

Артишокът – непозната и нетрадиционна зеленчукова култура

Автор(и): гл.ас. д-р Дима Маркова; гл. ас. д-р Боян Арnaudов, ИЗК "Марица" в Пловдив; доц. д-р Винелина Янкова, ИЗК "Марица" в Пловдив

Дата: 04.12.2017 Брой: 12/2017



*Артишокът (*Cynara scolymus*) е многогодишно тревисто растение, принадлежащо към семейство Сложноцветни (*Asteraceae*). Отглежда се заради хранително-деликатесните си и лечебни качества. Традицията в употребата му е дълга и датира от древните египтяни, гърци и римляни. Отначало се е използвало като храна от природата, но постепенно се е зародила неговата култивация и целенасочено отглеждане.*

Той има добре развита коренова система, която може да достигне до 5 м в диаметър и да проникне на 90-120 см дълбочина. Растението достига на височина до 2 м. Стъблото на е късо и слабо разклонено, завършващо с едри цветове. Листата са пересто нарязани (дълбоко триделни), бодливи, оцветени в сребристо синьо-зелено, като долната им повърхност е сивовлакнеста. Те са с дължина от 50 до 80 см.

Цветовете се развиват в голяма, единична, цветна кошничка, наричана още глава. Тя е основната ядлива част на растението и има големина от около 8-15 см в диаметър. Пъпката се състои от множество триъгълни плътни люспи, които са керемидообразно наредени. В зависимост от вида артишок цветната глава е оцветена в зелено или лилаво, както и в различни нюанси и съотношения

на двата цвята. При разцъфтяване отделните цветчета са лилави. Външните са с триъгълен придатък на върха. Цветовете са хермафродитни (имат едновременно мъжки и женски органи) и се опрашват от пчели. Артишокът цъфти през юли - август до септември.

Ядливите части на растението са неразцъфнали цветни пъпки, наречени капитули или глави. Също така годни за консумация са и месестите листа (бракти, прицветници). Цветните глави са централни, от втори и трети порядък, като от едно растение могат да се получат от 4 до 20 броя.

За храна се използва сърцевината на неразцъфналите цветни глави, които са богати на калий, белтъчини и витамини. Артишокът се консумира суров, сварен или консервиран. Плодовете представляват семена с дължина около 7 мм, притежаващи дълга хвърчилка. Те узряват в периода от септември до октомври.

Известни са над 10 вида артишок с различна форма на листата, различен цвят и други особености. Основно се делят на китайски, френски и йерусалимски артишок.

- Китайски артишок - отглежда се както в Далечния Изток, така и в Европа. Представлява малки грудки и е необходимо да се бланшира, преди да се отстрани твърдата му част.

- Френски артишок - единствената му ядлива част е пъпката. Той произхожда от Северна Африка, но се отглежда в Европа и Америка.

- Йерусалимски артишок - грудката има вкус на ядки, с цвят от бежов до кафявочервеникав.

Освен зеленчук артишокът е и лекарствено растение. Лечебните му свойства са известни на хората още от древността. Съдържа мощния антиоксидант – цинарин, който не може да се открие в нито един друг плод или зеленчук. Цинаринът като лечебно средство се използва при лечение на хепатит, атеросклероза, болести на жлъчката, понякога и при алергии и екземи.

Цветните глави са богат източник на биоактивни съединения. В народната медицина той се използва за лечение на чернодробни заболявания, диспепсия, хронична албуминурия, следоперативна анемия, а също така и като диуретик и чернодробен тоник.

Артишокът е един от незаменимите зеленчуци в диетичната кухня. Той е богат на баластни вещества, калий, калций, фосфор, магнезий, желязо, натрий, витамин А, В1, В2, С. Освен това съдържа белтъчини, мазнини, въглехидрати и ниацин.

Артишокът е сравнително студоустойчиво растение. Подходящи условия за отглеждането му са хладни и влажни лета и меки зими. Оптимална температура за неговото отглеждане е 24°C през деня и 13°C през нощта. Толерантен е към високите температури (над 30°C), но качеството и количеството на ядливата част на цветната пъпка намалява. Растенията издържат до минус 3°C. У нас след загърляне със слама и почва може да презимува успешно. Той е вискателен към вида и структурата на почвата и почвеното плодородие. Тя трябва да бъде обработена дълбоко. Добре е почвата да бъде запасена с органични вещества и влага, но трябва да се внимава да не се допусне преовлажняване. Артишокът се развива добре върху дълбоки, структурни почви, като реагира отлично на торене с оборски тор.

Подготовката на почвата започва с извършването на дълбока есенна оран. С нея се заорават 4-5 т угнил оборски тор, 40 кг суперфосфат и 20 кг калиев сулфат на декар. При пролетната обработка на почвата се внасят 30 кг/дка амониев сулфат.

Артишокът се отглежда чрез директна сеитба, разсад и чрез издънки от стари коренища. Широко разпространена е практиката чрез разсад. За тази цел семената се засяват през март в култивационни съоръжения в редове с 8 см междуредово разстояние. След поникване на младите растения, във фаза първи лист, се прореждат на 7 см вътрередово разстояние. Разсадът е готов да се засади на постоянно място в началото на май, когато достигне фаза 4-и лист. Разсажда се в откосите на бразди на разстояние 120 см една от друга и на 80 см в редовете. Изискванията на разсада към хранителния режим са много големи, което налага да се извършат 1-2 подхранвания.

При отглеждане чрез засаждане на коренови издънки от стари насаждения те трябва да са дълги 10-15 см и да имат 3-4 листа.

Артишокът може да се отглежда и чрез директно засяване на семената през пролетта, когато се затопли трайно. Сеитбата се извършва гнездово, по 2-3 семена в гнездо.

Грижите по време на вегетацията се състоят в отстраняване на плевелната растителност, своевременно окопаване като повърхността на почвата се поддържа рохкава. Артишокът е високотелен към почвената влага, което налага да се напоява редовно. В зависимост от вида и структурата на почвата се извършват ежеседмични поливки. Ако напояването се осъществява посредством капкова система, интервалът между поливките се съкращава. За да се осигури нужното количество влага, добре е да се използват системи за капково напояване, като освен това по този начин се намалява разхода на вода с до 25% при тежките глинести почви. Ежегодно през вегетационния период се правят по 1-2 подхранвания с минерални торове, чието количество се определя въз основа на агрохимичен анализ на почвата. От проведени проучвания са регистрирани добри резултати вследствие на употреба на органични торове: компости, вермикомпости и др., които не само редуцират минералното торене, но също така подобряват и структурата на почвата.

За да се получат едри цветни глави, необходимо е на едно растение да се оставят по 1-2 цветоносни стъбла с по 3-4 глави. Препоръчително е новопоявилите се издънки да се отстраняват.

Обикновено беритбата започва през втората година след засаждане на растенията на постоянно място. Към изрязване на цветните глави се пристъпва през юни, когато те са достигнали характерна за сорта големина и са започнали да се разтварят в горната си част. Беритбите основно са ръчни и в зависимост от времето се извършват 1-2 пъти седмично. От 1 декар се получават около 4000-5000 цветни глави. След прибиране на продукцията цветоносните стъбла се изрязват, растенията се почистват от изсъхнали листа и площта се окопава. Късно през есента листата се изрязват високо и растенията се загърлят, за да се предпазят коренищата от измръзване.