

Z P R A V O D A J

č. 155



Pěkné jaro i léto všem

duben 2023

Vychází 3x ročně

Ediční rada Zpravodaje: Jitka Knížková, odp. redaktorka (j.knizkova@centrum.cz),
ing. Daniela Velebová (danivel@email.cz)

Kresby: Marie Tvrdková

Techn. zpracovala: Marcela Braunová

Tisk: fa Papilion

Internet: www.zahradkari.cz/szo/hortiklub

Proroctví Svídnické borovice:

„... až bude strašná vojna, tehdy se pod korunou borovice sejde sedm znesvářených panovníků, dohodnou se a usmíří. Pak nastanou zlaté časy ...“

(M. Hrušková, Stromy památné)



Jak neobvykle silně a účinně nás má v moci příroda a jak blízce jsme s ní spojeni nejen materiálně, ale i duchovně, o tom svědčí nejedna legenda, báje či píseň, zejména ta lidová. Jistě máme v paměti klasiky, v jejichž dílech hrál zásadní roli strom, jako symbol soudržnosti, národní identity a hrdosti. Sousedé se scházeli ve stínu lípy (Svatopluk Čech), lípu bránili proti panské zvlů (Alois Jirásek), České luhy a háje zní ve Smetanově *Mé vlasti* spolu se zurčící Vltavou. A mohli bychom pokračovat dále až K. otvírání studánek B. Martinů a dospět až k české krajinomalbě!

Výčet děl inspirovaných přírodou je nekonečný ...

Nemusíme být ale právě těmi vyvolenými, kdo dokázali svou lásku k přírodě a pochopení jejího tajemství umělecky ztvárnit. Vždyť i my jsme svým způsobem tvůrci a bez vnitřné pozornosti k potřebám právě toho kousku, či kusu zahrady a porozumění základním principům jejího založení a péči o ni, by nebylo tolik zajímavých a inspirativních zahrad, zahrádek, předzahrádek a oken a balkónů s přetékajícími truhlíky květinové krásy. Výsledek práce mluví za nás. Stačí jít a pozorně se dívat a hned je jasné, kdo a jaký majitel kde hospodaří, a nejen s jakými prostředky, ale také s jakou duší a jak se umí k práci postavit. A tak tu vidíme vedle sebe pragmatika, co dá na hospodářskou část zahrady, romantika, co se obklopí růžemi a tajemnými keři, pod nimiž se leskne jezírko, alpinistu i exotika okouzleného japonskými vzory. Nemalelou část tvoří ale i ctitelé trendů a oběti marketingových akcí supermarketů. Tak to holt v té naší české kotlině bývá, že se kloníme hned k té, či oné straně. Ale pak nás dokáže dojmout starý statek se selskou zahradou a pivoňkami pod okny, nebo horská chalupa se skromně zdobnými trvalkami, které tam patřily odedávna.

A tak tedy hledejme tu správnou rovnováhu mezi našimi sny, představami a tradicí a zejména silami. Mějme svá tajemství v zahradě po předcích, utvářejme svá nová zákoutí krásy a útěchy, ale i radosti. Vyprávějme si příběhy pod korunami stromů, sdílejme to dobré, co v nás je, s rodinou a se sousedy, radujme se s dětmi a budme vždy připraveni přírodě naslouchat a pomáhat tam, kde jí bylo ublíženo. Ona nám vrátí klid, krásu a víru v nekonečný koloběh života.

Hezké jaro a léto všem členům a příznivcům Hortiklubu za redakci přeje

Vladka Neterdová

Mák je naše modré zlato

Také jste jistě i v loňském roce zaznamenali, že přibývá u nás na polích hodně máku. Plochy máku se meziročně zvýšily, a to i ve středních Čechách. Plochy máku vypadaly už v předchozím létě mnohem lépe, než v předcházejících suchých letech.

V krajině tak byly nepřehlédnutelné.

Česko je nejvýznamnějším exportérem potravinářského máku na světě.

Z pomyslného trůnu ho před lety sesadilo jen Turecko, které pěstuje zejména bělosemenný mák pro převážně indický trh.

Mák je také příkladem naší soběstačnosti a až 85 % naší produkce úspěšně každoročně vyvážíme. Jen v roce 2020 zahraniční obchod s mákem činil 1,4 mld Kč.

To je např. mnohem víc než u našeho „českého zlata“ – chmele.

Mák je naší plodinou od nepaměti

Mák se na území současné České republiky pěstuje a používá od nepaměti. Nejstarší nálezy v Evropě se datují od počátku neolitu. Ještě na začátku 21. století se za nejstarší nález na našem území považoval kopec Vladař u Žlutic. Ale díky archeologickým průzkumům při stavbách dálnic či velkých logistických center se naše poznání mění. Nyní místem nejstaršího nálezu na našem území je Ostrov u Stříbra, kde objevená zrnka máku datujeme do pozdní doby bronzové, zkamenělá semínka jsou tedy stará až 2800 let. A tak se mák řadí mezi prastaré plodiny po boku pšenice jednozrnky a dalších druhů pšenic, ječmene, hrachu, prosa a lnu. Výskyt lnu je při archeologických průzkumech velmi častý. Právě len dal název esenciálním mastným kyselinám. Dnes už víme, že v semenech máku je kyseliny linolové více (75 %) než ve lněných semenech.

Spolek Český modrý mák

Ve 20. století se technologie pěstování máku na území Československa zdokonalila, zejména díky osobě J. Schreiera. Na tuto technologii navázalo ve své činnosti sdružení Český mák (nyní spolek Český modrý mák), které bylo založeno pracovníky z katedry rostlinné výroby ČZU spolu se Slovakofarmou už před více než 20 lety. Vedle zdokonalování pěstební technologie se sdružení tehdy orientovalo i na výkup makoviny pro Slovakofarmu Hlohovec.

Každoročně se pořádají Polní dny v květnu a červnu. Pod gescí ČZU v Praze se konají na výzkumné stanici FAPPZ v Červeném Újezdě. Polní den začíná přednáškami a poté následuje přehlídka makových polí a jednotlivých maloparcelkových pokusů. Účastníci mají možnost individuální diskuze a konzultace s vědecko-výzkumnými pracovníky naší univerzity a zástupci agrochemických společností.

Nejnovější poznatky a trendy v pěstování máku a obchodu a výsledky pokusnické činnosti se prezentují na odborných seminářích. Ty se pod názvem MÁK V ROCE 20XY konají na čtyřech místech republiky. Výstupem je tzv. Makový občasník, sborník příspěvků vydaný na ČZU v Praze, kteří účastníci semináře obdrží. Na fakultě pokračuje i výchova doktorandů. Dosud na FAPPZ ČZU ukončilo doktorské studium sedm odborníků s přímým zaměřením na mák a pěstební technologii. Za tu dobu se řešilo mnoho grantů a smluvních zakázek, v roce 2010 byla vydána kniha „Mák“.

V současnosti má spolek sídlo na ČZU a nový název – Český modrý mák, z.s.– nese od roku 2015. Spolek sdružuje poctivé pěstitele, zpracovatele a poradce, resp. Výzkumné organizace. Oproti cílům dřívějším se v posledních letech také zaměřujeme na osvětu – mák české provenience propagujeme zejména z hlediska jeho nutriční hodnoty. A to nejen v Česku, usilujeme o renesanci českého modrého máku i za hranicemi. Kromě slovanských zemí má potravinářský mák z Česka svůj trh i v Rakousku, Bavorsku, Maďarsku a Rumunsku. Tam všude ho exportujeme ve větších objemech. A právě díky této propagaci často zaznívá jméno naší univerzity, ostatně na této činnosti se podílí mnoho zaměstnanců z ČZU.

Úzká spolupráce je také mezi spolkem (ČZU) a Potravinářskou komorou ČR. Hlavním výstupem poslední doby je česká cechovní norma pro modrosemenný mák “celý”. Norma tímto definuje kvalitu a jasně vymezuje pojem „Český modrý mák“. Díky vyhlášce č. 399/2013, kterou spolek inicioval již dříve, se v Česku od roku 2014 pěstuje pouze mák potravinářský, což znamená, že na tuto cechovní normu dosáhne každý zemědělec. Lze tedy říci, že kvalitní potravinářský mák se pěstuje na všech našich polích.

Norma garantuje původ, kvalitu a dává záruku, že mák není smíchán s dovozovým nepotravinářským mákem, tj. s technickým mákem s vyšším podílem alkaloidů, pro které se v západní Evropě pěstuje. Norma zároveň zaručuje, že semeno máku není ze spekulativních důvodů termostabilizováno. Právě semeno máku technického se takto ošetřuje (termostabilizace = ošetření máku parou či vysokými teplotami), aby množství alkaloidů

kleslo na požadovanou úroveň, nepříjemná vůně i chuť a nevyrovnaná barva však máku zůstane. Tento odpad je dovážen kvůli nižší ceně k nám či se míchá s naším kvalitním již v zahraničí. Po vstupu do Evropské unie, tj. v rámci jednotného trhu, lze proti těmto nekalým obchodním praktikám bojovat pouze osvětou směrem ke spotřebiteli. Jednoduchým nástrojem jsou Česká cechovní norma či připravované Chráněné zeměpisné označení pro Český modrý mák. Ideální stav bude tehdy, až my, spotřebitelé, mák s českou cechovní normou od pěstitelů či obchodníků budeme vyžadovat. Je to zřejmě jediná cesta, jak zamezit pančování našeho kvalitního máku dovozovým mákem technickým.

Po každé vlně příspěvků v médiích je cítit poptávka veřejnosti, tj. všech spotřebitelů a milovníků kvalitního máku, po produkci přímo od pěstitelů. Telefonáty, e-maily, prosby. I proto do dalšího období vstupujeme se závazkem vytvořit „Mapu Českého modrého máku“, tj. seznam obchodníků, pěstitelů, kteří by byli ochotni prodávat kvalitní českou potravinu ze dvora či ji přímo zasílati koncovému zákazníkovi. V této i v dalších činnostech v oblasti máku a potravinářství držíme všem zainteresovaným pracovníkům naší univerzity palce.

ŽIVÁ UNIVERZITA, 2020(3–4): 36–37

Ing. Vlastimil Mikšík, Ph.D., FAPPZ

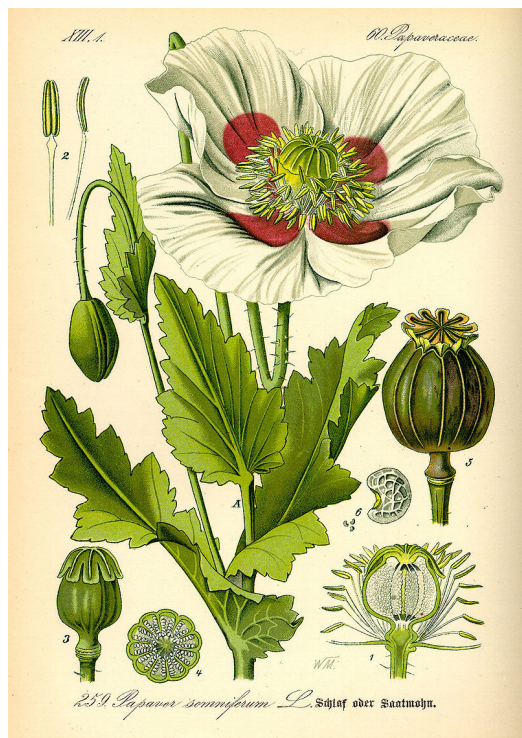
Mák setý (Papaver somniferum)

Mák je využíván již několik tisíc let. Prvně se nejspíše pěstoval již v 6. století př.n.l. v oblasti Středomoří a o tisíc let později v Mezopotámii, ale především jako zdroj opia. Některé civilizace, jako např. Egypťané využívali opia jako sedativa. V 9. století se mák dostal z oblasti Persie na území dnešní Číny, kde se později, přibližně v 18. století, stalo opium významnou silou ovlivňující společnost.

Na našem území se mák ve velkém jako olejina začal pěstovat až počátkem 19. století. Na ploše 1772 ha roku 1896 se pěstoval ponejvíce ve středních Čechách okolo Prahy a v okolí Čáslavi a Tábora. Do roku 1946 vzrostla plocha, na které se pěstoval, na 31 000 ha a od té doby postupně klesala na méně než 8000 ha v roce 1989. Další prudký skok následoval po roce 2004, v roce 2007 bylo mákem oseto téměř 60 000 ha.

V poslední době se plochy pěstování máku v ČR ustálily kolem 35 000 ha.

Mezi odrůdy vyšlechtěné na českém území patří Azur (pěstován během let 1928–1973), Hanácký modrý (1934–80), Modran (1969) a Ama-



rin (1975). V poslední době se podařilo vyšlechtit celou řadu zajímavých, především bělosemenných odrůd pod názvy Sokol, Racek, Orel, ale i odrůdu s okrovou barvou semene Redy. Z odrůd českého modrého máku jsou pěstovány odrůdy Orfeus, Orbis, Aplaus, Opex a Onyx. Ze slovenského šlechtění vznikly odrůdy Dubník, Berlách, Albín, Magic, Opal, Bergam, Maratón, Malsar a Major, Harlekýn.

Všechna produkce v ČR je určena pro potravinářství, makovina (makovice) se nevykupuje.

Přes 4/5 české produkce je exportováno, především do slovenských zemí a Rakouska, kde je také mák tradiční pochoutkou. V západních zemích jsou makové produkty často pokládány za

nevhodné, protože je částečně mylně předpokládáno, že obsahují návykové látky.

Mák ale obsahuje také velké množství vápníku, železa a zinku. Olej z makových semen obsahuje nejvíce kyseliny linolové ze všech běžně pěstovaných a pro potravu využívaných rostlin. Kyselina linolová (PUFA) patří do skupiny omega-6 esenciálních mastných kyselin.

Při sklizni máku je nutné klást důraz na dobrou zralost semen.

Nedo zralé semeno máku může obsahovat více kodeinu, který má sedativní účinky.

Česká republika je ve světovém měřítku nejvýznamnější legální pěstelskou zemí.

J. K.

Loňský rok 2022 byl rokem máku

Je všeobecně známo, že ve většině rozvojových zemí je pěstování máku především pro obsah opia v makovém mléku. Na základě této skutečnosti je právě v některých částech světa pěstování máku zakázáno. Naštěstí žijeme v krajině, která bere tuto tradiční pochutinu racionálně. Vždyť i český Honza, když šel do světa, měl buchty s mákem. A pokud máte oči otevřené tak víte, že pole s kvetoucím bílým či nafialovělým květem máku v plném květu jsou počátkem léta výraznou dominantou českého venkova a divoké rudé ‚vlčí máky‘ jaké jsme v mládí pamatovali na každé mezi, se na okraje polí zase vracejí.

Mák není pouze zdrojem semen nebo surovinou na výrobu alkaloidů. Jeho květy dotváří venkovskou zahradu a neztratí se ani v její moderní úpravě. Firma SEMO má v sortimentu atraktivní odrůdu „Danish flag“ (dánská zástava nebo vlajka) s květy v červeno-bílé barvě, tedy správné dánské národní barevné kombinaci.

Kontrast těchto dvou barev je opravdu velmi atraktivní.

Nároky okrasných máků a požadavky na jejich prostředí se neliší od máků tradičně pěstovaných na semeno. Vysévejte je co nejdříve z jara, rostlinky máku potřebují ke klíčení a počátečnímu růstu nižší teplotu a dostatek jarní vláhy. Osivo vyséváme přímo na záhon, mák má kulovitý kořen a přesazování tak nesnáší. Vybírejte slunné stanoviště, jinak máky rostou prakticky v každé dobře propustné půdě, vyhněte se pouze půdám slévacím a přemokřeným

Klasický červeně kvetoucí vlčí mák je také součástí květinové směsi KVĚTENA VENKOVA z kolekce KVĚTINOVÝ KOBEREC. Jedná se o přirozenou směs 10 různých druhů letniček a 5 druhů trvalek evokující vzpomínky na květiny našeho dětství. Kdo by neznal kopretiny, které ozdobí každou louku na přelomu května až června. Monetovy rudé vlčí máky a tajemstvím zahalený koukol Směs obsahuje například vlčí mák, chrpu luční, chryzantémovku (zlateň osenní), kopretinu bílou, plamenku nebo koukol polní.

Vyséváme v březnu až červnu a pak až v listopadu, optimální výsev je od 2 do 5 g/m².

Kvetení z jarního výsevu je od léta a pak následující roky hned zjara,

Z podzimního výsevu začíná kvetení koncem jara a další roky opět hned z jara.

J. K.

Chytrá krajina budoucnosti zná recept jak hospodařit s vodou

Modelová Chytrá krajina Amálie u Lán umí využívat vodu zadržanou v krajině, což znamená, že: V období, když je vody dostatek, se zde zadržuje, a v období, když její málo, tak se zadržaná voda nějakým způsobem využívá, říká prof. Ing. Jan Vymazal, CSc., prorektor pro vědu a výzkum a vedoucí katedry aplikované ekologie fakulty životního prostředí

Vzhledem k vývoji klimatu se nápad na realizaci projektu chytrého využívání vody v krajině, který vznikl na akademické půdě ČZU, v Praze delší dobu, stával stále naléhavějším. Vědcům také bylo zřejmé, že vytvořit modelovou studii v laboratoři nemá význam a je nutné projekt provést v reálných podmínkách.

V roce 2018 vzniklo Centrum pro vodu, půdu a krajinu při ČZU, ve kterém spolupracují odborné týmy napříč fakultami, a ty se společně pustily do realizace projektu. Příhodné podmínky pro vytvoření reálně modelové krajiny, která by uměla hospodařit s vodou, byly na pozemcích Školního zemědělského podniku ČZU u Lán. V lokalitě Amálie u obce Ruda na Rakovnicku, kde bývá obecně dešťových srážek méně a je tam tzv. srážkový stín.

Od počátku projektu do současné doby instalovali vědci z ČZU ve spolupráci s Výzkumným ústavem meliorací a ochrany půdy protierozní opatření. Vznikly také dva umělé mokřady na čištění drenážních vod a v současné době se staví rybník, který by měl být retenční zásobárnou vody pro pokusný pozemek, zavlažovaný podzemním zavlažovacím systémem.



Synchronně se také buduje i monitorovací systém drenážní vody z této plochy. Na celém území je již celá řada monitorovacích prvků, které sledují hydrologické a meteorologické parametry. Jsou zde např. vrty, kde se měří hladina podzemní vody, pak také měřidla půdní vlhkosti, měří se průtoky na všech



potocích a evapotranspirace na vybraném území. Kromě toho je zde i tzv. eddy-kovariance, kde se měří mnohé meteorologické veličiny, včetně obsahu vodní páry, CO_2 a metanu ve vzduchu. Tento monitoring provádí katedra vodného hospodářství a enviromentálního modelování pod vedením prof. Hanela a doc. Mácy.

Profesor Jan Vymazal a jeho tým po celou dobu sledují kvalitu vody v drenážních kanálech a na Brejlském potoce. Drenážní kanály a potok se stékají, protékají kaskádou pěti rybníků a dále se Brejlský potok spolu s potokem Karlův luh vlévají do potoku Klíčava, který napájí stejnojmennou vodárenskou nádrž. Dva nainstalované mokřady v Chytré krajině Amálie čistí vodu z Brejlského potoka po soutoku s drenážemi a měly by z vody odstraňovat především dusičnany, které se v drenážních vodách objevují ve vysokých koncentracích. Předpokládá se, že tyto umělé mokřady zachytí i pesticidy.

Chytrá krajina Amálie je dlouhodobým projektem, protože potřebnou výzkumnou infrastrukturu je třeba připravovat po částech, především kvůli financování z různých zdrojů, které se získávají postupně. Dalším důvodem je fakt, že krajina reaguje na aplikované změny pomalu a pro ověření výsledků je potřeba získat velké množství dat.

Vizí projektu je využít poznatky z modelové Chytré krajina Amálie i v jiných, se suchem bojujících oblastech. Jak odhaduje Jan Vymazal, nějaké zásadní výsledky, na jejichž základě bychom mohli vytvořit kvalitní metodu nakládání s vodou v zemědělské krajině, budou k dispozici nejdříve za tři roky. Bylo by vhodné získat výsledky v takové podobě, „abychom mohli poznatky v budoucnu aplikovat s lokálními modifikacemi i na jiná území“, říká Jan Vymazal.

Do Chytré krajiny Amálie v obci Ruda u Lán se může podívat kdokoli. Vznikla zde i naučná stezka. Z historie obce Ruda ale také víme, že

původní osada Amálie byla založena podle kněžny Amálie Kristýny Bádenské (manželky Karla Egona II. z Fürstenberku). S nadsázkou tedy můžeme říci, že dnes utvářející se modelová zemědělská Chytrá krajina Amálie u Lán má nejen urozený původ, ale k urozenosti přidává i chytrost a perspektivu.

Celá projekt je pod vedením odborníků na dobré cestě. Stává se studnicí poznatků a moudrosti, jak odolat velkému suchu i velké vodě, a tím zemědělskou krajinu efektivně využívat.

Již nyní jde příkladem, jak se na šlechtu sluší a patří.

ŽIVÁ UNIVERZITA, 2022 (1–2): 48–49

Věra Klimšová

JUBILEUM



Koncem června 2023 se dožívá krásných sedmdesátin naše dlouholetá členka a významná posila výboru Hortiklubu Jarmilka Melicharová.

Milá Jarmilko, děkuji Ti jménem svým i celého výboru za tvoji perfektní a přínosnou práci, kterou děláš v naší zájezdové sekci.

Přeji Ti za všechny hortiklubáky vše nejlepší a hodně zdraví do dalších let.

Jitka K.

Rezervace V Bahních na Džbánsku

Fakulta životního prostředí ČZU má tu čest oznámit, že se v roce 2021 stala hrdým vlastníkem a správcem přírodní rezervace V Bahních u obce Třtice na Džbánsku. Rezervace o rozloze 8,63 ha byla vyhlášena na počátku 50. let 20. století pro ochranu společenstev rašeliníšť a slatin. Ve středních Čechách jde o unikátní území s výskytem řady vzácných a ohrožených druhů. V současnosti je nejcennějším místem rezervace, vedle rákosin a mokřadních křovin, slatinná louka i její jižní části.

Chráněné území v nadmořské výšce 422 m se nachází v povodí potoka Loděnice v přírodním parku Džbán, asi 4 km od Nového Strašecí. V minulosti bylo území udržováno pastvou a kosením jako bezlesé. V první polovině 20. století však tradiční zemědělské hospodaření postupně zaniklo a byla zahájena těžba rašeliny pro lázně Mšené u Budyně. Těžba rašeliny skončila ještě před vyhlášením rezervace v roce 1952. Její stopy lze v podobě odvodňovacích příkopů a tůní nalézt dodnes, především v ihozápadní části.

Nejvzácnější rostlinou rezervace je v ČR kriticky ohrožená kohátka kalíškatá, která

se v posledních letech vyskytuje v počtu nejvýše několika jedinců. Mezi další ohrožené druhy rostlin patří ostřice šupinoplodá, srstnatec májový, rosnatka okrouhlostá nebo tučnice obecná. Ze zvláště chráněných živočichů se zde vyskytují převážně zástupci obojživelníků a plazů – čolek obecný, skokan štíhlý nebo ještěrka živorodá. Ukončení tradičních způsobů hospodaření, jako byla pastva dobytka a kosení, vedlo k postupnému zarůstání mnoha míst, rezervaci V Bahnech nevyjímaje. Rezervaci ohrožují také plachy živin a pesticidů z okolních polí i přinášené samotným potokem Loděnice. Přesycení území živinami (eutrofizace) způsobuje pronikání a rozvoj nežádoucích, konkurenčně silných druhů (např. bezkolenc modrý, rákos obecný), které vytlačují původní a dnes už vzácné rostliny. První zásahy ochránců přírody se datují do 70. let 20. století, kdy se začalo s regulací náletových dřevin. Koncem 90. let bylo obnoveno kosení luk v nejvzácnější jihozápadní části, zbytek území však nadále silně zarůstá rákosinami. V letech 2010–2011 se uskutečnila revitalizace napřímeného koryta potoka a vznikly nové tůně.





Od roku 2021, kdy rezervace přešla pod vlastnictví a správu FŽP ČZU, došlo k významnému rozšíření péče o rezervaci. Šířící se rákosiny byly sečí podstatně redukovány, pokračuje i kosení luk v jihozápadní části a v poslední zimě došlo k odstranění starého dřevěného oplocení rezervace. Do budoucna se plánuje redukce některých dřevin, obnova stávajících tůň a vybudování nových. Vědci z katedry ekologie zde budou pravidelně vyhodnocovat účinnost prováděných opatření. Kromě fauvistických, floristických a hydropedologických průzkumů a managementových realizací poslouží rezervace také k vý-

chově studentů přímo v terénu i jako zdroj témat jejich závěrečných prací. Docent Jiří Vojar pověřený správou rezervace nezapomíná i na nejširší veřejnost: „Rezervace je ideálním místem k pořádání exkurzí, během nichž můžeme demonstrovat opatření, která vedou k ochraně podobných stanovišť. Lidé se také do managementu mohou sami aktivně zapojit nebo nám třeba pomoci se záznamem zájímace. Do budoucna se plánuje redukce některých dřevin, obnova stávajících tůň a vybudování nových. Vědci z katedry ekologie zde budou pravidelně vyhodnocovat účinnost prováděných opatření. Kromě fauvistických, floristických a hydropedologických průzkumů a managementových realizací poslouží rezervace také k výchově studentů přímo v terénu i jako zdroj témat jejich závěrečných prací. Docent Jiří Vojar pověřený správou rezervace nezapomíná i na nejširší veřejnost: „Rezervace je ideálním místem k pořádání exkurzí, během nichž můžeme demonstrovat opatření, která vedou k ochraně podobných stanovišť. Lidé se také do managementu mohou sami aktivně zapojit nebo nám třeba pomoci se záznamem zájímá vých druhů živočichů a rostlin. Rezervace je tu pro všechny, tak neváhejte s návštěvou“.

Více informací najdete na webu rezervace <http://rezervacevbahnach.czu.cz>

Koriandr

Koriandr setý (*Coriandrum sativum*) je rostlina, kterou znali již staří Egypťané – byl objeven v hrobkách faraonů z období 1000 let př.n.l. Plnil funkci obětní rostliny a Řekové a Římané ho využívali nejen jako koření, ale také jako nezbytnou ingredienci do vín a likérů. V neposlední řadě sloužil také jako přísada do různých léků a lektvarů na nesmrtelnost a lásku. Římané balili do koriandrových listů potraviny, aby vydržely déle čerstvé. Koriandr se používal také k léčbě zažívacích potíží a byl považován za silné afrodisiakum.

Koriandr setý je rostlina jednoletá z čeledi miříkovitých (Apiaceae), plañ rostoucí ve Středomoří, odedávna pěstovaná v Indii a Egyptě. Jedná se o jednoletou mrkvovitou bylinu, jejíž lodyha dosahuje až 1 metru a nahore se bohatě větví. Spodní listy má jednoduše zpeřené a řapíkaté, horní listy přisedlé pochvou a zpeřené dvakrát až třikrát. Listy mají dělené, čárkovité úkrojky. Květy jsou bílé nebo narůžovělé a tvoří okolíky. Plod je kulatý a hnědožlutý. Koriandr kvete v období června a července.

Účinnými látkami jsou především silice a některé vitaminy skupiny B. U koriandru se sbírá plod i list. Koriandr podporuje tvorbu žaludeční šťávy, čímž příznivě působí na trávení. Čaj z koriandru pomáhá při bolestech břicha, pocitu plnosti či nadýmání. Je doporučován také v čajové směsi s kmínem. Obklady z koriandru pomáhají při revmatických potížích kloubů.

Koriandr je příbuzný anýzu, kmínu a kopru a pěstuje se také u nás. Používá se jako koření především k nakládání hub a zeleniny (červená řepa, okurky),



přidává se do chleba, který tak činí lépe stravitelným a je také klasickou přísadou do perníku, uzenářských výrobků, k přípravě jehněčího, vepřového a hovězího masa či ryb. Využití nachází také ve výrobě alkoholických nápojů včetně vín.

U koriandru jsou požitelné všechny části rostliny. Každá má své specifické aroma i chuť. Listy mají nepatrnou příchut' anýzu, semena jsou nasládlá, aroma připomínající pomerančovou kůru a kořen je intenzivnější verzí listu. Koriandr tvoří jednu ze základních součástí indického karí a uplatňuje se v ostré mexické, arabské a čínské kuchyni. Lze ho použít v ostrých rajčatových omáčkách, avokádových dipech či polévkách, ale i ve studených jogurtových omáčkách. Vynikající je v pokrmech z luštěnin a brambor. Přidáním koriandru do zeleninových i masových směsí docílíme jejich exotické příchuti.

Stejně jako má listový koriandr své příznivce, tak u mnoha lidí vyvolává nesnášenlivost, která je geneticky podmíněná – chuť čerstvého koriandru pak bývá přirovnávána k mýdlu.

Odrůda typu LONG STANDING AROMA je jednoletá bylina s přímým rozvětvením a střídavými, hluboce členěnými listy. Je na pěstování nenáročná, odrůda je vypěstovaná speciálně na sklizeň mladých listů a je odolná na vykvétání. Poskytuje i několik sklizní za rok. Koriandr vyséváme co nejdříve, od druhé poloviny března, do hloubky 1–3 cm. První sklizeň listů provádíme ve výšce 15–20 cm rostliny.

J.K.

Zahrada pro alergiky

Tímto článkem chci poradit, jak správně řešit zahradu, pokud máme v rodině alergika. Povíme si, čeho se každopádně zřeknout při osazování a řešení zahrady. Tak v první řadě to budou trávníky, především přírodní louka, dále některé keře a komposty. Alternativou trávníku mohou být štěrkové cesty a plochy, živé ploty z keřů lze nahradit některými pnoucími rostlinami a na odpad to bude chtít sběrné uzavřené nádoby. Při osazování platí: vyvarujte se lučních rostlin, okrasných trav, plevelů – zejména kopřiv a jitrocelů, dále stromů s velkým množstvím pylu jako je líska, vrba nebo bříza, dále pak rostlin jedovatých, silně vonných a i takových, které mohou vyvolat kožní podráždění.

Vybírejte jen rostliny pro alergiky doporučované. Tady je stručný přehled některých:

Letničky

Antirrhinum – hledík, *Impatiens* – balzamína, *Papaver* – vlčí mák, *Calceolaria* – pantoflíček, *Petunia*, *Verbena* – sporýš, *Lobelia* – lobelka, *Viola* – maceška, *Myosotis* – pomněnka.

Trvalky

Aquilegia – orlíček, *Hemerocallis* – denivka, *Campanula* – zvonek, *Delphinium* – stračka, *Veronica* – rozrazil, *Geranium* – kakost, *Centaurea* – chrpa, *Penstemon* – dračík, *Astilbe* – čechrava.

Stromy a keře

Vhodné jsou ty, které nejsou větrosnubné, jako např. *Hydrangea* – hortenzie, *Magnolia* – šácholan, *Viburnum* – kalina, *Chaenomeles* – kdoulovec, *Aucuba*, *Amelanchier* – muchovník, *Forsythia* – zlatice, *Spirea* – tavolník, *Weigela* – vajgélie, okrasné ovocné stromy, dále *Cotinus* – ruj, *Hibiscus* – ibišek.

Popínavé rostliny

Parthenocissus – loubinec, *Vitis vinifera* – réva vinná, *Passiflora* – mučenka, *Lonicera* – zimolez nevonný, *Hydrangea* – pnoucí hortenzie, *Tropaeolum* – lichořeřišnice, růže, ale nikoliv vonné.

Rostlinné zdroje alergenů

Následující letničky by v zahradě alergika neměly být vůbec: slunečnice, sedmikráska, aksamitník, měsíček, náprstník, nestařec.

Z trvalek to jsou řebříček, okrasné trávy, krásnoočko, hvězdnice, listopadky, záplevák, rmen, bělotrn a bolševník.

Ze stromů a keřů se nedoporučují vrby, lísky, olše, buky, břízy, javory, dále ptačí zob, škumpa, pustoryl, komule a šeřík.

Přesto i alergik může zahradničit, ale je nutné dodržet některé zásady. Tak místo trávníku použít některé vhodné půdopokryvné rostliny, anebo jen kamínky. Pokud se nechcete trávníku vzdát úplně, zanechte sekání někomu jinému a vyražte raději na výlet. Pokud rádi sami pracujete na zahradě, tak používejte rukavice a oblečení s dlouhým rukávem a nechoďte v něm pak domů. I umytí vlasů po práci v zahradě sniží množství dráždivých látek nachytaných během dne a lépe se vám bude

spát. Nejvhodnější dobou pro práci na zahradě bývá poledne a odpoledne, neboť právě v té době je pylová zátěž nejnižší.

Pylový kalendář

Leden – líska

Únor – líska

Březen – líska, olše, vrba, topol, sedmikráska, pampeliška

Duben – líska, olše, vrba, javor, topol, bříza, třešeň, ořešák, platan, buk, dub, pampeliška, srha, jitrocel, sedmikráska

Květen – javor, topol, třešeň, jabloň, ořešák, platan, buk, dub, kaštanovník, borovice, jedle, pampeliška, trávy, brukev, žito, pšenice, lípa

Červen – pampeliška, trávy, tolíce, vojtěška, jetel, jitrocel, sedmikráska, brukev, žito, pšenice, lípa, hluchavka

Červenec – trávy, pampeliška, jetel, lípa, hluchavka, pelyněk, kukuřice

Srpen – trávy, pampeliška, hluchavka, pelyněk, jitrocel

Září – pampeliška, hluchavka, pelyněk

Říjen – hluchavka, jitrocel

Kdybychom se v proudu času mohli vrátit zhruba o dvě generace zpět, ocitli bychom se v době, kdy senná rýma byla vzácnou nemocí. V současnosti ale bohužel každý čtvrtý člověk trpí alergiemi na pyly a počet takto postižených dále stoupá. Pylové zpravodajství se stalo už i součástí předpovědi počasí v tisku, rozhlase i televizi. Příčinou stoupajících alergických onemocnění jsou zřejmě mimo jiné i změny životního prostředí, životního stylu a znečištěné ovzduší.

J. Knížková



Projekt je realizován s finanční podporou MZE ČR.

Za věcnou správnost příspěvku ručí autor a redakční rada si vyhrazuje příspěvků krátit, stylisticky upravit a po dohodě s autorem eventuálně i doplnit.

Uzávěrka Zpravodaje č. 156 je 31. 8. 2023.