



Bővítsük a kínálatot

A KÉSŐ ŐSZI-TÉLI IDŐSZAKBAN ÁLTALÁBAN ELTERVEZZÜK, MILYEN ZÖLDSÉGFÉLÉKET FOGUNK NEVELNI A KÖVETKEZŐ ÉVBEN. SOKAN A HAGYOMÁNYOS, „HÉTKÖZNAPI” ZÖLDSÉGFÉLÉK TERMESZTÉSÉT VÁLASZTJÁK, MÁSKOR NYITOTTABBAK A KÜLÖNLEGESSÉGEKRE. AZOK SZÁMÁRA, AKIKNEK A KERTJÉBEN AKAD NÉMI HELY VALAMI ÚJ VAGY KEVÉSBÉ ISMERT ZÖLDSÉG KIPRÓBÁLÁSÁRA, VAGY RÉGEN ELFELEJTETT ÍZEKET SZERETNÉNEK FELELEVENÍTENI, ESETLEG SAJÁT TERMESZTÉSŐL MEGKÓSTOLNI AZT, AMIT CSAK BOLTBÓL VÁSÁROLTAK. MOST INDULÓ RÖVID CIKKSOROZATUNKKAL BEMUTATUNK NÉHÁNY, HÁZIKERTBEN MA KÜLÖNLEGESSÉGNEK SZÁMÍTÓ ZÖLDSÉGFÉLÉT. ELSŐKÉNT A FEKETEgyÖKERET ÉS A KÍNAI METÉLŐFOKHAGYMÁT ISMERTETJÜK.

DR. SLEZÁK KATALIN

A fekete gyökörnek, ennek a fészkesvirágúakhoz tartozó növénynek (tudományos neve: *Scorzonera hispanica*), ahogy neve is sejteti, elsősorban a gyökereit fogyasztjuk. Ehetőek emellett a fiatal levelei akár nyersen is, idősebb levelei pedig főzve, fiatal hajtása a spárgához hasonlóan elkészítve.

Régóta ismert a termesztése, és kis piacokon helyi termesztőktől tudunk időnként vásárolni, de biztos, hogy sokan még nem kóstolták az egyébként kissé édeskés, jellegzetesen roppanó húsú gyökereket. Nagyüzemi termesztésbe hazánkban korábban nem volt jellemző. Bár Nyugat- és Dél-Európában,

valamint például Ukrajnában is elterjedtebb a fogyasztása; inkább kis vagy közepes gazdaságokban termesztik. Ennek fő oka, hogy a gyökere érzékeny a sérülésekre, így a gépi betakarítás rossz minőséget eredményez. Ha össze megfelelő időszakban és körültekintően szedik fel a gyökereket, sokáig tárolható jó minőségben, akár hagyományos módszerekkel is (pincében, homokba rétegezve vagy nedves jutazsákkal letakarva). Jó tárolhatóságának köszönheti, hogy Franciaországban nagyon kedvelt téli zöldségféle, a francia konyha klasszikus receptjeiben sokszor találkozhatunk vele.



Feketegyökér piacképes gyökere

Évelő növény, amely első évben gyökeret és levélrozzát nevel, második évtől pedig virágszárát is hoz. Gyökere kívülről barnásfekete, belül fehér, és ha frissen elvágjuk vagy törjük, fehér tejnedv folyik belőle, ami néhány perc után a levegőn narancssárgára színeződik. Gyökerének a fogyasztott része általában 3-3,5 cm átmérőjű, akár 30-35 cm hosszú, egyenes, a vége felé elkeskenyedő, a földben eredetileg egye-



A vágásfelületen fehér tejnedv folyik ki, ami hamar narancssárga, majd barna lesz

nesen lefelé haladó főgyökér, amely általában nem elágazó. A többéves gyökerek pudvásodnak, így legjobb egyévesen (vagy másodvetésből a következő évben „másfél évesen”) felszedni.

Levelei hosszúkas lándzsásak. Virágszára 60-130 cm magas, a csúcsi részén elágazó, minden szár és oldalszár végén virággal. A nyár első felében nyíló élénk sárga fészekvirágzatai vannak, amelyek kora reggel és délelőtt bontják a szirmaikat, dél körül pedig már becsukódnak. Tavaszti vetésből néha már az



A feketegyökér fiatal hajtásait a spárgához hasonlóan készíthetjük el

első évben is virágzik egy-egy tő, ebben az esetben nyár végén, ősszel jelenik meg gyengébb, kisebb virágszár pár virággal, amely magokat már nem nevel ki. Második évtől a virágok már jól termékenyülnek, majd kb. 1,5 cm hosszú, pálcika alakú kaszatterméseket nevelnek ki. Ezermagtömege 13-14 g (1 grammnyi mennyiség 70-75 magot tartalmaz). A magok hamar elvesztik csíráképességüket, csak az első évben érdemes elvetni azokat.

Termesztésére bátoríthat bennünket, hogy Dél- és Közép-Európában őshonos, hazánkban is megtalálhatjuk vad alakját – azaz környezeti igényeit tekintve viszonylag jól illeszkedik a legtöbb magyar kertbe. Nyaraink kedvezőek a számára, de egyébként hidegtűrő növény, teleinket jól átvészeli. Félárnyékban is viszonylag kielégítően fejlődik, de kedveli a napfényes helyeket. Vízigénye a legtöbb zöldségféléhez képest mérsékelt, főként a kezdeti időszakban



Belül hófehér, roppanós húsu a fekete gyökér



Második évben már pudvásodik a gyökere

ügyeljünk rá, hogy a talaj ne száradjon ki túlságosan. A nagyobb növények viszonylag jól tűrik a szárazságot. Mivel a gyökérért termesztjük, azok kifejlődéséhez kedvező talajviszonyokat kell teremtenünk. A szép főgyökér neveléséhez mélyrétegű, jól előkészített talajt igényel, lehetőleg legalább 30 cm-es forgatással, különösen akkor, ha az altalaj tömörödött.

Az egyéves termesztés során március második felében, vagy legkésőbb április közepéig el kell vetni a magokat, majd ősszel, szeptember végén-október

elején szedhetjük fel a gyökereket. Másik termesztési módszere a nyár végi-ősz eleji vetés, amiből szintén a következő évben lesz termésünk. Ebben az esetben a vetést augusztus végétől szeptember közepéig időzítsük. A korábbi vetéshez egyrészt többet kell öntözni, másrészt a növények „túlfejlődnek”, következő évben a gyökerek könnyebben pudvásodnak, ráadásul a növények így már a szedés évében teljes virágzásra készülnek, s csak másodlagosan a gyökérnövesztésre. Szeptember 20. utáni vetés esetén, átlagos évjáratban, már nem marad idő rá, hogy a növények elég erőssé fejlődjenek a biztonságos átteleléshez. A második módszernél, ha sikerül nedves talajba vetni, legtöbbször nincs szükség öntözésre, következő évben pedig a növények már elég erősek ahhoz, hogy „vizet találjanak”. A tavaszi vetéses módszer inkább csak öntözéssel lehet sikeres.

A sortávolság minimum 20-25 cm, de ha több helyünk van és 35-40 cm-re helyezük el a sorokat, könnyebb az ápolás és a betakarítás. A végleges tőtávolság 10-15 cm között kedvező, de általában sűrűbben vetünk, és kelés után egyelünk. Semmiképpen ne hagyjunk 5-7 cm-nél közelebb egymáshoz a növényeket. A vetés mélysége középkötött talajon 3 cm körüli. Ha a talaj hőmérséklete 8-10 °C, két hét alatt kelnek ki a magok. Ezt követően először lassan fejlődnek a növények, a lombjuk nagy részét augusztusban nevelik, még a felszedésre szánt gyökerek is nyár végén-ősszel gyarapodnak leginkább: az augusztus közepi tömegüket október végére még megduplázzák. Tápanyagigénye is ennek megfelelő, inkább a tenyészidőszak második felében jelentős. Ha ehhez fejtrágyázunk (szükség szerint július végén, augusztus elején), ahhoz öntözést kell párosítanunk, vagy eső előtt kell kiszórni a könnyen bemosódó műtrágyát: ammónium-nitrátot, kalcium-nitrátot vagy pétisót. A többi tápanyagot még vetés előtt érdemes bedolgozni a talajba.

Ápolása során fontos a gyomirtás, mert a gyorsan fejlődő, nagyobb gyomok elnyomhatják a fekete gyökér alacsonyán elhelyezkedő, kezdetben gyenge levélzetét. A jó gyökérfelődéshez levegős talaj szük-

séges, így egyébként is sort kell keríteni két-három kapálásra.

A szedés fő időszaka október, de fagymentes talajból akár egész télen, kora tavaszig szedhető, ugyanis a fagyok nem károsítják a gyökereket.



Tavaszi vetésű feketegyökér lombzata összesel

A termesztés legkényesebb művelete a fõlszedés. Arra törekedjünk, hogy minél kevésbé sérüljenek a gyökerek. A legjobb módszer, ha árkot ásunk közvetlenül a sorok mellett, és abba fordítjuk a növényeket, ásóval a másik oldalról óvatosan a gyökerek mellé döfve. Ha mély rétegű, viszonylag laza talajunk van, akár 40-45 cm-es gyökereket is találhatunk – ennek megfelelően kell az „árkot” készíteni. E felszedést a szélsó sortól kezdjük, ha az megvan, készíthetjük a következő árkot az első sor helyén állva és így tovább. Ha nem akarunk árokba bajlódni, akkor is mindenképpen egyik oldalról erősebben megnyitva kell kiásni a gyökereket.

Készíthetünk bakhátat is a termesztéshez, akkor a felszedés kevesebb erõt igényel. A bakhátakat ter-

mészetesen vetés elõtt el kell készíteni, és többször kiigazítani, mert a lassan fejlõdõ növények körül az esõ általában könnyen lemossa, és a gyomirtás során is sérülhet.

Általában négyzetméterenként 1,5-3 kg fogyasztható gyökereket tudunk betakarítani.

Felszedést követõen 2-4 cm-es levélcsonkot hagyunk a gyökerek tetején, és nagyjából méret szerint osztályozva, egymás mellé szépen összerakva tároljuk, így kisebb lesz a vízvesztés.

Ha szeretnénk fiatal leveleket salátaként fogyasztani, a gyökerek felsõ néhány centiméteres részét a rajta hagyott levélcsonkokkal cserébe ültethetjük, s akár a konyhaablakban is nevelhetjük.

A meghámozott gyökerekbõl készíthetünk krémlevest, pürét, grillezhetjük, párolhatjuk. Kellemes köretek készíthetünk belõle szárnyasokból készült fõtételekhez, de akár szendvicskrém alapanyaga is lehet. Egyik hétköznapi elnevezése a „téli spárga”, ami egyben felhasználásához is utat mutat.



Sárga fészkesvirágzata csak délelõtt nyílik

A „kínai metélõhagyma”, „kínai fokhagyma” (*Allium tuberosum*) dísznövénynek is használható, de

zöldségnövényként leveleiért, ehető virágzati száráért, és szintén fogyasztható virágaiért is érdemes termeszteni. A többi hagymás zöldségfélének rokona, és egy kicsit mindegyikhez hasonlít. Nem nevel kifejezett hagymafejet, a talajban hengeres vagy alul megvastagodó hagymáját találjuk, melyet a többi hagymás növényhez hasonlóan, a levelek alsó részéből fejlesztenek. Szaporodásához rizó-



A metelőkagyma virágzata a legszebb a hagymás zöldségek közül

mákat is nevel, hagymacsoportokat hoz létre, és a talajban is terjed a rizómák oldalrügyeivel, így kicsit távolabb újabb hagymacsoportokat fejleszt. Levelei azonban laposak (ebben egyébként a „klasszikus” hagymák közül a fokhagymára és a póréhagymára hasonlít) és viszonylag keskenyek. Gömb alakú ernyővirágzata keskeny, viszonylag merev, levéltelen tőkocsány végén helyezkedik el, és impozáns apró fehér szirmokból áll. Megjelenése a többi hagymaféle között a legelegánsabb.

Ízét és illatát általában a vörös- és a fokhagyma közé teszik, de ételek fűszerezésére inkább fokhagymaízűként használjuk levelét, tőkocsányát, virágát, utóbbi díszítésre is ajánlható. Virágágyakba ültetve is szedhetjük folyamatosan a levelét, de több növény együttes kiültetésével valóban intenzív (fok) hagymaszagra számíthatunk, ami időnként más virágokkal együtt bizarr összhatást eredményez.

Környezeti igénye a többi nálunk termesztett hagymás zöldségféléhez hasonló: 19-20 °C a levélnövekedés számára a legkedvezőbb hőmérséklet, meghálálja a napfényt, de féltárnyékban is terem. Többszöri levélszedéshez fontos a növekedési idő-

szakban kiegyenlített vízellátás, de egyébként közepes víz- és tápanyagigényű. Mivel évelő növény, érdemes a következő év termésére is gondolni, így évente 1-2-szer fejtrágyázni, esetleg ősszel komposztot szórni a tövekhez.



Környezeti igénye hasonló a többi nálunk termesztett zöldségféléhez

Szaporítása magról, vagy a hagymacsoportok szétválasztásával, vagy az oldalrügyeket tartalmazó rizómaszakaszok elültetésével lehetséges. Magja hasonló megjelenésű és méretű, mint a vöröshagymáé, 1 grammja kb. 250 szemet tartalmaz. A magból fejlődő fiatal növénykék kezdetben elég gyengék, ezért szokták cserépben előnevelni, több magot együtt vetve egy-egy cserépben. Akár helybe is vethető, amit bizonyít, hogy a kertben jól terjed magról is. A cserépes metelőkagyma növényeket általában úgy nevelik elő, hogy több néhány rügyes rizómadarabot ültetnek el, vagy hagymacsoportokat darabolnak fel, és fiatalabb, összetett részeket ültetnek el belőlük, de időnként a cserépbe direkt vetnek magot.

Ha elsősorban zöldségféléként akarjuk nevelni, akkor a veteményeskertben sorba érdemes ültetni

vagy vetni, március második felében, esetleg április közepéig. Több sor esetén 25-30 cm-es sortávolságot alakítsunk ki, ha hosszabb időre tervezünk kiültetni töveket, akkor 15-25 cm-re egymástól, amikor szaporodnak, akkor a számunkra nem kedvező helyen levőket eltávolítjuk. Ha nem szeretnénk, hogy magról elvesse magát, akkor távolítsuk el a virágzatokat elvirágzás után (ha korábban nem szedtük le), mert akár gyomosíthat is. Dísnövényágásokban okozhat komoly gondot, ha a mellettük levő füves területen kikelnek a hagymanövényeké, és minden fűnyíráskor erős hagymaszagot érezhetünk.

Virágot egyébként másod- vagy harmadéves kortól hoznak a hagymák, és első évben általában még gyengék ahhoz, hogy levelet szedjünk róluk, így azt is szokták alkalmazni, hogy először szabadföldi ágyban sűrűbben előnevelik a növényeket, majd második évben ültetik a termő veteményes szélére évelőként.

A levelek együttes levágására vagy szálankénti szedésére a növények úgy reagálnak, mint a metélőhagyma: nyár közepéig intenzíven újránőnek a levelek, utána pedig egyre lassabban, majd a rövid nappalokkal és hűvösebb idővel a növények nyugalomba húzódnak. Virágukat a nyár második felében, őszig élvezhetjük, fogyaszthatjuk.

Nálunk igazi ritkaság, de különlegességeket áruló zöldséges pultokon lehet találkozni leszedett, bimbós virágkocsányával. Ezek általában Ázsiából származó termékek, ott szabadföldön vagy hajtásban termesztettek speciális, erősebb növekedésű, húsosabb szárú fajtákat, majd a leszedett virágkocsányokat egyszerűen kötegelik vagy összefonják. Friss salátákhoz, levesekhez, húsos fűszerezésre is használják, vagy savanyúságok ízesítésére konzervbe is teszik, de a kötegek (és ugyancsak a levelek) meg is száríthatók, és később morzsolva használhatók fűszerként.

HERBÁCIÓ MAGAZIN



Rendelje meg a Herbáció magazint egy évre (megjelenik évszakonként) mindössze 1680 forintért! Előfizethető bármelyik postán, vagy

hívja a 06 30 437 8900 telefonszámot, vagy küldje el nevét, címét a nzr@herbacio.hu emailcímre.

Herbáció: kozmetikumok, népi gyógyreceptek, különleges ételek, italok,elixírek, tartósítványok: növényekből házilag... levendula virágvíz, ehető levelek, cider készítése, gyömbérvíz, répalevelű pesto, dinnyehéj savanyúság, gyógynövényes fűszervajak, rovarűző spray készítése, füstölt szalmával érlett ecet...

Megjelent a Herbáció magazin legújabb, 60. száma, kapható az újságárusoknál.

www.herbacio.hu Tel.: 0630 437 8900 nzr@herbacio.hu

