

Vypěstuj si rostlinku

Řeřicha, majoránka, levandule, rajčata, tlustice, mucholapka, kávovník... Troufáš si? Výborně! Mít svou vlastní rostlinu, kterou si vypěstuješ od semínka, je senzační. Dej však pozor, aby ti neuschla nebo neuvadla. V knize si přečteš, jak na to. Nejprve ale zjisti, jaký jsi typ pěstitele...



Několik obecných tipů na začátek



1. Pravidelně rostlinku kontroluj

Rostliny neumějí mluvit, proto je musíš pravidelně kontrolovat, aby měly vše, co potřebují.

2. Zjisti si, jak o ni pečovat

Každá rostlina vyžaduje něco jiného. Pokud ji neznáš, přeptej se na ni. V květinářství ti rádi poradí.

3. Pozor na škůdce

Když zjistíš, že tvoji rostlinku napadli škůdci, rychle ji odděľ od ostatních a porad' se s dospělými, jak se nevíтанých návštěvníků zbavit.



4. Starej se o ně v létě i v zimě

Stejně jako lidé i květiny potřebují něco jiného v létě a v zimě. Podle toho je také třeba se o ně starat.



5. Některé jsou jedovaté

Jestliže pěstuješ nějakou jedovatou rostlinu, umísti ji tak, aby se k ní nedostal třeba tvůj pes nebo malý bráška.





Jakou rostlinku
můžeš pěstovat?
Roztoč Rostlinkomat
a uvidíš!

Máš **12 a více bodů**?
Otoč ukazatel
kolečka na
modrou šipku.



Máš
9 až 11 bodů?
Otoč ukazatel
kolečka na
žlutou šipku.



Máš
5 až 8 bodů?
Otoč ukazatel
kolečka na
oranžovou šipku.

Rostlinka:

ZELENINA PRO ZAČÁTEČNÍKY



Druhy: různé baby saláty, ředkvičky, rukola

Fotografie:



Podrobnosti:



S pěstováním si poradíš,
je to docela jednoduché.



Rostliny vyžadují stále
vlhko, půda ale nesmí
být přemokřená.



Ředkvičky i saláty
potřebují dostatek světla.



Saláty většinou dobře
snášejí výkyvy teploty.

Květiny za oknem
a na balkoně jsou
senza, ale není lepší
mít v truhlíku listovou
a kořenovou zeleninu?
Proměň květinový truhlík
v minizahrádku s jedlými
plody! Vlastní zelenina
chutná nejlépe.



Co budu
potřebovat



Čím začít

Osiva koupíš v zahradnictví, kde
mají v pytlících semínka různých
druhů a odrůd salátů i ředkviček.
Nejvhodnější salátové odrůdy
jsou listové kadeřavé. Nekupuj
osiva starší než dva roky. Vůbec
by nemusela vzejít.



Jak postupovat

V březnu můžeš do truhlíku
za oknem zasít salát, který chceš
sklízet jako „baby“. Pro tento druh
pěstování se hodí všechny možné
salátové odrůdy i jejich směsi.
Vysej ho rovnoměrně na povrch
substrátu a pak zasypej ještě asi
půlcentimetrovou vrstvou zeminy.
Na mladém salátu z truhlíku si
budeš moci pochutnat možná
už za měsíc.



Zajímavosti

Budíček! Rukola je to pravé na jarní únavu

Podobá se pampeliškovým listům. Rukola je rostlina se spoustou vitamínu C. Podporuje trávení a pomáhá při jarní únavě. Její chuť tě možná zaskočí, je totiž mírně nahořklá. Hodí se do salátů ochucených hořčicí.



Ředkvičky jsou nejlepší právě utržené

Jsou baňaté, plné vitamínů B a C. Díky karotenu, kterého je v ředkvičkách velká spousta, budeš mít zdravější oči. Mají jemně štiplavou chuť. Nejlepší jsou ředkvičky čerstvé, právě utržené, na chlebu s máslem nebo v salátech. Do teplých pokrmů je většinou nepoužíváme.



Co s tím dál

Salát, rukola i ředkvičky jsou senzační do studených pokrmů. V toastu nebo na chlebu navíc krásně křupou – a těch vitamínů! S nastrouhaným sýrem a s dozlatova osmaženými chlebovými krutony je šťavnatá zelenina nejfantastičtější.



Náš tip

S pomocí někoho z dospělých můžeš vyzkoušet jednoduchý recept. Budeš potřebovat čerstvý salát, tvrdý sýr, čerstvé houby a bagetu. Salát oper pod tekoucí vodou a natrhej ho na menší kousky. Dospělý mezitím nakrájí houby, které orestuje na pánvičce. Horké je dá na salát a ty je posypeš nastrouhaným sýrem. K salátu můžeš přikusovat čerstvou nebo opečenou bagetu s máslem.

Už rostou!



Hurá! Za oknem rostou ředkvičky

S vyséváním ředkviček musíš začít v dubnu. Zasej je ve dvou řádcích vzdálených asi tři centimetry od sebe. Pokud nebudeš zapomínat na pravidelnou zálivku, do šesti týdnů můžeš sklízet úrodu.



Rostlinka:

BYLINKY JEDNOLETKY



Druhy: *bazalka, majoránka, saturejka*

Fotografie:



Podrobnosti:



Pěstování není náročné, ale musíš dodržet několik pravidel.



Bylinky zalévej nebo ros každý den.



Mají rády světlo, ale pozor na přímé slunce během léta.



Jednoleté bylinky vydrží jen jednu sezonu.

Rozveselí smutný okenní parapet, provoní kuchyni a navíc utuží tvé zdraví. Pokud od květinek neočekáváš jen okrasu, bylinky jsou pro tebe to pravé.

Bylinky
v kuchyni



Čím začít

Semínka jednoletých bylinek by měla přijít do zeminy nejdříve v březnu. Květináč dej na jižní nebo východní okno. Než rostlinky vyklíčí, neměla by teplota klesnout pod dvacet stupňů.



Šup tam s ním.



Jak postupovat

Bylinky mají rády vlhko, ale ne moko. Můžeš je tedy občas místo zalévání postříkat jemným rozprašovačem s vodou. Nejlépe se jim bude dařit v lehké půdě. V obchodě můžeš sehnat speciální substrát. V bytě budou spokojené třeba i v zimě. Než začnou klíčit, přikryj květináče tenkou potravinovou fólií s dírkami.



Ba - zal - ka.



Popiš své bylinky

Občas se v té záplavě zeleně můžeš začít ztrácet. Proto své rostlinky popiš. Na kolíček na prádlo napiš barevným fixem název bylinky a kolíček pak připni na květináč. Nebo zkus název bylinky napsat na kámen, který pak položíš do květináče.



Co s tím dál

Bylinky léčí a všechno provoní. A to nejen v kuchyni. Často je používáme také v kosmetice nebo k údržbě domácnosti. Trocha majoránky v kabelce dokáže odstranit lečjaký zápach. Prášek z ní se v minulosti používal jako leštěnka na nábytek.



Náš tip

Udělej si bazalkové pesto. Využiješ ho do těstovin, na toasty nebo k masu. Do mixéru dáš bazalku, hrst piniových oříšků, trochu parmezánu, olivový olej, sůl a stroužek česneku. Pak vše rozmixuješ na hladkou zelenou pastu. A je hotovo! Pesto skladuj v lednici v uzavřené sklenici.



Zajímavosti

Bylinky jako domácí lékárnička

Bylinky nejsou jen chutné, ale také velmi zdravé. Bazalka uklidňuje ledviny a pomáhá proti zácpě. Koriandr působí proti nadýmání a migréně. Kopr je skvělým zdrojem železa, které pomáhá při únavě. Ze saturejky si zase můžeš připravit kloktadlo.



Kouzla z bylinek

V minulosti lidé bylinkám přisuzovali magické účinky. Majoránka byla například květinou, jejíž krásná vůně dokázala přivolat lásku, koriandr měl do domu zase přinášet bezpečí a klid. A bazalka byla považována za bylinku – ochranářku, která odpuzuje zlé síly.

