi tehdejší francouzskou elitou propukla okamžitě doslova hyacintová horečka.

U nás se pokoušel hyacinty ve velkém pěstovat vršovický **zahradník Jan Böhm** na ploše kolem dvou hektarů, zpočátku úspěšně.

Hyacinty kvetou při pokojové teplotě asi **tři týdny**, čím vyšší je však teplota, tím rychleji odkvetou – a také intenzivněji voní.

*Když kráčíš kolem hyacintů
neměl bys lhát
snad ani vraždit
a navštěvovat cizí kraje
bys neměl když kráčíš kolem záhonu hyacintů.*
(Ivan Wernisch)

Za kouzlem HYACINTŮ

Hyacinty jsou vhodné pro **pěstování ve vodě**: zbavte cibuli i kořeny zeminy a usadte ji do skleněné nádoby určené pro pěstování hyacintů naplněné vodou tak, aby sotva dosahovala ke kořenům. Struktura rostliny tak krásně vynikne a vy můžete pozorovat, jak si kořeny postupně sahají pro vodu.

Hyacint východní (*Hyacinthus orientalis*) se kvůli své velmi výrazné vůni hojně využívá ve voňavkářském průmyslu, jeho intenzivní a svůdná vůně je součástí nejdražších parfémů.

Mezinárodní **den hyacintu** se slaví 7. března.

Jakou **vybrat barvu**? Bílá a pastelové odstíny růžové a fialové vytvoří decentní, romantickou atmosféru, veselý a hravý dojem zase navodí kombinace různých barev.

Nevíte, **jakou barvu bude mít** narašený hyacint? V našich zahradnických centrech je prodáváme v malých plastových květináčcích, jejich barva je stejná jako barva květu hyacintu.

Odrůda **Gipsy Princess** je unikátní nejen žlutou barvou květů, ale také silnou ovocnou vůní.

Vedle jarních cibulovin, které za pár týdnů začnou rozkvétat v našich zahradách, existuje ještě druhá skupina cibulovitých a hlíznatých rostlin, které mají trochu jiný režim života. Protože jsou citlivé na mráz, vysazují se až po posledních jarních mrazících, a kvetou v létě a na podzim. Určitě znáte nejznámější zástupce – jiřiny, v létě kvetoucích cibulovin je ale mnohem více. Jejich cibule a hlízy nabízíme právě teď v zahradnických centrech. Víte, jak o ně pečovat?



Kvetou v létě, SÁZÍ SE NA JAŘE

Výsadba

- ✓ vysazujeme na přelomu dubna a května
- ✓ půda by měla být kyprá, spíše lehčí, případně vylehčená pískem
- ✓ hloubka výsadby by měla odpovídat dvojnásobku šíře cibule
- ✓ vysazujeme do košů, cibule se pak budou lépe vybírat z půdy

Péče

- ✓ pravidelně zavlažujeme, půdu udržujeme rovnoměrně mírně vlhkou
- ✓ nadměrná závlhka a přemokření škodí, hlízy můžou zahnívat
- ✓ vyšší rostliny se neobejdou bez opory (jiřiny, mečíky, lilie)



Zazimování

- ✓ sklízíme po zmrznutí nebo uschnutí nadzemní části
- ✓ hlízy a cibule opatrně vyryjeme ze země a zbavíme půdy, nemáčíme
- ✓ odstraníme zbytky nadzemní části (jiřinám ponecháme kus stonku)
- ✓ skladujeme v mrazuprosté místnosti v bedničkách s rašelinou

Nejznámější cibuloviny a hlíznaté rostliny kvetoucí v létě

Jiřiny
Lilie
Mečíky
Dosny
Begonie
Liliovostec
Kala (*Zantedeschia*)



Co se může hodit

Lopatky Elho jsou dostatečně hluboké a jsou vyrobeny z kvalitního pevného materiálu. Lze je využít i při výsadbě do truhlíků.



Košíky na cibuloviny

zajistí ochranu cibulovin před poškozením hlodavci a zároveň vám umožní zasadit hlízy do té správné hloubky.



Přípravek **Vertimec** ochrání hlízy před houbovými chorobami, případně i škůdci. Cibule v roztoku nejprve máčíme a pak teprve vysazujeme.

Proti některým houbovým chorobám lze biologicky bojovat přípravkem **Polyversum** obsahujícím houbu, která aktivně vyhledává cizopasné organismy a likviduje je.



Při výsevech semen nezapomeňte na umístění **jmenovky** – označovat bude nejen místo výsadby, ale třeba i druh nebo odrůdu.



AGRO Organo-minerální hnojivo Cibule a česnek obsahuje ideální poměr základních prvků pro cibuloviny a díky obsažené rohovině působí až dva měsíce.

Neobejde se bez ní poctivá bramboračka, patří pod svíčkovou, chutná syrová i dušená na másle, najdeme mezi ní nejranější i nejpozdnější odrůdy. Řeč je o kořenové zelenině, která se pěstuje kvůli svým kořenovým hlízám a bulvám a která v Česku patří k nejrozšířenějším druhům zeleniny. Je bohatým zdrojem vitamínů, minerálních látek, vlákniny, éterických olejů a jiných pro člověka důležitých látek, proto je pro naši výživu nepostradatelná. Navíc se poměrně snadno pěstuje, vždyť takovou ředkvičku stačí vysít a pak už jen čekat. A co ostatní druhy – nezapomeňte na ně!



Celer

- ✓ spolu s mrkví a petrželí se bulva přidává do polévek, pod hovězí pečení, k přípravě vařeného nebo syrového salátu
- ✓ aromatická a nahořklá semena jsou součástí celerové soli, která se používá při přípravě nápoje Bloody Mary
- ✓ listy se s řapíkem vaří zároveň s pokrmem a před podáním odstraňují, lze je i sušit



Mrkev

- ✓ v kuchyni se používá kořen i nať (k dochucení jako nať petržele)
- ✓ chutná syrová vcelku, nasekaná či nastrouhaná do salátů v kombinaci s jablky nebo cibulí či tepelně upravená v polévce
- ✓ mrkvový salát se připravuje z jemně strouhané mrkve, citronové šťávy, vody a případně cukru

Text: (red); foto: Photos a Dreamstime

KOŘENOVÁ ZELENINA

Odborník radí



Silvie Hlavatá
AZ GARDEN, s.r.o.
Pardubice

Veškerá kořenová zelenina se vysévá přímo na záhon, jediný celer je třeba předem předpěstovat. Hodí se k tomu **miniskleníček**, který snadno umístíte za okno, případně **rašelinové tablety (jiffy)**, které pak i s rostlinkou vysadíte na záhon. K výsevům doporučujeme **speciální substrát pro výsevy a množení s obsahem mikroorganismů**, které potlačují výskyt hub způsobujících padání a odumírání klíčků.



Petržel

- ✓ nejčastěji se využívá při přípravě polévek, nepostradatelná součást tradiční české svíčkové omáčky
- ✓ nastrouhaná se přidává do salátů, hodí se k dušenému nebo pečenému masu
- ✓ jako přílohu lze využít petržel pečenou nebo připravenou jako pyré



Pastinák

- ✓ aromatické kořeny připomínají chuť mrkev, obsahují však až třikrát více cukru
- ✓ přidává se do polévek, lze z něj připravit salát nebo pyré
- ✓ vařený v páře je možné restovat na másle a podávat posypaný bylinkami nebo zapéct v grilu s parmazánem



Tuřín

- ✓ bulvy mají nasládlou, poněkud peprnou chuť
- ✓ mladé bulvy se používají jako čerstvá kedlubna, vařený je součástí polévek, omáček a příloh
- ✓ výživná je kaše připravená z tuřínu, mrkve, dýně a másla



Křen

- ✓ používá se čerstvý, jemně nastrouhaný kořen jako příloha k vařenému masu nebo ke zvěřině spolu s brusinkami a smetanou
- ✓ křenová omáčka se podává s vařeným hovězím masem a knedlíkem
- ✓ smíchaný se šlehačkou a ořechy se podává jako příloha k vařené teplé či studené šunce
- ✓ nastrouhaný křen lze uchovávat v uzavřených nádobách v lednici několik týdnů



Ředkev

- ✓ hlíza je v závislosti na odrůdě kulovitá nebo podlouhlá, bílá, černá, červená nebo hnědá
- ✓ šťáva z hlízy získaná po nastrouhání a odležení má antimikrobiální účinky, používá se proti kašli a nachlazení
- ✓ nejprospěšnější je konzumace v syrovém stavu jako součást salátů



Ředkvička

- ✓ nejlepší je konzumace za syrova, posolením lze trochu zmírnit palčivou chuť některých odrůd
- ✓ je součástí salátů, pomazánek, polévek nebo jako příloha k masu
- ✓ konzumovat lze syrové mladé lístky, starší se připravují jako špenát

v kuchyni

Červená řepa

- ✓ syrová i vařená do salátů, chutná s česnekem, křenem, zelím, jablky, pomeranči a ořechy
- ✓ nepostradatelná součást boršče
- ✓ uvařené mladé bulvy jsou chutné jen osolené, pokapané citronem a máslem





Máte na zahradě skleník? Pak neváhejte a začněte s jeho přípravou na letošní sezonu včas. Už v březnu můžete začít vysévat první zeleninu, která není citlivá na případné mrazíky. Máme pro vás pár rad, které by vám mohly pomoci.

VE SKLENÍKU začíná sezona



Skleník před sezonou je třeba především náležitě vydezinfikovat. Ideálním pomocníkem je **dusíkaté vápno**. Po jeho zapravení do půdy je vhodné ji zalít a překrýt, například černou fólií. Vápno se začne rozkládat a zničí spoustu přezimujících stádií hub, škůdců i semen plevelů. Důležité je pamatovat si, že výsevy a výsadby můžeme provádět nejdříve tři týdny po aplikaci.



Při výsadbě sazenic je vhodné použít i přípravek **Symbivit** s obsahem mykorhizních hub, které pomáhají mladým rostlinám s rozvojem jejich kořenového systému a zároveň jim v průběhu vegetace pomáhají při nedostatku vláhy, nebo chrání kořeny rostlin před napadením patogenními houbami.



Pro přihnojení půdy ve skleníku můžete použít klasický kompost, který je ale v předjaří většinou ještě promrzlý. Vhodnou alternativou je **pravý koňský hnůj ve formě sušených peletek**, které vlhkostí nabobtnají a živiny se z nich pomalu uvolní do půdy. Koňský hnůj je vhodný jak do skleníku, tak pro užitkový záhon v zahradě či k výsadbě stromů a keřů. S organickým hnojivem v této formě se snadno manipuluje, dobře se dávákuje a neobsahuje klíčivá semena plevelů.

Co je ještě třeba udělat

- ✓ pokud je na sklech usazená řasa nebo mech, omyjte je přípravkem na mytí nádobí ve slabé koncentraci
- ✓ vydezinfikujte také opory pro rajčata a jiné druhy zeleniny, stačí slabý roztok hypermanganu
- ✓ za teplejšího počasí skleník větrejte, i když v něm ještě nic nepěstujete
- ✓ zkontrolujte zasklení a konstrukci skleníku

Předjarní akce v našich zahradnických centrech

Zahradnictví Líbeznice s.r.o.

Líbeznice

2. – 3. 2. Výstava řezaných růží

- ✓ vyberte s námi nové růže
- ✓ možnost zakoupení vystavovaných druhů
- ✓ skvělé nápoje na zahřátí v naší kavárně

23. – 24. 2. Víkend s vůní citrusů a čaje

- ✓ ochutnávka čajů prvotřídní kvality
- ✓ čerstvé citrusy ze Sicílie
- ✓ středomořské rostliny a vše potřebné k jejich úspěšnému pěstování

Zahradnictví Dvořák a syn s.r.o.

Teplice

9. – 10. 2. Farmářský víkend

- ✓ vyzkoušejte dobroty, které jsme objevili u regionálních producentů

AZ GARDEN, s.r.o.

Pardubice

23. – 24. 2. Exotické jaro v Černé

- ✓ rostliny z celého světa
- ✓ rozmanitost růží
- ✓ jarní inspirace
- ✓ dětská dílna

Zahradnické centrum FERENČÍK

České Budějovice

14. – 20. 1. Hyacintový týden

28. 1. – 3. 2. Narcisový týden

11. – 17. 2. Tulipánový týden

25. 2. – 3. 3. Probudte jaro

Pro více informací sledujte náš facebook a instagram.

Zahradnické centrum Brabec, s.r.o.

Modřice

23. – 24. 2. Jaro napříč kontinenty

- ✓ prodejní výstava rostlin z různých koutů světa
- ✓ široký sortiment jarních cibulovin a dekorací
- ✓ floristická show 14–15 hod
- ✓ dětská dílnička 9–17 hod
- ✓ spousta jarní inspirace
- ✓ ... a ještě mnohem více

Zahrada Lisý s.r.o.

Králův Dvůr

26. – 27. 1. Výstava řezaných růží

- ✓ výstava s hlasováním o nejkrásnější odrůdu

8. – 10. 2. Farmářský víkend

- ✓ vyzkoušejte dobroty, které jsme objevili u malých regionálních producentů

22. – 24. 2. Probouzení jara v Zhradě Lisý

- ✓ nejkrásnější pokojové rostliny
- ✓ jarní inspirace
- ✓ tvoření s dětmi

Zahradnictví u Kopřivů s.r.o.

Šebrov

16. – 17. 3. Vítání jara

- ✓ jarní inspirace
- ✓ široký sortiment rychlených cibulovin, řezaných tulipánů a narcisů
- ✓ tvořivá dílnička pro děti

30. – 31. 3. Jaro v zahradě

- ✓ široký sortiment jehličnanů, listnatých keřů a stromů
- ✓ jarní dekorace
- ✓ široký sortiment jarních cibulovin
- ✓ tvořivá dílnička pro děti

Chládek zahradnické centrum s.r.o.

Praha 6

5. – 10. 2. Týden minizahrádek

- ✓ velmi oblíbený workshop pro velké i malé návštěvníky našeho zahradnictví
- ✓ 4x v týdnu (vždy 17–19 hod) a letos nově i o víkendu (10–18 hod)
- ✓ vytvoříte si svou vlastní minizahrádku
- ✓ prodej voucherů v našem zahradnictví a na e-shopu www.kvetiny-chladek.cz
- ✓ více informací najdete na www.zahradnictvi-chladek.cz v sekci Novinky a Akce

2. – 3. 3. Jaro začíná u Chládků

- ✓ přijďte k nám přivítat jaro
- ✓ prodejní výstava řezaných tulipánů, narcisů a jarních cibulovin
- ✓ ochutnávka jedlých květů a klíčků
- ✓ rozšířená nabídka jarních květů
- ✓ jarní dekorace a aranžmá

Více informací najdete na webových stránkách jednotlivých členů (viz poslední strana Zpravodaje)

- ✓ *zaručená odbornost*
- ✓ *nejvyšší kvalita*
- ✓ *česká tradice*



Zahradnictví Dvořák a syn s.r.o.

www.dvorakasyn.cz

- Stanová ulice 1998, 415 01 Teplice
Tel.: 417 539 930
- areál zimního stadionu
Rudolická 1700, 434 01 Most
Tel.: 476 100 794

FLORA GARDEN s.r.o.

www.floracz.cz

- Boleslavská 1085
294 01 Bakov nad Jizerou
Tel.: 326 781 194

Zahradnictví Libeznice s.r.o.

www.zahradnictvilibeznice.cz

- Mělnická 424, 250 65 Libeznice
Tel.: 283 981 844

AZ GARDEN, s.r.o.

www.azgarden.cz

- Staročernská 200,
530 03 Pardubice –
Černá za Bory
Tel.: 466 616 193

Zahrada Lisý s.r.o.

www.zahradalisy.cz

- Bohumila Hájka 221,
Popovice 267 01
Králův Dvůr u Berouna
Tel.: 313 037 357

Chládek zahradnické centrum s.r.o.

www.zahradnictvi-chladek.cz

- Střešovická 47, 162 00 Praha 6
Tel.: 235 351 032

Zahradnictví u Kopřivů s.r.o.

www.zahradnictvisebrov.cz

- Šebrov 105, 679 22 Lipůvka
Tel.: 516 431 735
- Brněnská 154, 666 01 Tišnov
Tel.: 549 412 374
- Nám. Svobody 2, 678 01 Blansko
Tel.: 516 410 539

Zahradnické centrum Brabec, s.r.o.

www.brabeczc.cz

- Chrlická 875, 664 42 Modřice
Tel.: 547 215 066

Zahradnické centrum FERENČÍK

www.ferencik.cz

- Generála Píky 729/2,
370 01 České Budějovice
Tel.: 602 779 652
- Žižkovo náměstí 118,
374 01 Trhové Sviny
Tel.: 386 321 471, 602 779 674



WWW.SZC.CZ
www.katalog-rostlin.cz