



АРТИШОК

Артишокът (*Cynara scolymus*) е многогодишно тревисто растение, което достига височина до 2м. За храна се използва сърцевината на недоузрелите цветни съзвездия на растението, които са богати на калий, белтъчини и витамини. Артишокът изглежда като голяма зелена шишарка. Консумира се суров, сварен или консервиран.

Известни са над 10 вида артишок с различна форма на листата, различен цвят и други особености. От всички видове само един е ядлив в сурово състояние, което го превръща в деликатес.

Познати са китайски, френски и йерусалимски артишок.

Освен зеленчук, артишокът е и лекарствено растение. Лечебните му свойства са известни на хората още от древността. Артишокът съдържа силно действащо вещество – цинарин, което не може да се открие в нито един плод или зеленчук. Цинаринът като лечебно средство се използва при хепатит, атеросклероза, болести на жлъчката, понякога и при алергии и екземи.



Артишокът е топлолюбиво растение, което изисква умерена влажност. Почвата трябва да бъде обработена дълбоко и да е добре осигурена с органични вещества и влага, но да не се преовлажнява. За да се осигури нужното количество влага, е най-добре да се използват системите за капково напояване.

Артишокът се отглежда най-често чрез засаждане на коренови издънки от стари насаждения. Издънките трябва да са дълги 10-15 см и да имат 3-4 листа.

Артишокът може да се отглежда и чрез директно засяване на семената на самото място през пролетта, когато се позатопли, гнездово, по 2-3 семена в гнездо.

За отглеждане чрез разсад семената се засяват през пролетта в парник.

Реколта от артишока се получава на втората година. Насажденията с артишок се култивират на 3-4 години. Годишно се получават 6000-7000 главички.

Деси Голичева

Аквamat2000 ООД