

Ökoporták kialakítása

Magyar
Nemzeti
Vidéki
Hálózat



zöldségfélék,
gyógynövények
biotermesztése



DARÁNYI IGNÁC TERV

A projekt a Magyar Nemzeti Vidéki Hálózat Elnökségének értékelése és javaslata alapján, az Európai Mezőgazdasági és Vidékfejlesztési Alap társfinanszírozásában, a Nemzeti Vidékfejlesztési Program Irányító Hatóságának jóváhagyásával valósul meg. Kedvezményezett: Magyar Biokultúra Szövetség



Európai Mezőgazdasági Vidékfejlesztési Alap:
a vidéki területekbe beruházó Európa



ÚJ MAGYARORSZÁG
VIDÉKFEJLESZTÉSI PROGRAM
2007-2013

Kedvezményezett:
Magyar Biokultúra Szövetség



Elérhetőség:
1061 Budapest, Anker köz 2-4, III/4.
Telefon: 06 1 2147005
E-mail: biokultura@biokultura.org
www.biokultura.org
Lektor: Czeller Gábor
Szerkesztő: Gelencsér Margit
Készült: a Páros Print Bt. gondozásában
5.000 példányban

A falusi turizmus szerepe a vidék életében

A falusi és agroturizmus olyan komplex tevékenység, ami a települési és kistérségi szinten egymásba kapcsolódó turisztikai szolgáltatások rendszerét alakítja ki, és ezzel a fenntartható vidéki turizmusfejlesztést ösztönzi.

Lehetőséget ad a vidéki embereknek megélhetésük biztosítására, segíti helyben maradásukat, valamint létrehozza a városok és a falvak egészséges kapcsolatrendszerét. A turisztikai szolgáltatókkal, civil szervezetekkel együtt működve, közös marketing munkával a falvaknak nagyobb esélyük van a felzárkózásra, a termékeik közös értékesítésére.

Más országok példája és saját történelmünk példái egyértelműen igazolják, hogy a vidék fejlődésében a turizmus fontos, a gazdasági, a társadalmi és a környezeti feltételeket egyaránt alakító szerepet játszik. A helyi erőforrások fenntartható hasznosításának egyik legkiválóbb eszköze. A falusi és agroturizmus kimondottan jól szolgálja a természeti és kulturális erőforrások feltárását és megőrizve hasznosítását, a város és vidék közötti kapcsolatok erősítését.

A szállásadásból, a sokszínű programszolgáltatásból és a helyi termékek közvetlen értékesítéséből keletkező jövedelem hozzájárul a megélhetés biztosításához, a turisztikai szolgáltatásokból közvetlenül keletkezett jövedelem birtokában a szolgáltatók maguk is további keresletet támasztanak más helyi termékek és szolgáltatások iránt is. A helyi piac egyértelmű-

en kibővül, ami táplálja a helyi gazdaság fejlődését. A társadalmi hatások részint a foglalkoztatásban jelentkeznek, de a rendszer sikeres működtetéséhez elengedhetetlen együttműködés és a vonzerők felfedezésével és megőrzésével megnövekvő helyi identitás a helyi közösségeket erősíti. Nem véletlenül kerül tehát a helyi fejlesztési stratégiák középpontjába a turizmus, a vidéki térségekben speciálisan a falusi és agroturizmus. Ilyen multiplikációs, a természeti, a társadalmi és a gazdasági környezetre kiható együttes hatással más gazdasági ágazat nem rendelkezik, ugyanakkor ilyen kiterjedt, a természetet, a kultúrát, a mezőgazdasági termelést, az erdőgazdálkodást, az értékesítést, a helyi kormányzást, a közlekedést, az oktatási és egészségügyi szolgáltatást is magába foglaló „hátszínját” sem követel más gazdasági ágazat.



A falusi turizmus tagjainak, az eddigi tapasztalataikat összegezve, fel kell ismerniük, hogy az alapok lerakása, a fogadási feltételek megteremtése

után további összefogásra van szükség. Csak így lehetséges vonzerejük növelése és szélesítése, aminek következtében hosszabb ideig marad a vendég a faluban és a térségben, ahol élményeket szerezhet, igénybe vehet többféle programot, szolgáltatásokat, otthonosan fogyaszthat, és közvetlen megvásárolhatja az ott megtermelt friss termékeket, házias készítményeket és helyi kézművesek termékeit.

Mi a falusi turizmus, mit nevezhetünk falusi szálláshelynek és vendégasztalnak?

A falusi szálláshely fogalmát a szálláshely-szolgáltatási tevékenység folytatásának részletes feltételeiről és a szálláshely-üzemeltetési engedély kiadásának rendjéről szóló 239/2009. (X. 20.) Korm. Rendelet szabályozza. Ennek értelmében falusi szálláshelyet olyan településen lehet kínálni, amely nem szerepel a kiemelt üdülőkörzetek és gyógyhelyek településeinek jegyzékében, ha a szálláshely megfelel az alábbi feltételeknek:

- 5000 főnél kisebb lakosságú településen, illetve 100 fő/ négyzetkilométernél kisebb népsűrűségű területen fekszik.
- Nem kizárólag szállásadás céljából kialakított épület, épületrész (ellenkéntben például egy panzióval).
- Szobák száma legfeljebb 8, ágyak száma legfeljebb 16.
- Alkalmas a vidéki életkörülmények, szokások, gazdasági hagyományok bemutatására.

A falusi szálláshelyhez szorosan kapcsolódik a falusi vendégasztal fogalma, amit a kistermelői élelmiszer-termelés, -előállítás és -értékesítés feltételeiről szóló 52/2010 (IV.30.) FVM rendelet így határoz meg:

„...falusias, tanyasias vagy vidéki környezetben a házi élelmiszerekhez és gasztronómiai hagyományokhoz kapcsolódó tevékenységek bemutatása, és az elkészített élelmiszerek felkínálása helyben fogyasztásra a gazdaság helyén.”

Védjegyhasználat, Nemzeti Tanúsító Védjegyrendszer



A 239/2009 (X.20). Korm. rendelet megjelenése előtt, a Falusi és Agroturizmus Országos Szövetsége (FATOSZ) napraforgós minősítését használták a falusi szállásadók, ahol a napraforgók száma a szálláshely szolgáltatásainak színvonalára utalt. 2011. július 1-től a minősítés helyét a napraforgós védjegy vette át, mely a Nemzetgazdasági Minisztérium tulajdonában van, de egyedüli koordinálója és működtetője a FATOSZ. A Nemzeti Tanúsító Védjegy jelentősen emeli a minősítés elismerésének értékét, amit a falusi szállásadók elsősorban a marketing munkában tudnak eredményesen kamatoztatni. A Nemzeti Tanúsító Védjeggyel rendelkező szolgáltatók felkerülnek automatikusan a FATOSZ szakmai és turisztikai honlapjára, valamint a MT. Zrt által működtetett NETA rendszerbe is. A minőség garanciája a folyamatos, évenként megismétlődő ellenőrzés, illetve a szolgáltatók évenkénti szakmai továbbképzése is.

A minősítő folyamat pályázattal kezdődik, aminek formanyomtatványa a FATOSZ központi és megyei szervezeteinek honlapjairól letölthető. A pályázással, a követelményekkel kapcsolatos minden nemű információ a honlapokon olvasható. A pályázatokat az illetékes FATOSZ megyei szervezeteknél kell beadni, majd a helyszíni ellenőrzés után, a FATOSZ központi Minősítő Bizottsága által előkészített pályázatok végső értékelése a Nemzetgazdasági Minisztérium Turizmus Főosztályán működő Bíráló Bizottság döntésével válik érvényessé. A sikeres pályázóval a FATOSZ 5 évre szóló védjegyhasználati szerződést köt, átadva a kiérdemelt táblát és oklevelet.

Falusi és Agroturizmus Országos Szövetsége (FATOSZ)

Központi Információs Iroda

1077 Budapest, Király utca 93.

E-mail: fatoszvedjegy@gmail.com

Szakmai honlap : www.fatosz.eu

Turisztikai honlap: www.falusiturizmus.hu

Szakosodási lehetőségek

Az elmúlt években, hasonlóan az idegenforgalom többi ágához, a falusi turizmusban is felértékelődött a szállásadáshoz kapcsolódó szolgáltatások jelentősége. A vendégeknek ma már nem elég csupán fekhelyet biztosítani, egyre nagyobb az igény a hagyományos értékek és az innovatív megoldások iránt egyaránt. Azok a szállásadók, amelyek nem felelnek meg a vendégek követelményeinek, jelentős hátrányba kerülhetnek versenytársaikkal szemben.



A falusi szálláshelyek adottsága, hogy az új igényeknek sok esetben környezetbarát módon és nagy anyagi áldozatok nélkül is meg tudnak felelni, ha a tulajdonosok kellő körültekintéssel alakítják ki az általuk preferált szolgáltatáskört.

A Falusi és Agroturizmus Országos Szövetsége a kor igényeinek megfelelően alakította ki szakosodási rendszerét, a Nemzeti Tanúsító Védjegy bevezetésével egyidejűleg, melynek keretében 11 féle szakosodási lehetőség közül választhatnak a falusi szállásadók: Ökoporta, Egészségporta, Kerekesszékes porta, Gyermekbarát porta, Aktív falusi porta, Lovas porta, Pálinkás porta, Boros porta, Hagyományok portája, Falusi életmód ifjúsági porta, Falusi vendégasztal porta.

A Szövetség legfőbb célja az volt, hogy segítse és ösztönözze tagjait abban, hogy a számukra legvonzóbb szolgáltatáscsoportot kínálják vendégeiknek. A szakosodási rendszer bevezetését többek közt sürgette az a gyakran elkövetett hiba, amikor a szállásadók nem a valós igényeknek megfelelően alakítják ki szolgáltatás kínálatukat, illetve túl sok szolgáltatást halmoznak fel.

A 11 szakosodási lehetőség mindegyike egymáshoz kapcsolódó, az adott szálláshely által kínált szolgáltatások csoportja. Jelen kiadványhoz leginkább kapcsolódó két szakosodási lehetőség az „Ökoporta” és az „Egészségporta”. Mindkét szakosodási lehetőség követelményei környezetbarát, természet közeli módon teljesíthetőek, emellett egy hagyományos vidéki szálláshelyen számos elem eleve adott a feltételek közül.

ÖKOPORTA:

A FATOSZ által elismert ökoporták esetében az alapvető szolgáltatás az, hogy az ide érkező vendég testközelből ismerheti meg a hagyományos gazdálkodást, azt, honnan és hogyan kerül a zöldség, gyümölcs az asztalra. A szálláshelyhez minden esetben kapcsolódnia kell ökológiai gazdaságnak, gyümölcsös- és fűszerkerttel. Ezen túlmenően az ételkínálatban bőségesen szerepelnek bioételek, melyek többnyire a ház körüli alapanyagokból készülnek. A házban és a gazdaságban energia- és víztakarékos eszközöket használnak, a komposztálás és szelektív hulladékgyűjtés pedig alapvető fontosságú a vendéglátók számára. A gazdaságban és a háztartásban kerülni kell a vegyi anyagok túlzott használa-

tát, ehelyett alkalmazzuk a hagyományos tisztítási eljárásokat. A fenti kötelező elemeken kívül egyéb szolgáltatásokkal színesíthető a kínálat. Ha lehetőség van rá, szerezzünk be néhány apró háziállatot, baromfit, nyulakat, amelyek hangsúlyozzák a hagyományos gazdálkodásra való törekvésünket. A ház körüli állatok különösen vonzóak lehetnek a városi kisgyermekes családok számára. Ahhoz, hogy a vendégek a portán kívül is hasznosan töltsék idejüket, tájékozottnak kell lenni a környék szabadidős lehetőségeivel kapcsolatban is. Ha a szálláshely közelében egyéb, az ökoturizmushoz kapcsolódó szolgáltató is van, partneri viszonyt kell kiépíteni vele ahhoz, hogy vendégeinket minél változatosabb programokkal tudjuk minél hosszabb ideig szálláshelyünkön marasztalni.

EGÉSZSÉGPORTA:

Egy egészségporta szolgáltatásainak középpontjában az egészségmegőrzés szerepel. Ezt a szakosodási kategóriát választó szálláshelyek esetében az alapkövetelmény a kímélő és egészséges ételek, valamint gyógyteák kínálata. Az egészséges ételkínálat mellett hasonlóan fontos a különböző sporteszközök (kerékpár, nordic walking botok stb.) kölcsönzésének lehetősége arra az esetre, ha a vendégek szeretnék aktívan tölteni szabadidejüket. A sporteszközökön kívül a relaxációs eszközök (Masszázsfootel vagy masszázsságy, szauna stb) is a kötelező elvárások részét képezik a minősítés során. Ügyelni kell továbbá arra, hogy elsősorban antiallergén textileket használjunk, illetve törekedni kell a vegyszerek minimális mennyiségben történő használatára. Az alapfeltételek teljesítésén túlmenően az egészségporták esetében is egy sor egyéb szolgáltatással lehet vonzóbbá tenni a szálláshelyet. Önállóan vagy partnereinkkel közösen megszervezve népszerűek a vezetett túrák, melyekhez kapcsolódó tájékoztató anyagokat (térképek, útleírások) is érdemes beszerezni. Azon szállásoknál, ahol erre mód van, kiegészíthető a programkínálat gyógynövénygyűjtéssel, és megfelelő felkészültség esetén az egészséges életmódra nevelő tudásanyag átadásával az erre fogékony vendégeknek.

Látható, hogy a röviden ismertetett két szakosodási lehetőség kritériumai közül számos pont már rendelkezésre áll sok szálláshely esetében, ezért érdemes először felmérni a már meglévő lehetőségeinket, adottságainkat. Természetesen a további 9 szakosodási terület is a szállásadó rendelkezésére áll, melyek feltételrendszere megtalálható a www.fatosz.eu honlapon.

Az egyes szakosodások elismertetésére a védjegyes minősítéssel egyidejűleg kerül sor a szállásadó igénye alapján. Tekintve, hogy a minősítéssel egyszerre zajlik, nem kell külön eljárási díjat fizetni a szállásadónak, ugyanis ezt tartalmazza a Védjegy díja. A Védjegyhez hasonlóan a szakosodást tanúsító bizonyítvány is 5 évig érvényes. A szakosodás elismerését célszerű minden reklámanyagban és honlapon is feltüntetni, ugyanis a vendégek számára sokkal nagyobb vonzerőt jelenthet így szálláshelyünk.

Szalay-Zala Andrea

Az ökológiai gazdálkodás jogszabályi keretei és alapelvei

Az ökológiai gazdálkodás, más néven biogazdálkodás a mezőgazdasági termékek előállításának módja. Célja, hogy a növényi, az állati és a feldolgozott termékeket, valamint a mezőgazdasági alapanyagokat az emberi egészség veszélyeztetése nélkül, környezetkímélő módon állítsa elő. Sok félreértéssel, visszaéléssel találkozunk, ezért fontos, hogy tisztázzuk az alapfogalmakat.

Jogszabályi keretek

A biotermékek, más szóval az ökológiai termékek olyan növényi és állati eredetű élelmiszerek, takarmányok, alapanyagok, amelyeket jogszabályokban rögzített szigorú szakmai előírásokat betartva, a szakminisztérium által elismert ellenőrző szervezet felügyelete mellett állítottak elő.

Itt szeretnénk hangsúlyozni, hogy a jogszabályok a termék előállítás teljes folyamatára vonatkoznak, nem a termék egyes jellemzőire például a szermaradvány mentességre.

Az ökológiai gazdálkodásra (más néven biogazdálkodásra) vonatkozó, érvényben lévő Európai Unió, valamint hazai jogszabályok:

- A Tanács 834/2007/EK rendelete az ökológiai termelésről és az ökológiai termékek címkézéséről és a 2092/91/EGK rendelet hatályon kívül helyezéséről.
- A Bizottság 2008. szeptember 5-i 889/2008/EK rendelete az ökológiai termelés, a címkézés és az ellenőrzés tekintetében az ökológiai terme-

lésről és az ökológiai termékek címkézéséről szóló 834/2007/EK rendelet részletes végrehajtási szabályainak megállapításáról.

A rendelet melléklete szabályozza az ökológiai gazdálkodáshoz felhasználható növényvédő szerek, tápanyag-utánpótló és talajjavító anyagok körét.

- **A Bizottság 2008. december 8-i 1235/2008/EK rendelete** a 834/2007/EK tanácsi rendeletben az ökológiai termékek harmadik országból származó behozatalára előírt szabályozás végrehajtására vonatkozó részletes szabályok meghatározásáról, valamint
- **A Bizottság 2013. február 13-i 125/2013/EK végrehajtási rendelete** a 834/2007/EK tanácsi rendeletben az ökológiai termékek harmadik országból származó behozatalára előírt szabályozás végrehajtására vonatkozó részletes szabályok meghatározásáról szóló 1235/2008/EK rendelet módosításáról.
- **79/2009 (VI. 30.) FVM rendelet** a mezőgazdasági termékek és élelmiszerek ökológiai gazdálkodási követelmények szerinti tanúsításának, előállításának, forgalmazásának, jelölésének és ellenőrzésének részletes szabályairól.

Hogyan lehet elkezdeni az ökológiai gazdálkodást?

Első lépésként az ökológiai gazdálkodás feltételrendszerének alapos áttanulmányozását javasoljuk. (Az ellenőrző szervezeteknél szerezhető be.) Amennyiben Ön úgy ítéli meg, hogy az előírásokat maradéktalanul be tudja és akarja tartani, az ellenőrző szervezettel kell szerződést kötni. Innentől kezdve a feltételrendszer előírásai szerint kell mindenben eljárni, majd az átállási idő letelte után a termékek biotermékként értékesíthetők. (A részletekről, pl. az átállási időről, költségekről az ellenőrző szervezet ad tájékoztatást.)

Nézzük, hogy lehet a ház körüli konyhakertet az ökológiai gazdálkodás előírásai és alapelvei szerint művelni!

Az ökológiai gazdálkodás alapelvei

TERMÉSZETES EGYENSÚLY A KERTBEN

Egy biokertben szinte megszámlálhatatlanul sok formában van jelen az élet. Kicsik és nagyok, felépítők és lebontók, vadászok és zsákmány állatok szövevényes, részben önszabályozó rendszere működik. Mi ellenséggként tekintünk azokra, akik természetett növényeinkre pályáznak, míg barátoknak, akik nem engedik őket elszaporodni. Ismerjük meg legfőbb kerti szövetségeinknek, akik segítenek egy nekünk is elfogadható egyensúly fenntartásában.

GOMBÁK ÉS BAKTÉRIUMOK

A növényi és állati maradványok lebontását végzik, ebben az értelemben mozgatói a tápanyagok körforgásának. A kórokozókkal fertőzött növénymaradványok gyors lebontása növényvédelmi szempontból is fontos. Komposzt készítésénél tudatosan igyekszünk kedvező feltételeket biztosítani számukra. A szerves anyagban gazdag, vegyszerekkel nem szennyezett talajban maguktól is felszaporodnak. A talajtakarás védi a talajt a kiszáradástól és a túlmelegedéstől, így hatása számukra is előnyös. A pillangósok gyökérgümöiben élő baktériumok a légköri nitrogén megkötésével gazdagítják a talaj tápanyag készletét. Ezt nemcsak a veteményesben használhatjuk ki. A gyepeknek jót tesz, ha valamilyen taposás tűrő pillangóssal, például fehérherével felülvetjük.

PÓKOK

Változatos életmódú fajokkal képviseltetik magukat a kertekben. Nem mindegyik készít hálót, van, amelyik lesből veti magát zsákmányára. Elsősorban rovarrevők, egyes fajok repülő rovarokat, köztük legyeket, szúnyogokat, levéltetveket fognak, mások a talajfelszínen ejtenek el atkákat és ugróvillásokat. A természetes állapotban meghagyott szegélyterületeken tudnak legjobban felszaporodni. A telelni vonuló levéltetű ősanyákat is gyérítik.

ATKÁK

Az atkák a pókszabásúakhoz tartozó, szabad szemmel nem, vagy alig látható élőlények. Egyes fajaik komoly károkat okozhatnak a növényi nedvek szívogatásával, mások pedig pont rájuk vadásznak. Egy jól beállt biokertben a ragadozó atkák többnyire elviselhető szinten tudják tartani a szívogatók kártételét. A ragadozó atkák érzékenyek a szintetikus atka és rovarölő szerekre, de hát egy biokertben ezek szóba sem jöhetnek! Ha nem áll rendelkezésre elég zsákmányállat, virággporral táplálkozva is képesek átvészelni a szűkös időszakot. Csak akkor vándorolnak el, ha ebből sincs elegendő. A virágzó növények tehát nemcsak szemet gyönyörködtető díszei a kertnek, hanem növényvédelmi szerepük is jelentős. A talajban is élnek fonálférgekkel, atkákkal, rovarlárvákkal táplálkozó ragadozó atkák. Az egyes fajok különböző talajszintekhez alkalmazkodtak, ezért a talajforgatás megtizedeli őket.

FÜLBEMÁSZÓK

A fülbemászók hatékony levéltetű pusztítók, de van, amikor kárt tesznek a zöldségben, virágban. Ilyenkor telepítsük át őket. Állítsunk a talajra szénával bélelt cserepet. A fülbemászók alkonyatkor és éjjel szoktak mozogni, hajnalban sötét, védett helyet keresve szívesen beköltöznek az általunk kínált bújóhelyre. Nekünk csak annyi dolgunk marad, hogy napközben átakasztjuk a gyümölcsfákra a cserepeket.

POLOSKÁK

Ne legyenek előítéleteink a poloskákkal szemben, nagyon sok hasznos fajuk él a kertjeinkben. Vannak elsősorban levéltetvekkel és vannak elsősorban takácsatkákkal táplálkozó mezei poloska fajok.

FÁTYOLKÁK

A kertjeinkben élő fajokkal ritkán találkozunk, mivel éjszakai életet élnek. Lárvaik rendszeresen fogyasztanak levéltetveket, esetenként vértetveket, kisebb hernyókat, más rovarokat. Egy lárva kifejlődése során

akár 500 levéltetvet is elfogyaszthat! Örüljünk, ha jellegzetes „nyeles” petéiket megpillantjuk a leveleken. A kifejlett rovarok telelnek át, gyakran húzzák meg magukat melléképületekben. Kíméljük meg őket!

FUTRINKÁK

Legtöbb fajuk repülésképtelen. A kifejlett egyedek és a lárvák is csigákkal, férgekkel és ezek tojásaival táplálkoznak. Általában a kert elhagyottabb részein, kövek alatt telepednek meg, főként éjszaka indulnak vadászni. Van olyan fajuk, amely a kártevő káposztalégy lárváját is fogyasztja. Megtelepedésüket azzal segíthetjük, hogy hagyunk számukra kevésbé bolygatott zugokat.

KATICABOGARAK

Sok fajunk él kertjeinkben, nemcsak a jól ismert hétpettyes. (Érdeemes egy jól illusztrált szakkönyv segítségével megismerni a fajokat.) A legtöbb faj kifejlett egyedei és lárvái is levéltetvekkel táplálkoznak, a hétpettyes akár 150 darabot is elfogyaszt naponta! Hasonlóan hasznosak a kertben a pajzstetvekkel, takácsatkákkal és lisztharmat gombákkal táplálkozó fajok. Gyakran az avar alatt telelnek át, ezért ha lehet, hagyjuk a fák alatt télire az avart.

FÜRKÉSZEK

Változatos méretű és megjelenésű fajokat sorolunk a csoportba. Jellemzőjük, hogy lárváikat más rovarfajok tojásaiba vagy lárváiba, hernyóiba rakják, így szabályozzák az ökoszisztémában a rovarok egyedszámát.

Egyes fürkész fajok kifejlett egyedei nektárral táplálkoznak, szívesen látogatják az ernyősöket, ezért jó, ha hagyunk nekik felmagzott petrezselymet vagy kaprot.

LEBEGŐLEGYEK

Daráznak is nézhetjük őket, jellegzetes helyben lebegtető mozgásukról azonban felismerhetők. Számos faj lárvája levéltetvekkel táplálkozik. A meztelencsiga formájú lárvák szájhorgukkal ragadják meg zsákmányu-

kat és maradéktalanul kiszívják a belsejét. Egy lárva kifejlődése során akár 700 levéltetvet is elpusztít. A kifejlett rovarok a levéltetvek szívogatása miatt bepödrődött leveleket keresnek és oda rakják a petéiket. Ezzel igen nagy szívességet tesznek a kertészeknek, mivel a besodródott levelek belsejében élő levéltetű telepet nem éri el a permetlé. A kifejlett lebegőlegyek többnyire nektárral és virággal táplálkoznak, ezért is fontos, hogy mindig legyen számukra megfelelő virágzó növény a kertben.

MÉHEK, POSZMÉHEK

A méhek szerepe közismert a haszonnövények beporzásában. (Természetesen nemcsak a háziméhek, hanem a különböző vadméhek is látogatják a virágokat.)

A poszméhek jól viselik az időjárás viszontagságait, hideg, szeles időben is gyűjtögetnek, ilyenkor szerepük megnő a növények beporzásában. A poszméhek nem halmoznak fel olyan nagy készleteket, mint a háziméhek, ezért egy hetes táplálékhiány is állomány pusztulásához vezet. Legyen mindig sok pollent és nektárt kínáló növény a kertben. Fontosak számukra a koratavaszi virágok, mivel az áttelelt nőstényeknek nagy energiára van szükségük a peterakáshoz.

Gyep virágokkal



ÉNEKESMADARAK

A madarak szerepe a rovarok egyedszámának szabályozásában nem olyan jelentős, mint a hasznos rovaroké. A legtöbb hasznot akkor hajtják a kertben, amikor fiókáiknak hordják a rovarokat és a hernyókat.

Fészkelésre alkalmas cserjék telepítésével, odúk kihelyezésével, téli etetéssel, macskabiztos itatóval hívhatjuk őket a kertünkbe.

CICKÁNYOK

Ne tévesszük össze a cickányokat az egérrel. Bár méretük és színük hasonló, a cickányok felismerhetők nagyon hosszú, hegyes orrukról. A cickányok rovarokkal táplálkoznak, szívesen elfogyasztják a lótücsköt (lótetüt), a pajorokat és a drótférget is. Ha a komposzt mozgatása közben apró emlősöket fordítunk ki, könnyen lehet, hogy cickányok nyugalma zavartuk meg.

DENEVÉREK

Az éjszaka repülő rovarokra vadásznak, köztük mezőgazdasági kártevőkre. Téli nyugalmaikat semmiképpen ne zavarjuk meg, mivel ez végzetes lehet számukra.

A fent ismertetett élőlények részei a hazai élővilágnak, betelepíteniük nem kell őket, csak védeni és kedvező feltételeket teremteni számukra. Bár nem pusztítják ki teljesen a kártevőket, jó esetben kártételüket elviselhető szinten tudják tartani anélkül, hogy mi beavatkoznánk. A kert egészségét szolgálják azok a háborítatlan bokrok, mezsgyék, ahol kerti segítőink felszaporodhatnak, áttelelhetnek. Különösen fontos, hogy a nektárt és pollent fogyasztó fajok számára egész vegetációs időszakban kínáljunk táplálékot.

Hazánk éghajlata nem kedvez az egész nyáron üde zöld pázsitnak és a páraigényes örökzöldeknek. Ezek csak hatalmas mennyiségű vízzel tartathatók szemet gyönyörködtető állapotban. Ez a pazarlás idegen a biogazdálkodás szemléletétől. A csak pázsitfű félekből álló gyep szintén természetellenes, nem is beszélve a vetés előtt gyakran használt gyomirtó szerekről. A természetes, pár hetente nyírt gyepben megjelennek a virágos növények, például a cickafark, a katáng a gyermekláncfű, valamint a gyepet tápláló pillangósok. Hagyjuk ezeket virágozni, hogy a nektárt és pollent kereső állatok rendszeres vendégei legyenek a kertnek. Jó megoldás lehet az is, ha egyszerre csak a füves terület felét nyírjuk, majd ha abban megint megjelentek a virágok, akkor kerüljön sorra a másik.

Talajvédelem, tápanyag-utánpótlás, komposztálás

A talaj földünk legkülső burka. Nemcsak rajta, hanem belőle élünk. Termékeny, vagyis képes ellátni a növényeket tápanyagokkal és vízzel. Biztosítja az anyagok körforgását, részt vesz a földfelszínre érkező napenergia elnyelésében, tárolásában.

A természetben körfolyamatok biztosítják a talaj termékenységének fenntartását. A szerves anyagok, ásványi anyagok kevésbé kerülhetnek ki a rendszerből. A kertből ezzel szemben folyamatosan elhordjuk a tápanyagokat termények formájában, ehhez járulhat még a víz és a szél romboló hatása, ezért gondoskodnunk kell a talaj védelméről és a tápanyagok utánpótlásáról.

ÁGYÁSOK KIALAKÍTÁSA, TALAJTAKARÁS

Ha lejtős területen fekszik a kertünk, az ágyásokat célszerű a lejtésirányra merőlegesen kialakítani, felszínüket pedig igen gondosan vízszintesre gereblyézni, hogy a csapadékvíz ne folyjon gyorsan el, hanem be tudjon szivárogni a földbe. Ha keskeny (kb. 120 cm) ágyásokat alakítunk ki, oldalról el tudjuk végezni a növényápolási munkákat, nem tömörítjük össze belépéssel a talajt.

Több szempontból is jó, ha a talaj felszínét szerves anyaggal (mulccsal) védjük. A becsapódó esőcseppek nem rombolják a szerkezetét, kisebb a párolgási veszteség, a hőmérsékleti szélsőségeket pedig tompítja. Növényvédelmi szempontból is kedvező, ha nem fröccsen fel a talaj a növényekre.

Takarásként – többek között – felhasználhatjuk a fűnyesedéket, de csak vékony rétegben, és csak akkor, ha gyommagvaktól mentes. Mulcsolhatunk lombbal is, különösen jól használató a bodza levele.

TÁPANYAG UTÁNPÓTLÁS, KOMPOSZTÁLÁS

Az ökológiai gazdálkodás előírásai szerint tilos a műtrágyák használata, mivel hosszú távon kedvezőtlenül hatnak a talajra és a környezetre, át-
tételenen pedig egészségünkre is. Engedélyezettek egyes bányászott talajjavító anyagok, mikrobiológiai és komposzt készítmények, illetve extenzív gazdálkodásból származó istállótrágya. (Ez utóbbit csak éretten használjuk!)

Az ökológiai gazdálkodáshoz felhasználtató készítményekről a Biokontroll Hungária Nonprofit Kft.–nél tájékozódhatunk, legegyszerűbben a www.biokontroll.hu című honlapjukon keresztül.

Ésszerű és egyben olcsó megoldás, hogy az arra alkalmas kerti és nyers (!) konyhai hulladékot komposztálás után visszajuttatjuk a talajba.

A KOMPOSZTÁLÁS ALKÍMIÁJA

Amint a kertből vagy a konyhából a szerves anyagok a komposzt tárolóba kerülnek, elkezdődik az átváltozás. A folyamat biokémiai átalakulással, elsősorban a nagy molekulák szét-
esésével kezdődik. Ezután a szerves anyag átalakítását kisebb-nagyobb élőlények, köztük rovarok, férgek, baktériumok, gombák, sugárgombák végzik, nekik kell megfelelő életfeltételeket teremtenünk. Sokféle komposzt-tároló létezik, sőt tároló nélkül is készíthetünk komposztot, egyet azonban szem előtt kell tartanunk: élőlények alakítják át az anyagot, számukra élhető feltételeket kell biztosítanunk. Ezért fontos, hogy ne tocsogjon a komposzt a vízben, de ki se szárítsa a

Komposztálás



tűző napsütés és elegendő oxigén álljon rendelkezésre az életfolyamatokhoz.

A komposztálás alapanyagainak fontos jellemzője a bennük lévő szén és nitrogén arány. A mikroorganizmusok testébe beépülő anyagok és az életfolyamataik szempontjából az optimális arány a 25-35:1. Ennek az arálynak a pontos beállítására házi körülmények között sem szükség, sem lehetőség nincs. Azzal a szerves anyaggal kell valamit kezdenünk, ami termelődik. (A komposzt érése végbemegy akkor is, ha nem optimális az arány, de lassabban és több tápanyag veszteséggel.)

A KOMPOSZT KÉSZÍTÉSE SORÁN AZ ALÁBBIAKRA ÉRDEMES ÜGYELNI:

– A komposzt „beéréséhez” idő kell, ezért jó, ha két rekeszes tárolót építünk. Míg az egyikben gyűlik a hulladék, a másikban „érik” a komposzt. További építési szempont, hogy a csapadékvíznek legyen módja elfolyjni és biztosítva legyen a levegő bejutása. (Tartsuk szem előtt, hogy a cél a szerves anyag átalakítását végző élőlények életfeltételeinek megteremtése!)

– A konyhai hulladékok közül a nyers zöldség- és gyümölcsmaradvány, valamint a tojás héj alkalmas komposztnak, a nem bio citrusfélék héját azonban ne tegyük bele, mert lehet, hogy gombaölő szerrel kezelték. Főtt étel maradéka nem kerülhet a komposztra. A konyhai hulladékok általában sok nitrogént tartalmaznak.

– A fanyesedék, a szalma és az avar sok szenet és kevés nitrogént tartalmaz. Lassan bomlanak, biztosítják a komposzt szerkezetét, ezért rétegenként kerüljenek a tárolóba. Amikor adódik valami a fenti szerkezetépítő anyagok közül, egy gereblyével vízszintesre simítjuk az addig összegyűlt kupacot és elterítünk egy réteg fa aprítékot, szalmát vagy avarat. A vékonyabb ágak a kereskedelemben kapható gépekkel jól felapríthatók, de kisebb mennyiségek akár metszőollóval is. A fás részek még így is lassan bomlanak, ezért a komposzt felhasználása előtt rostáljuk ki és tegyük vissza őket.

– Környezetvédelmi szempontból fontos, hogy az őszi avartól ne égetéssel próbáljunk szabadulni. Még azokon a településeken is, ahol szeletíven gyűjthető a kerti hulladék, előnyösebb a saját komposztálás. A tápanyagok így helyben maradnak, nem kell zsák és nincs szállítás. Ahol sok a lombos fa, érdemes lomkomposztálót készíteni. Ennek mindenképpen nagy térfogatúnak, jól szellőzőnek kell lennie.

– A fűnyesedék is komposztálható, de megfontolandó, hogy inkább talajtakaráshoz használjuk fel. Ha gyommagvaktól mentes, akkor teríthetjük a veteményes talajára legfeljebb 5 cm vastagságban, ha gyommagvak vannak benne, akkor kerüljön inkább a cserjék alá. A ribizke, a málna és a szeder kifejezetten kedveli, ha így védjük a földjüket a túlmelegedéstől és a kiszáradástól. Ha mégis a komposztálás mellett döntünk, semmiképpen ne ürítsük a fűnyíró gyűjtőjét közvetlenül a komposztra, mert a fűrakás közepe átforrósodik és sárszerű masszává alakul. Terítsük szét a levágott fűvet pár centi vastagon, hogy kiszáradjon, és csak utána kerüljön a tárolóba.

– Időnként mozgassuk meg ásóvillával a készülő komposztot, hogy levegősebb legyen, mivel a szerves anyag átalakítását végző élőlényeknek szükségük van oxigénre.

– Egyes betegségek kórokozói megőrizhetik fertőző képességüket, ezért ne kerüljön a komposztba gombával vagy baktériummal erősen fertőzött növény maradványa. A gyommagvak is csírázó képesek maradhatnak.

– A cserebogarak előszeretettel rakják petéiket a komposztba. Felhasználáskor gondosan távolítsuk el a pajorokat. Téli időben általában mélyebbre húzódnak, így hideg időben sok gondot nem okoznak. Ha rostáljuk a komposztot, a pajoroktól is megszabadulhatunk. Az érett komposzt földes megjelenésű, nincsenek benne ágdarabok, egyéb durva részek. A rostálást akkor tudjuk legkönnyebben elvégezni, amikor nem túl nedves a komposzt. Az építőanyag kereskedésekben kapható rosták is jók lehetnek, de bevált az almás rekesznek nevezett műanyag láda is, úgy, hogy ketten rázzák.

A jól kezelt komposzt gyakorlatilag szagtalan, egy igényesen kialakított komposzt tároló pedig nem csúfítja el a környezetét. A komposzt gazdag belső élővilága mellett számos látogatót is vonz, elsősorban a madarak látogatják szívesen a téli időszakban.

Termőhelyhez illő fajok, fajták, tájfajták

Termesztett növényfajaink környezeti igényei eltérőek, vannak köztük sokat tűrők és kényesebbek. Erről bővebben a zöldségfélék termesztését bemutató fejezetben írunk. Kár fáradoznunk olyan fajokkal, amelyeknek nem felel meg kertünk talaja, mikroklímája vagy öntözési lehetőségei.

A fajták igényeiben, és még inkább betegség ellenálló képességében nagy különbségek mutatkoznak. Egyes fajoknál kifejezett célja a nemesítésnek a rezisztencia elérése. (Például kiváló magyar csemegeszőlő fajták állnak rendelkezésre, amelyek kevésbé érzékenyek a gombás betegségekre.)

A tájfajták többnyire jól alkalmazkodtak a helyi környezethez, de ez nem minden esetben jelent védettséget a betegségekkel szemben.

Igyekezzünk betegségekre kevésbé érzékeny fajtákat termesztetni!

TÉRIGÉNY, ÁTSZELLŐZÉS, VETÉSIDŐ

Egy biokertben mindent meg kell tennünk a növénybetegségek megelőzése érdekében. Kezdő kertészek szinte mindig abban a hibába esnek, hogy túl sok növényt zsúfolnak össze. Ez azért káros, mert nem szellőzik át és nehezen szárad fel a lomb, ami a gombabetegségek kialakulásának kedvez. (Szélsőséges esetben a növények meg is nyúlnak, felszíni szövetük fellazulnak, így még védtelenebbé válnak a kórokozókkal szemben.)

Sokat segíthetünk azzal is, ha a vetésidőt gondosan választjuk meg. Hiába szeretnénk minél előbb friss zöldséghez jutni, a magok csak bizonyos talajhőmérséklet elérése után kezdenek csírázni és indulnak fejlődésnek, az elfekvő mag vagy a vontatottan fejlődő növényke pedig könnyen károsodhat. (A kedvező vetésidőről a biozöldségek termesztése c. fejezetben írunk, fajonként.)

Sok biokertész használja a Maria Thun irányelvei szerint, a bolygóállások alapján szerkesztett, évről évre kiadott Vetési naptárt. Hasznos lehet a vetés, ültetés és a növényápolás időpontjának megválasztásához, valamint a betakarítás időzítéséhez.

NÖVÉNYEK ERŐNLÉTE

A „túltáplálás” és az „éhezés” egyaránt gyengíti növényeinket. A szárazságtól szenvedő növény ellenálló képessége is csökken. Inkább a talajt, mint a lombot öntözzük, gombabetegségekre érzékeny fajokot inkább reggel, hogy ne üljön meg a pára a levelek között. Sokat segíthetünk a talajtakarással, mert csökkenti a vízvesztést és a hőingást.

Házi szerek, biogazdálkodáshoz engedélyezett növényvédő szerek

Házi szerként általában növényeket, tejtermékeket, esetleg fahamut használunk. Cél a vetőmagok előkészítése, a növények erősítése, illetve a kártevők riasztása. A zöldségfélék termesztéséről szóló fejezetben fajokként írunk a módszerekről.

*A rovarriasztó hatású
gilisztaűző varádcis*

A megelőző növényvédelem lehetőségeivel élve is adódhatnak olyan helyzetek, amikor szükség van növényvédő szerek használatára. A jogszabályok pontosan meghatározzák azoknak a hatóanyagoknak a körét, amelyek ökológiai gazdálkodáshoz használhatók, erről tájékozódjunk az ellenőrző szervezet, a Biokontroll Hungária Nonprofit Kft. honlapjáról. Ezek kontakt hatású készítmények, vagyis nem szívódnak fel a növény szövetéibe.



A leggyakrabban használt hatóanyagok:

- Réztartalmú szerek: baktériumos és gombás betegségek ellen használhatók (a lisztharmat kivételével), korlátozott mennyiségben;
- Kén: leggyakrabban lisztharmat ellen, vagy lemosó permetezésre, illetve atkák gyérítésére használjuk;
- Olajos szerek: szívókártevők, például levéltetvek gyérítésére használjuk. A kártevők légzőnyílásait elzárva fejtik ki hatásukat. Ügyeljünk arra, hogy a permetlé a levél fonákjára is bőven jusson!
- Mikrobiológiai készítmények: veteményesben elsősorban *Bacillus thuringiensis* készítményeket használhatunk burgonyabogár és hernyók ellen. Különösen fontos, hogy a védekezést a kártevők életciklusához és fejlettségi állapotához igazítsuk. Inkább a délutáni órákban permetezzünk ezekkel a szerekkel, mivel a hőség és a tűző napsütés árt nekik.

Figyelem!

Az ökológiai gazdálkodáshoz használható szereknek is lehet hosszabb-rövidebb élelmezés-egészségügyi várakozási ideje. Akkor használjuk csak ezeket, ha betakarításig letelik ez az idő.

Gelencsér Margit

Biozöldségek termesztése

A vetésforgó kialakítása

A vetésforgó megtervezését célszerű már december-január folyamán elkezdeni, már csak azért is, mert a vetőmagszezon januárban kezdődik, így a szezon elején több forgalmazó teljes kínálatából válogathatunk.

Tartsuk szem előtt, hogy a jól átgondolt, saját lehetőségeinkhez, igényeinkhez igazodó vetésterv fél siker. Ne sajnáljuk az időt a tervezéstől, és bár a számítógépek korában ósdinak tűnhet, vegyük elő évről évre a kockás papírt, melyre méretarányosan rajzoljuk fel az ágyásokat. Később, ha a tenyészidő során változtatunk a terven, ne felejtjük el a papírra is rávezetni a változtatást. A következő januárban hálásak leszünk a gondosságért, hiszen annyi minden történik egy év alatt, még ha kicsi is a kert, nem biztos, hogy mindenre emlékezni fogunk.

Fontos tudnunk már a tervezéskor, hogy mekkora területen szeretnék kialakítani a veteményest.

Vétek lenne figyelmen kívül hagyni a növények társíthatóságát. Rengeteg pénzt, energiát spórolhatunk meg azzal, ha a zöldségeink, fűszernövényeink természet adta riasztó vagy éppen vonzó tulajdonságait kihasználva tervezünk.

A kertünk tájolása, a meglévő fák árnyékoló hatása is fontos szempont a tervezéskor. A legtöbb zöldségféle a kifejezetten napos helyeket kedveli. Vannak olyanok is, melyek szeretik, vagy legalábbis tűrik az árnyékosabb területeket is. Ilyen például a mángold, a cékla, fokhagyma, sárgarépa, metélő petrezselyem, tarlórépa, burgonya.

A zöldségféléinket tápanyagigényük szerint négy csoportba sorolhatjuk, amik egyben a vetésforgónk szakaszai.

Az I. szakasz növényeire jellemző, hogy igen tápanyagigényesek. Ilyen növényeket olyan helyre tervezzünk, ahol előző év végén érett (!) trágyát vagy komposztot dolgoztunk a talajba. Ezek a növények a vegetációs időben is többször igénylik a trágyaleves vagy egyéb kondicionálóval történő locsolást. Ebbe a csoportba sorolhatók a burgonya, padlizsán, paradicsom, paprika, cukkini, tök, dinnye, uborka.

A II. szakasz növényei közepesen igénylik a tápanyagot, persze meghálálják ha mérsékelt adagban gondoskodunk a tápanyag-utánpótlásról, viszont ez ne legyen túlzó. Ebbe a szakaszba vethetjük a sárgarépat, petrezselymet, pasztinákot, zellert, a különféle salátákat, a hagymaféléket, a céklát, mángoldot és a spenótot is.

A III. szakasz növényei szintén nagy tápanyagigényűek. Ide soroljuk a káposztákat, a karalábét, leveleskelt, brokkolit, tarlórépat. Ezeknek a zöldségeknek is szükséges az előző őszi trágyázás, jó érett (!) komposzt bedolgozása.

A IV. szakaszba a bab, borsó, lóbab tartozik. Ezeknek a tápanyagigénye mérsékelt. Jellemző, hogy gyökérgümőiben nitrogént képesek raktározni. Jelenlétük a vetésforgóban igen jó hatású, főleg akkor, ha a betakarítás után a növényi részeket bedolgozzuk a talajba vagy a komposztunkat gazdagítjuk velük. A bedolgozott borsó, bab több évig is érezteti hatását, ami meglátszik az utónövények erőteljesebb növekedésén.

A fent ismertetett négy szakasz lehet térbeli és időbeli vetésforgó, attól függően, hogy mennyire szeretnénk kihasználni azt, hogy egész évben legyen folyamatosan zöldségünk.

Célszerű, ha a növények tenyészidejét figyelembe véve úgy alakítjuk ki a szakaszokat, hogy mindig legyen valamilyen zöldség ágyásainkban, főként, ha kicsi a veteményesünk. Ehhez azonban állandó háttérmunkát is kell végeznünk: gondoskodnunk kell a palántákról. A palántákat megne-

velhetjük mi magunk is, de ha ehhez nincs kapacitásunk, helyünk, akkor a beszerzésnél legyünk nagyon körültekintőek. Ha biogazdálkodásunkat ellenőrzött körülmények között folytatjuk, akkor előnevelt palántát csak másik biogazdától szerezhethetünk be.

Az alábbi ábra segítségével könnyen, átláthatóan ki tudjuk alakítani a vetésforgót, amit évről évre egyszerűen követni tudunk. Ez a besorolás a tápanyag-utánpótlás megtervezéséhez is segítséget nyújt.



MINTA VETÉSFORGÓRA, I-IV ÁGYÁSRA 4 ÉVRE

1. év

I. paradicsom	II. hagyma
IV. zöldbab	III. karalábé

2. év

I. zöldborsó	II. uborka
IV. káposzta	III. sárgarépa

3. év

I. káposzta	II. zöldbab
IV. cékla	III. burgonya

4. év

I. hagyma	II. leveleskel
IV. burgonya	III. zöldborsó

EGÉSZ ÉVBEN ZÖLDSÉG

Ha a rendelkezésre álló ágyásokat jól ki szeretnénk használni, akkor úgy tervezzük meg a növények sorrendjét, hogy egész évben mindig legyen valamilyen zöldségféle bennük. A hosszú tenyészidejű főnövény előtt még nyugodtan vethetünk egy rövid tenyészidejűt, és gyakran még egy harmadik növény is beiktatható, ami épp elviseli a tél eleji kisebb fagyokat is.

Lássunk néhány példát:

- márciusban vethetünk hónapos retket, amit május eleji palántázással követhet paradicsom, mint fő növény. A paradicsom hosszú tenyészidejű, elhúzódó őszi esetén akár novemberig szüretelhetünk.
- február végén-március elején fejes salátát vetünk, ami május elejére szedésre kész. Őt követheti a zöldbab, ami augusztus elejére leérik, így egy téli zöldségfélét palántázhatunk a helyére, pl. kelkáposztát vagy leveleskelt.

MILYEN FAJTÁT VESSÜNK?

Az ökológiai gazdálkodás során az előírások szerint előnyben kell részesíteni az ökológiailag előállított vetőmagokat. Az ökológiai vetőmagok előállítóról, forgalmazóiról a NÉBIH honlapján, az úgynevezett ökológiai vetőmag bázisból tudunk tájékozódni. Ezek a magok drágábbak, de ha

nem hibrid fajtákat vásárolunk, akkor a következő évek vetőmagjait saját magfogságból magunknak is előállíthatjuk azokból a fajokból, melyek nem porzódnak össze rokon fajokkal. Ilyen például a paradicsom. Ha ökológiai vetőmagot nem tudunk beszerezni, akkor mindenképpen olyan vetőmagot vegyünk, amit előzőleg nem csáváztak.

MENNYI VETŐMAGOT VEGYÜNK?

Ha az idén lesz először veteményesünk, semmiképpen sem lehet az a cél, hogy az egész szezonban minden a konyhában felhasznált zöldség a saját veteményesből kerüljön a vendégek asztalára. Különösen akkor nem, ha semmilyen kertészeti tapasztalatunk nincsen. Az viszont vállalható célkitűzés, hogy pl. paprikából, paradicsomból, tökfélékből, salátákból az érési szezonban a mi magunk által megtermelt termést kínáljuk.

A szükséges vetőmagmennyiség kiszámításához álljon itt egy kis táblázat a főbb növényfajokkal.

Zöldségfaj	Ezerszem tömeg	Szükséges vetőmag (g/m ²)	Térállás (sortáv x tőtáv cm-ben)
Bab	300-450 g	8-12 g	40-60x8-10 cm
Borsó	180-250 g	20 g	30-45x3 cm
Cékla	14-20 g	2 g	30x5-10 cm
Csemegekukorica	100-300 g	2 g	60x20-25 cm
Cukkíni	170 g	0,5 g	100x100 cm
Dinnye	20-35 g	0,05-0,1 g	100x50 cm
Fejes- és tarkasaláta, endívia	1 g	0,04-0,05 g	25-30x25-30 cm
Feketeretek	8-10 g	0,3-0,6 g	30x20 cm
Édeskömény	5 g	0,15 g	40x30 cm
Hagyma magról	3-4 g	0,5-0,8 g	25-30x5-10 cm
Káposzták	3-4 g	0,02-0,04 g	50x50 cm
Karalábé	3-4 g	0,02-0,1 g	30x30 cm

Kígyóuborka, futtatott uborka	15-30 g	0,1 g	100-160x50 cm
Kínai kel	3-4 g	0,07 g	25x40 cm
Lóbab	1000 g	20 g	60x10 cm
Madársaláta	0,9-1,3 g	1-2 g	10-15 cm
Mangold	15-20 g	0,24 g	30-40 cm
Paprika, pfefferoni	6,5-10 g	0,05-0,1 g	40x40 cm
Paradicsom	3-4 g	0,02 g	75x45-60 cm
Pasztinák	2-4 g	0,3-0,5 g	30-40x10-15 cm
Petrezselyem- gyökér	1,3-1,5 g	0,3-0,5 g	25-40 cm
Póré	2- 4 g	0,1-0,15 g	30-40x15-20 cm
Retek	6-10 g	2-3 g	6-20 cm
Rukkola	2 g	0,75 g	15-20 cm
Sárgarépa	0,8-1,2 g	0,3-0,8 g	30-40x2-4 cm
Spenót	8-10 g	3-4 g	28-35 cm
Tökfélék	200-500 g	0,6-1 g	100x150-200 cm
Zeller	0,5 g	0,01-0,02 g	40x40 cm

Érdemes felvenni a kapcsolatot a Tápiószelci Növényi Diverzitás Központtal (Génbank), ahol megtalálhatók a régi magyar zöldség és gyümölcs tájfajták.

A magok több évig megőrzik csírázókéességüket, ha megfelelő körülmények között tároljuk őket. Így az sem baj, ha kicsit túltervezzük a magvársárlást. Hűvös száraz helyen

a saláta, spenót, káposztafélék: 4-5 évig,

a vöröshagyma, bab, paradicsom, sárgarépa, zöldborsó: 3-4 évig,

a csemegekukorica: 3 évig,

a petrezselyem: 2-3 évig,

a póréhagyma: 2 évig,

a pasztinák: 1 évig őrzi meg csírázó képességét, így abból mindig friss magot vegyünk.

BURGONYAFÉLÉK

• Burgonya

A burgonya az egyik legnépszerűbb táplálékunk. Ennek oka sokoldalú felhasználhatósága. Termesztése viszonylag könnyen megoldható a kiskertekben is, és ha van erre alkalmas helyünk, akár az egész téli szükségletet tárolhatjuk is. A gumója sok szénhidrátot, C-vitamint (ez a tárolás során folyamatosan csökken), esszenciális aminosavakat és ásványi anyagokat tartalmaz.

A burgonya szereti a hűvös, csapadékos klímát. Termésmennyisége nagymértékben függ a nyári csapadéktól, de igen nagy jelentősége van az öntözésnek is. Magyarországon szinte minden vidéken megterem, talajigény szempontjából legjobban a közömbös vagy kissé savanyú kémhatású homok, illetve homokos vályogtalaj. Tápanyagigényes növény, ezért a burgonyát a kertnek ősszel istállótrágyázott ágyásaiban termeljük. Tavasszal csak érett istállótrágyát vagy komposztot keverjünk a talajba.

Ültetésre csak egészséges gumót szabad használni.

Részben a különféle gasztro műsoroknak köszönhetően már nem csak a Desire fajtát kaphatjuk a vetőmag forgalmazóknál, hanem egyre szélesebb a fajtakinálat. A konyhai felhasználás irányának megfelelően jelölik is a gumókat (burgonya ABC). Az „A” jelű salátának való, mert nem fő szét, a „B” jelű főzéshez, sütéshez használjuk, a „C” jelű pedig könnyen szétfő. A Keszthelyi Burgonyakutatási Központ a hazai klímán jól és biztonságosan termő rezisztens fajtákat kínál a házi kertekbe.

A gumók kihajtását meggyorsíthatjuk azzal, hogy előcsíráztatott gumókat ültetünk. Előhajtatóskor a célunk az, hogy kiültetéskor a gumókon 2 cm-nél nem hosszabb, zömök, zöld csírák legyenek, mert az ezeknél hosszabb csírák a szállítás és a vetési munka közben könnyen letörhetnek,



Burgonyafajták sokfélesége



Feltöltögetett burgonya

sérülhetnek. Az előcsíráztatásra a 10-15 °C hőmérsékletű helyiségek alkalmasak. Érdeemes tudni (már csak az étkezési burgonya téli tárolása miatt is), hogy a meleg és a sötétség a csírák növekedését segíti, a hűvös környezet, a fény és a levegőáramlás viszont gátolja.

A burgonya ültetését április közepe tájára tervezzük, mert a burgonya fagyérzékeny növény. Ha friss hajtásai elfagynak, még regenerálódhat a növény, de a termés mindenképpen csökken.

Az ősszel mélyen felásott vagy felrotált talajt sekélyen fellazítjuk és egymástól 70 cm távolságban készítünk barázdát; ezekbe helyezzük az előcsíráztatott gumókat egymástól 35 cm-re, a csírájukkal felfelé. Ez után úgy takarjuk be őket, hogy fölöttük 10 cm vastag talajréteg legyen.

Két-három hét múlva megjelennek a friss hajtások. Ezeket két-három ízben töltögessük fel úgy, hogy a hajtások mellé friss, nyirkos föld kerüljön. A töltögetést a virágzás kezdetéig be kell fejezni.

Ahol lehetőség van rá, ott öntözzük a korai burgonyát, a virágzásig ugyan elegendő a talajban tárolt nedvesség, de később az öntözés igen jótékonyan segíti a gumók kifejlődését.

Siettethetjük a növények fejlődését, ha az elvetett területet fóliával letakarjuk. A fátyolfólia alatt a burgonya életfolyamatai annyira felgyorsulnak, hogy a gumók mintegy két héttel korábban szedhetők. A fólia május közepéig maradhat az ágyás fölött, ezután – lehetőleg borús, esős napon – le kell szedni. Az első termést a virágzás kezdetén, júniusban már felszedhetjük.

A korai burgonya nem tartható el sokáig, ezért mindig annyit szedjünk fel belőle, amennyit frissen felhasználunk. Inkább korán kezdjük meg a szedést, mint megkésve, mert akkor elveszítjük a terület másodhasznosításának lehetőségét, és a talaj is elgyomosodik.

Ha a gumókat nem csíráztatjuk elő, hanem hagyományosan ültetjük a burgonyánkat, akkor a gumókat 15 cm mélyen 60 cm sor- és 30 cm tőtávolságra ültessük. Amikor a burgonya szára 20-25 cm hosszúságúra nő, fel kell töltögetni és ezt a műveletet kétszer-háromszor meg kell ismételni.

A burgonya mindenki által ismert kártevője a burgonyabogár. Mind a lárvák, mind a kifejlett bogarak rágásukkal károsítják a lombot. Erős fer-

Burgonyabogár fejlődési fázisai (pete, lárva, kifejlett bogár)



tőzés esetén képesek tarrá rágni a növényt. Nem csak a burgonyát, de a paprikát, paradicsomot és a padlizsánt is megtámadják.

A lomblevelek megjelenése után rendszeresen figyeljük a levelek fonákját, szedjük össze és semmisítsük meg a sárga petéket, narancs színű lárvákat és a kifejlett bogarakat. Megelőzőként permetezzük a lombot erjesztett csalán lével, ezzel erősítjük a burgonya növényt.

Ha sok a kártevő, akkor *Bacillus thuringiensis* készítményekkel és kőzet-őrlemény levélre szórásával tudunk védekezni a kártétel ellen.

A burgonyavész a burgonya gombás betegsége, amely nagymértékben tönkretetheti a termést. Megtámadja a paradicsomot és a paprikát is.

Burgonya esetén a leveleken és a száron barna foltok alakulnak ki, a növény elszárad. A gumókon szürkésbarna bemélyedt foltok láthatók, alattuk a gumó rothad.

Védekezni leginkább megelőzéssel lehet. A burgonya ágyásunk minél távolabb kerüljön a paradicsomtól és a paprikától. A burgonyát csalánfőzettel eddük, illetve permetezzünk réztartalmú készítménnyel. Arra azonban vigyázzunk, hogy a biogazdálkodásban engedélyezett készítményeknek is lehet hosszabb-rövidebb egészségügyi várakozási ideje, amit be kell tartani.

A tárolásra szánt burgonyát szeptember végén, októberben szedjük csak föl. A burgonyát mindenképpen sötét helyen tároljuk, ahol a hőmérséklet állandó, lehetőleg 7 °C alatti. Csak az egészséges, sértetlen héjú gumók tartósak, ezeket a tárolás alatt többször válogassuk át.

• **Paprika**

A paprika igen kedvelt zöldségfélének, nyersen és feldolgozva is szívesen fogyasztjuk. Bármelyik étkezési fajta alkalmas lehet mindkét féle fogyasztásra. A nálunk hagyományosnak mondható, sárga húsú TV paprikán, a kaliforniai paprikaként ismert hatalmas bogójú fajtákon át a kúpos, édes, zamatos kápia paprikáig számtalan fajtából választhatunk. Mindegyik fajtára, különösen a kaliforniai típusokra igaz, hogy melegigényesek. Az első termések szedéséig a vetéstől legalább 18-20 hét telik el.

Ha a palántát magunk állítjuk elő, vessük jól összekevert, komposzttal dúsított palántaföldbe. (Ha kész palántaföldet veszünk, az ökológiai gazdálkodáshoz engedélyezettet válasszunk.) A magokat vetés előtt áztatjuk akár egész éjszakán át macskagyökér virágából főzött teába, vagy fokhagymapép leszűrt levében is. Mindkettő edzettebbé teszi a palántáinkat.

A kis palánták fejlődésénél legyünk körültekintőek: a talaj ne legyen hideg és túl nedves, mert ilyenkor felléphet a palántadőlés nevű betegség.

Próbáljunk egyenletes 18-21 °C-os hőmérsékletet biztosítani. Ha a sziklevek már szép nagyok, óvatosan cserepekbe, poharakba ültethetjük őket.

A végső helyükre májusban ültessük őket, 60 cm tőtávra, a sorok között 45 cm legyen a távolság.

Április közepétől szabadföldben helyre is vethetjük a paprikát, főleg a hazai fajtákat. A sorok között 45 cm legyen, a magokat kettésével vessük 60 cm-re egymástól. A kis



Paprika palánták

növénykéket szabadföldön és fóliában egyaránt érdemes megelőzőképpen csalánfőzettel vagy erjesztett csalánlével permetezni, hogy az esetleges kártevőkkel szemben erősek legyenek.

A paprikánál a levéltetvek, fóliában leginkább a tetveken kívül a liszteskék (üvegházi molytetű) okozhatnak problémát. Később pedig a gyapottok-bagolylepke hernyójának kártétele jelenthet gondot.

A tetvek ellen jó a hígítás nélküli erjesztett csalánlé, a fehérüröm tea és az olyan olajos készítmények, melyek filmet képeznek a paprika levelein. (Levéltetvek távoltartására akkor alkalmas a csalánlé, amikor épp megindult az erjedés. 1 kg csalánhoz öntsünk 10 l vizet, ami a hőmérséklettől függően 3-7 nap elteltével használható fel.) A levél fonákjára is kerüljön a permetből! Fizikai védekezésként erősebb vízszugár is beválik.

A liszteskéket vonzza a sárga szín, így aggassunk föl sárga ragacos lapokat a fóliába, üvegházba, növényeink fölé kb. 10 cm-re, az megfogja őket, így mindenképpen gyérül az állomány. Az *Encarsia Famosa* nevű fürkészdarázs a liszteske lárváit parazitálja, ezzel csökkentve a kártevők létszámát.

A gyapottok-bagolylepke hernyója ellen *Bacillus thuringiensis* készítmények lehetnek hatásosak.

A paprikát rendszeresen öntözzük, néhány hetente adjunk a vízhez növényi alapanyagból erjesztett trágyalevet is.

Itt jegyezzük meg, hogy trágyalé alatt a növényi anyagokból erjesztett levet értjük. Vegyünk 1 kg csalánt vagy feketenadálytövet, adjuk hozzá 10 liter vizet, 2-3 hétig erjesszük és időnként keverjük meg. Akkor jó, ha már nem habzik. Leszűrve, tízszeresére hígítva locsoljuk ki néhány hetente.



Szüretelhető paprika

Az első terméseket július végétől kezdhethetjük szüretelni, egészen az első fagyokig folyamatosan szedhető.

• **Paradicsom**

Mivel paradicsomfajtákból óriási a kínálat, mi is neveljünk többfélé-t, attól függően, mire szeretnénk majd használni (étkezési, saláta, koktél és befőző). Vannak a megszokott piros színű paradicsomon kívül kisebb-nagyobb gyümölcsű, sárga, zöldcsíkos, krémszínű fajták is, de a termés alakja is igen sokféle lehet.



A bőség zavara

Mivel saját magát porozza, így a kereszteződés kockázata nélkül bátran fogjunk magot azokból, amelyik fajta leginkább bevált. Hibridekből viszont ne fogjunk magot (ezt F1-gyel jelölik a csomagoláson, vagy ki is írják „hibrid”).

A paradicsomot biztonságosabban termesztethetjük előnevelt palántaként, későbbi ápolása is egyszerűbb így. Sorba vessük a szaporító tálcába, akár már februárban. 8-11 nap a csírázása, de ha a talajunk hőmérséklete megfelelően meleg, 4-5 nap alatt kibújhatnak a növénykéek.

Ha megjelenik a második rendes levél is, ritkítsuk a sorokat. 3-4 levél megjelenése után tegyük a növényeket egyesével kisebb tejfölös pohárba, majd később még egyszer átültethetjük egy nagyobbba. Ebben neveljük kiültetésig. Kiültetés előtt edzeni kell a palántát. Először csak néhány órát legyenek kint, majd ha ezt jól bírják, változás nincsen rajtuk, hosszabbítsuk meg a kint létet. A kiültetés előtti napokban éjszakára is hagyjuk kint a palántákat. Ha a gyökérzet erős, akár az enyhe fagyot is átvészelik. A lomblevelek lehullnak, de újra kihajt.

A kiültetéssel várjuk meg, míg biztosan fagymentesek az éjszakák. Az egyes fajták térigénye különböző, de nagyon ügyeljünk arra, hogy a lombzat jól átszellőzzön és gyorsan felszáradjon, mert a fülledtség a kórokozók felszaporodását segíti. A sorokat 60-90 cm-re, a növényeket 40-60 cm-re tűzzük ki.

Az első termést a vetéstől számítva a 16-20. héttől várhatjuk folyamatosan novemberig.

Az ágyásban jó kombináció, ha a paradicsomok közé karalábét ültetünk, a paradicsom távol tartja a káposztalepkét. A zellerrel, bazsalikommal is jó szomszédságban van.

Rendszeres ápolást igényel, kapálásra többször szükséges lehet. A levelek tövében megjelenő hónaljajtásokat is rendszeresen el kell távolítanunk, ha nem akarunk paradicsom erdőt. A lecsípett hajtásokat dobjuk mulcsként a növény köré a talajra.

A folyamatosan növekvő fajták mellé szükséges támasztékul karót verni, különben saját súlyánál fogva elfekszik a növény.

A folyamatos növekedésű fajtákat fóliában függőleges zsinór mellett is nevelhetjük, úgy, hogy vagy a váz tetőszerkezetéről vagy egy 2-2,5 m magas támrendszer vízszintes részéről az ültetési távolságban zsinórt kötünk. A zsinórt levezetjük a földre a palántázó gödör aljáig. A gyökézzel jól átszótt palántát kiemelve a szaporító pohárból, a zsinórt áthurkoljuk a gyökérlabdán és így helyezük a palántázó gödörbe. Jól beöntözzük, benyomkodjuk a palántát. A gyökérszét gyakorlatilag lehorgonyozza a zsinórt, amire a fejlődő paradicsom fel tud futni.



Folyton növekvő paradicsom acél fémből készült karóra futtatva

A paradicsom legveszedelmesebb betegsége a paradicsomvész. Ez ellen úgy tudunk védekezni, ha a vetőmagot mezei zsurló, macskagyökér, csalán és fokhagyma főzetében áztatjuk 1-2 órán keresztül a vetés előtt. Ez a folyamat a főzetek elkészítése miatt több időt vesz igénybe, de ne hagyjuk ki. A 100-150 g fokhagymát pépesítsünk, hagyjuk állni 1-3 órát, majd szűrjük le. A zsurlót 1 napig áztassuk, majd 1 órát főzzük és szűrjük le.

A csalánt és a macskagyökér virágzatát forrázzuk le, 10 perc állás után szűrjük le. Ha kihűlt, használhatjuk.

A tejsavós permetezés is sokak által használt és bevált módszer a paradicsomvész kivédésére.

Teljes védelmet azonban így sem biztosíthatunk, a rézkészítménnyel végzett permetezés nagyobb esőzések után nem hagyható el. Azonban ezt már a bogyók érése előtti időkből nem alkalmazhatjuk, mert a réz egészségügyi várakozási ideje 7-21 nap, a szertől függően.

A gyapottok-bagolylepke hernyója nagyon gusztustalan kártételt végez a paradicsomban, így ha megjelenik a lepke, mindenképpen védekezzünk ellene *Bacillus thuringiensis* készítménnyel.

A paradicsom nagyon tápanyagigényes, így azon túl, hogy ősszel trágyázott területre ültetjük, a vegetáció folyamán öntözzük rendszeresen növényi trágyalével, permetezzük a biogazdálkodásban engedélyezett kondicionálókkal.

Ha megjelennek az első gyümölcsök, akkor már csak a tövön keresztül tápláljuk. A betakarítást folyamatosan végezzük, így további virágzásra, termésképzésre készítjük a növényt.

• Padlizsán

A padlizsán a paradicsomhoz, paprikához hasonlóan a csucsfélékhez tartozik. Tápanyag és vízigényes növény. Különösen melegigényes, így fóliában, üvegházban természetesen biztonságosan, illetve szabadföldön védett helyen.

Tenyészideje hosszú, a csírázás megindulása meleget igényel, így a palántát fűtött helyen neveljük. Sekélyen vessük a palántázó tálcába, pohárba. Ha hideg a palántaföld, elhúzódik a csírázás, pedig az még jót adottságok mellett is eltarthat 10-15 napig.



*Gyapottok-bagolylepke
hernyójának kártétele*

Termő padlizsán



A padlizsánnak szánt területet előző év őszén trágyázzuk meg jól, és a vegetáció folyamán is locsoljuk a trágyalével, permetezhetjük biogazdálkodásban engedélyezett kondicionálókkal.

Ha szabadföldre szánjuk a megnevelt palántákat, mindenképpen eddzük a kiültetés előtt, nehogy a hirtelen és erős nap tönkretegyje növényeinket.

A szépen fejlett palántákat májusban, 60 cm távolságra 45 cm sortávra ültessük, szabadföldbe inkább csak a hónap második felében tegyük ki. A bokrosodás elősegítése érdekében a hajtásvégeket csípjük vissza. Az ötödik virág megjelenése után az ezen felül képződőket távolítsuk el, mert ha sok termést hagyunk, azok nem fejlődnek ki rendesen, aprók lesznek.

A burgonyabogár előszeretettel keresi meg a padlizsánt, így rendszeresen figyeljük, van-e kifejlett bogár, illetve a levelek fonáki részén pete, lárva. Ha nem jelentős a fertőzés, akkor elegendő, ha leszedjük ezeket a levelekről, viszont ha tömegesen jelennek meg, akkor érdemes lehet a fiatal lárvák ellen védekezni *Bacillus thuringiensis* készítménnyel.

Fóliában, üvegházban a liszteske is megtámadhatja, jelenlétüket mindenképpen rendszeresen ellenőrizzük, sárga ragacsos lapokat helyezünk ki a növények fölé. Betegségek közül fóliában, üvegházban előfordulhat a szürkepenész, ezért rendszeresen szellőztessünk, a túlzott párárt kerüljük.

A száraz meleg viszont a takácsatkák elszaporodásának kedvez, így próbáljunk megfelelő egyensúlyt kialakítani, ne hagyjuk el az öntözést, mulcsozzunk és szellőztessünk.

A padlizsánról augusztusban szedhetjük az első érett gyümölcsöket. Magot csak akkor fogjunk, ha nem állt fenn a kereszteződés veszélye, ugyanis is összeporzódik.

TÖKFÉLÉK

• Cukkíni

A cukkíni meleg, napos, párás helyen érzi jól magát. Tápanyagigénye nagy, így vetés előtt komposztot forgassunk a talajba. Nagy a helyigénye is. Egy bokor legalább egy négyzetmétert igényel. Ha a vízzel nem fukarkodunk, bőséges termés a jutalom. Többféle fajta közül válogathatunk, érdemes évente legalább kétfélét kipróbálni.



Zsenge cukkíni; már szedhető

Jó előveteménye a hónapos retek, zöldhagyma, saláta.

A helyrevetéssel a májusi fagyokat érdemes megvárni, ugyanis ha a hőmérséklet megfelelő, gyorsan, 5-8 nap alatt kicsírázik. Ilyenkor a fagy az éppen kikelt növényt teljesen tönkretetheti.

A magokat vetés előtt házi (nem pasztőrözött és végképp nem UHT) tejbe, tejsavóba áztassuk a gyorsabb csírázás érdekében. A macskagyökér virágzatából készült főzet edzettebbé teszi a magokat, serkenti a csíranövény növekedését.

Fészekbe vessük 3-4 cm mélyre. A fészek komposzt és alginit keverékéből, vagy jó érett istállótrágyából készül. Egy-egy fészekbe 2-3 magot tegyünk. Ha az elvetett magokat befőttes üveggel letakarjuk, a növények csírázási idejét lerövidíthetjük. Vethetjük cserépbe is, így a 3-4 leveles növénykét a májusi fagyok után ki is ültethetjük végleges helyére. Így akár két héttel korábban szüretelhetünk, mintha helyre vetettünk volna. Ápolási munkákat addig igényel, amíg szét nem terül, addig óvatosan, sekélyen kapáljunk körülötte, de akár mulcsozhatjuk is a tő körül, így a nedvességet tovább megőrizzük számára. A vetést követő 10-14. héttel kezdhetjük a betakarítást. Ha a kabakok elérik a 10-15 cm-es méretet, kezdjük szedni, ne várjunk vele.

Persze ha tölteni szeretnénk, akkor hagyjunk megnőni a kabakokból. Csak akkor lesz bő a termés, ha gyakran szüreteljük. Szedés után, ha kap egy kis vizet, meghálálja.

Betegségek közül a lisztharmat megjelenése várható, kártevők közül a levéltetű és az atka jelentkezhethet. Ha vegyes kultúrát alkalmazunk, egyik sem olyan jelentős, hogy védekeznünk kellene ellenük.

Mielőtt ősszel kiszednénk a töveket, ha van a tárolásra alkalmas pincénk, tárolhatjuk is a nagyobbra nőtt kabakokat. A levágás helyét viasszal pecsételjük le, így akár december elejéig is eltartható.

• Uborka

Az uborka, hasonlóan a cukkinihez és a tökhöz, a kabakosokhoz tartozó zöldségfélénk, így szereti a meleg, napos helyet és a vizet. A fagyra érzékeny, így vetésével szabadföldön várjunk a fagyok elmúltáig, illetve vethetjük pár nappal a fagyoszenetek előtt. Az esetleges fagyos reggeleket így a talajban vészeli át.



Uborka

Az uborkát érdemes szakaszosan vetni, így el tudjuk nyújtani a betakarítást. Május első hetének végén vessük az első adagot, majd a fagyos szentek után, és vethetünk még június első hetében is. Ez vonatkozik a eltenni való konzerv uborkára, a saláta és kígyó uborkára is.

Az uborka elfut a talajon is, de érdekesebb uborkahálóra fölfuttatni három okból is: kevesebb helyet foglal, a termés nem piszkolódik be, és a csigák nem tudják károsítani.

A magokat 10-20 cm-re vessük sorba, majd ha kikelt, ritkítsuk 30-40 cm-es tőtávolságra. Ha megjelent a 4-5. levél óvatosan csípjük le a hajtáscsúcsot, így biztosítva az oldalhajtások kialakulását.

Az uborka érzékeny a gombabetegségekre (lisztharmat, peronoszpóra), így a fajtaválasztásnál az ellenállóság és/vagy rezisztencia legyen az egyik fő szempont. Az uborkánkat öntözzük zsurló teával, így erősíthetjük a gombabetegségekkel szemben. A vizet igen szereti, a talajt ne engedjük teljesen kiszáradni, mert ha nem kap megfelelő vizet a kabakok nem fejlődnek ki megfelelően, a termés keserű lesz.

Az uborkát rendszeresen szedni kell, akkor fog sokáig ellátni bennünket terméssel. Vegyes kultúrában a kapor társaságát kedveli, és mivel nem szereti a széles helyet, szélfogónak csemege kukorica is kerülhet mellé. A paradicsom közelében nem érzi jól magát, viszont a cékla, a bab vagy borsó ágyása mellé kerülhet. Az első ködös augusztus végi, szeptemberi reggelek gyakran tönkretethetik az uborkát.

• Spárgatök, sütőtök

Kabakos zöldségeink közül, ha van hely kertünkben, ne feledkezzünk meg néhány tő spárgatök vetéséről sem. Ha megoldható, a különböző kabakosokat viszonylag távol vessük egymástól, de legalább is más fajok legyenek közöttük. Az átporzást így sem tudjuk elkerülni, így magot ne fogjunk belőlük, csak akkor, ha egyféle fajt és annak egyféle fajtáját vetjük, és biztosan nincsen a közelben a szomszédoknál semmilyen kabakos. Ez nehezen megoldható. Ne sajnáljunk tehát biztos eredetű vetőmagra beruházni.



Nagydobosi sütőtök



Az indás tök befutja a területet

A tök termesztése hasonlóan történik, mint a cukkinié. Környezeti igénye is hasonló; szereti a meleget, a napfényt és a tápanyagban gazdag talajt. Fajtaválasztáskor a rendelkezésre álló helyet jól mérjük fel. Kisebb kertekbe az indátlan változatok megfelelőbbek, helyigényük tövenként egy négyzetméter. Az indás tökök ezzel szemben jóval nagyobb helyen tenyésznek. A sütőtökök is nagyobb tenyészterületet kívánnak, mintegy 3-4 m²-re van szükségük.

Mind a spárgatököt, mind pedig a sütőtököt májusban vessük, egy fészekbe 2-3 magot tegyünk.

Ápolási munkái is megegyeznek a cukkiniével, kártevői és betegségei is hasonlóak. A tenyészidő alatt többszöri trágyaleves öntözést meghálálja mind a sütőtök, mind pedig a spárgatök. A rendszeres öntözésről, ha nem esik kellő mértékű csapadék, gondoskodnunk kell, a megfelelő termés érdekében.

Az első spárgatököket vetés után 10-14 héttel már szedhetjük.

A sütőtök ennél jóval hosszabb ideig érleli terméseit; a szüret ideje november. Annak érdekében, hogy megóvjuk a termést a rothadástól, még mielőtt túl nagyra nőnének, tegyünk alájuk téglát vagy deszkát. A hagyományos Nagydobosi fajta akkor a legjobb, ha megcsípi a dér a tök leveleit. Szedjük le a kabakokat, de még hagyjuk érni a napon. Hűvös, szellős helyen tárolható néhány hónapig.

A termés kisebb mérete, így könnyebb kezelhetősége miatt az utóbbi években népszerűbb a hosszúkás kanadai tök. Hamarabb is beérik, mint a Nagydobosi, nem szükséges novemberig várunk, szeptember végén, október első felében már süthető a termés.

GYÖKÉRZÖLDSÉGEK

• Sárgarépa

A sárgarépa a vetésciklus II. szakaszába tartozó növény, tehát közepesen igényli a tápanyagot. A talajt aprómorzszásra készítjük elő, hogy könnyen tudjon a répatest fejlődni. Rövidebb tenyészidejű fajtákat vehetünk másodvetésként is, pl. zöldborsó után.

Ha van fóliasátrunk, vethetünk 1-2 sor korai répat már január-február folyamán is. Szabadföldbe márciusban vessük. 1-2 sor sárgarépa, 1-2 sor dughagyma jó társítás, az illatuk kölcsönösen megzavarja egymás kártevőit.

A sárgarépa lassan csírázik, 15-17 nap múlva bújnak csak ki az első növénykék.

Sekélyen vessük, kb. 1 cm mélyre, és 30-35 cm sortávolságra. A kikelt növényeket egyelni kell, a végleges tőtávolság 7 cm legyen. A répat is egyelhetjük több alkalommal, így a kihúzott répákat elfogyaszthatjuk.

A sárgarépa laza talajban könnyebben fejlődik. A szép egyenes répatestek kifejlődéséhez egyenletes vízeloszlás szükséges, ezért a hosszantartó, száraz időszakokban öntözzük a sárgarépát. Az öntözéssel bánjunk óvatosan, mert a hirtelen nagy mennyiségű víz miatt kirepedhet a répa. Azt is tartsuk észbe, hogy legmegfelelőbb a természetesen hulló csapadék. Csak akkor öntözzünk, ha hosszabb ideje tartó szárazság van.



*Sárgarépa és hagyma,
a két jó barát*



Néhány leveles sárgarépa

A kezdeti fejlődésnél nagyon fontos, hogy rendszeresen gyérítsük a gyomokat.

A sárgarépa jelentős kártevője lehet a répalégy, de a kártétel a vegyeskultúra alkalmazásával vagy fátyolfóliás takarással minimálisra csökkenthető.

Másik kártevő a fonálféreg. Ez a kártevő viszont a bársonyvirág (büdöske) illatanyagát nem szereti, így ha szegélynövényként vetjük a répa köré, megelőzhető a kártétel.

Érdemes legalább kétféle fajtát vetni, egy korait és egy tárolási fajtát. A korai fajták 80-90 nap alatt fejlődnek ki teljesen, a tárolási répák 150-160 naposak a vetéstől számítva.

A tárolásra szánt répát október második felében, lehetőleg napos időben szedjük fel és legalább fél-egy napig hagyjuk szellős helyen száradni. A lombot és a föld nagy részét óvatosan, a héj megsértése nélkül dörzsöljük le. Semmiképpen ne mossuk meg! Az egészségeseket válogassuk külön a rágott, sérült répáktól. Tárolásra legalkalmasabb az állandó hőmérsékletű pince. Ott rakhatjuk homokba. A sérült répákat használjuk fel először. Kis odafigyeléssel egészen tavaszig tárolható.

• Petrezselyem

A petrezselymet jól előkészített, laza, aprómorzás talajba vessük. A kötött talajon nem tud a gyökér szépen kifejődni, elágazó, talpas lesz. A petrezselyem csírázása igen hosszú. Kezdeti fejlődése lassú, a csírázás optimális hőmérséklete 12 °C, ennek ellenére már igen korán javasolt elvetni; február végén, március elején 30 cm-es sortávra vessük, szórva. A vetőmaghoz keverhetünk pl. retek magot, hogy a sorokat minél hamarabb lássuk, és így a sorok között már tudjunk gyomot gyéríteni, ha szükséges. Több alkalommal egyelni is kell majd, míg elérjük a 12-15 cm-es tőtávot. Az egyenletes gyökértest fejlődéséhez megfelelő mennyiségű vízre van szükség. A túl sok víz azonban betegséghez vezethet, megtelepedhet a rozsda a gyökértesten.

A petrezselyem kerülhet a paradicsom közelébe, kifejezetten szeretik egymás társaságát.

Gyökéretrezselyem termesztésére csak akkor vállalkozzunk, ha a laza, aprómorzsa talajt tudjuk számára biztosítani.

Ha ez nem megy, a petrezselyemlevélről akkor se mondjunk le: vannak kifejezetten ilyen célra szelektált fajták, melyeket csak szedni és locsolni szükséges.

A vegetáció során megtámadhatja a lisztharmat vagy a levélrozsda, de ha ilyenkor levágjuk a leveleket újra kihajt. Át is telettethető, érdemes azért betakarni, mert $-7\text{ }^{\circ}\text{C}$ alatti hőmérsékleten már kifagyhat és nem hajt ki a következő tavasszal.

A gyökéretrezselymet októberben szedjük föl. A sárgarépaéhoz hasonlóan hagyjuk száradni fél-egy napig, majd az egészségeseket külön válogatva tegyük pincébe, homokba.

• Zeller

A zeller apró magja lassan csírázik ki, kezdeti fejlődése rendkívül vontatott. Ezt jó tudni, ha arra vállalkozunk, hogy magunknak állítjuk elő a palántát. A vetést szaporító ládába már január-február folyamán el kell kezdeni.

A kibújó aprócska növény talaja mindig legyen nedves, különben



Levélpetrezselyem



Zeller palánták



Gumós zeller

kiszárad, elpusztul. A szaporító edényt lefedhetjük egy üveglappal, fóliával, ezzel is párásítva a növénykékeknek.

A zeller tenyészideje igen hosszú, 22-24 hét.

A palántákat 4-5 leveles állapotban kezdhethetjük kiültetni, feltételezve a január közepi vetést, ez az időpont április első fele körül várható.

A töveket 40 cm távolságra ültessük egymástól, hogy legyen hely a gumók kifejlődéséhez. A zeller kifejezetten jól érzi magát a paradicsom között, de a bab, az uborka és a karalábé is jó szomszédok számára. A salátát, burgonyát viszont ne tervezzünk a közelébe, a gumó és a lomb is vontatottan fejlődik. A káposzta közelébe se tegyünk a gumójáért termesztett zellert, mert nem fejlődik a gumó (a lombozat annál jobban).

A zeller gumóját október közepe előtt ne szedjük föl. A korai fagyokat is elviseli (de a levél megsínyli). A többi gyökérzöldséghez hasonlóan a betakarítás után hagyjuk szellős helyen száradni, majd a földet dörzsöljük le róla. A zellergumókat a levélcsonkkal fölfelé homokba tesszük és így tárolhatjuk tavaszig.

Vethetünk szárzellert is; kifejezetten ilyen fajták már a legtöbb vetőmag forgalmazónál megtalálhatók. A szárzeller vetésével április végéig várhatunk. Előnevelése a gumós zelleréhez hasonlóan történjen. A palántákat 35 cm-re ültessük, egymástól 30 cm-es sortávolságra. A betakarítást augusztus végén kezdhethetjük. A száraz zeller íze mérsékeltebb, így talán azok is szívesen megeszik a belőle készült párolt, rakott zöldségeteleket, akik a zellert kevésbé kedvelik.

A zellert gombabetegségei kialakulása ellen permetezzük rendszeresen mezei zsurló forrázattal.

• Pasztinák

A pasztinák (vagy paszternák) hosszú tenyészidejű zöldségünk. A gyökértest hasonlít a petrezselyemre, de a lombzat egyértelműen megkülönbözteti.



Petrezselyem és paszternák

Csak friss vetőmagot vegyünk, mert csírázóképességét a második évben nagy mértékben elveszti. A magja jóval nagyobb a petrezselyem magjánál, a csírázási ideje 10-25 nap. A tenyészideje vetéstől kezdve 24-26 hét. Termesztése könnyebb, mint a petrezselyemé. A magokat 1 cm mélyre vessük el, 10-15 cm-es tőtávra, a sorok távolsága 30 cm legyen. Amíg meg nem erősödik, rendszeresen gyomláljuk és szükség szerint öntözzük, főleg a kezdeti időszakban, hogy gyorsabban kikeljenek a magok. Később is rendszeresen öntözzük, mert a hirtelen nagyobb csapadék miatt a gyökértest repedhet, ami a tárolhatóságot csökkenti. Októberre fejlődik ki, de védettebb helyen télen is a földben maradhat, jól tűri a fagyot.

A répalégy a pasztináknál is gondot okozhat, ezért érdemes lehet fátyolfóliával takarni.

• Cékla

A cékla gyorsan fejlődő növény, másodvetésre is kiválóan alkalmas.

Először március végén vagy április első hetében vessük. Termesszünk többféle típust; van hengeres és gömbölyű fajta, sőt újabban különféle színes céklák vetőmagjával is találkozhatunk.



Cékla fajták – gömbölyű és hengeres

Az ágyásban 30-45 cm-re húzzuk ki a sorokat, a magokat 3 cm mélyre, egymástól 4-5 cm-re vessük. A talajt tömöríteni kell, és ha nagy a szárazság, esőszerűen locsoljuk meg. A magok 10-14 nap múlva kikelnek, ekkor egyeléssel beállítjuk a végleges tőszámot. A kis növénykéek 10 cm-es távolságra legyenek egymástól. Kapálni addig szükséges, amíg a lomb össze nem zár.

A később, május-június hónapok folyamán vetett cékla a tapasztalat szerint nagyon ízletes lesz.

A céklát károsíthatják a földibolhák és a barkók, de általában a kártétel nem befolyásolja számottevően a termést. Hasonlóan a betegségek is megjelenhetnek a leveleken, de ezek ellen sem szükséges védekeznünk.

A céklát a vetéstől számítva 8-12 hét múlva kezdetjük betakarítani.

A vizet később is meghálálja, az árnyékosabb helyeken is szépen fejlődik. Jó szomszédai a bokorbab, az uborka és a tépősaláta.

Felhasználáskor a zsenge, ép leveleket is nyugodtan használhatjuk salátákba, zöldséglevésekbe.

A céklát savanyítva is eltehetjük télire vagy a többi gyökérzöldséghez hasonlóan a pincében, homokban tárolhatjuk. Hosszabb eltarthatóságot az ép, sértetlen gyökerektől remélhetünk.

SALÁTAFÉLÉK

• Fejes saláta

Salátát termeszthetünk akár az ablakpárkányon, egy nem túl mély balkonládában vagy egy szaporítótálcán is. Többféle salátamagot (fejes, endívia, tölgylevelű, Lollo típus, római) rukkola maggal összekeverve ízletes és mindig friss szendvicsbe valót állíthatunk elő a reggelihez, vacsorához. Ilyenkor nem kell megvárni, hogy befejedjenek a saláták.

A miskulancia saláta keveréket szórva vessük, nem kell egyelni, tűzdelni. 6-8 hét múlva végelhető méretű lesz a keverékünk.

Vágás után locsoljuk meg, erőteljesebben fog nőni. Ha ismét eléri a 6-8 leveles méretet, vágjuk le, öntözzük, majd ismét vágjuk. Jó pár hétig folyamatosan lesz utánpótlás.

Ha fejes salátát szeretnénk, ahhoz a palántát előnevelhetjük, de a magokat helyre is vethetjük.



A miskulancia saláta keveréket mindig ollóval vágjuk

A fajtát jól válasszuk meg, nem mindegy, hogy mikor melyik fajtát vetjük. Vannak kifejezetten korai hajtásra szánt fajták, vannak olyanok is, melyek később mennek magszárba, ezek a nyári fajták, és ne feledkezzünk meg az áttelelő fajtákról sem, tulajdonképpen ezekből lehet legkorábban tavaszi zöld eledel.

A hajtatási fajtákkal szembeni követelmény, hogy gyenge megvilágításban is fejtek képezzenek, míg a szabadföldi fajtáknál, hogy hosszú nappalos körülmények között későn menjenek magszárba. A fajták felcserélése a termesztés sikerét veszélyeztetheti, mivel a szabadföldi (nyári) fajták a hajtásban (rövid nappalos körülmények között) nem fejednek be, a hajtató fajták pedig nyáron (hosszú nappalos körülmények között) magszárba mennek.

A salátaféléket február végétől - márciustól vethetjük szakaszosan szabadföldbe április végéig. Májusban is vethetők még a tépősaláták. A fejesek viszont, mivel hosszúnappalosak, felmagzanak. Július második felétől szeptemberig ismét vethetők a fejes saláták.

A salátát lehetőleg szélcsendben vessük, hogy a könnyű magokat ne fújja el a szél. A kikelt 3-4 leveles növényeket egyeljük ki, hogy 15-20 cm távolságra legyenek egymástól. Később még egy egyelést iktassunk be, ekkor beállítjuk a 30 cm-es végleges tőtávolságot; minden második növényt húzzuk ki.

A saláta fényigénye nagy, ezért, ha lehet, ne kerüljön árnyékos helyre. A félsárnyéket még elviseli, így ha nincsen máshol hely, kerülhet oda is. A páratartalomra érzékeny, ideális a 70 % körüli páratartalom. Ilyenkor fejlődik a legegyszerűsebben.

A salátát a zeller és a petrezselyem kivételével bármelyik növény előtt, után vagy mellé vethetjük.

• **Tépő-, tölgylevelű és tarka saláták**

A tépősaláta régebb óta ismert, mint a fejes saláta, leginkább azokban az európai országokban terjedt el, ahol a fejes saláta termesztése a nyári nagy meleg és a hosszú nappalok miatt nehéz.

A tépősaláta legnagyobb értéke, hogy levélzete magszárképzés után is fogyasztható, nem lesz túl rostos és keserű. További előnye, hogy rövid tenyészideje miatt a vetésforgókba könnyen beilleszthető, ebből adódik, hogy kiváló elő-, ill. utónövény.

Táplálkozási értéke megegyezik a fejes salátáéval, elsősorban kedvező étrendi hatása és magas ásványisó-tartalma miatt ajánlható a fogyasztása. Íze talán még kellemesebb, mint a fejes salátáé, keseredésre nem hajlamos. Színe és a levelek alakja változatos.

Egyik típusa sűrű, tömött levélrozzettát alkot, tőlevelei nem borulnak össze. Levelei fodrosak, csipkés szélűek. Egyszeri vágással szedhető.



Vegyes saláta ágyás

A másik típus, amit valódi tépősalátának neveznek, nem képez fejet, de folyamatosan új leveleket hoz, melyek egyenként szedhetők. A leveleket magszárba indulás után is lehet szedni és a magszáron fejlődő levelek nem keserednek meg.

A tépősaláta nem kifejezetten melegigényes, de a nyári meleget más salátafélékhez képest jobban elviseli. Fényigénye nagy, a félárnyékot és a köztes termesztést nem tűri. A hosszú nappalok hatására 40-80 cm magas magszárat fejleszt, ezen hozza szedésre alkalmas leveleit. A levelek íze, konzisztenciája az intenzív megvilágítás és a hosszú nappalok hatására nem változik, fogyasztható marad.



Tépősaláták

Legkorábban február végén vethetjük, ha az idő engedi. A magokat vethetjük helyre, de palántázhatjuk is. Gyors fejlődése lehetővé teszi, hogy a vetéstől számított hatodik héten már kifejlett leveleit szedjük. Egészen nyár közepéig vethetjük szakaszosan, hogy mindig legyen friss salátánk.

A tépősaláta nem tartozik a nagy vízigényű növények közé. A vízfelhasználása a tenyészidő folyamán változik, a lombzat növekedésével egyre több vizet párologtat el és épít be szerkezetébe. A talaj szerkezetével szemben, mint a többi levélzöldségféle, kevésbé igényes, azonban a cseresedésre hajlamos talajon az apró magok elfeküdhetnek, vontatottan kelnek.

A fajtaválaszték igen bőséges, alapvetően két fő típusa van:

- a. Lollo típusok
- b. Tölgylevelű típusok

HAGYMAFÉLÉK

• Vöröshagyma, lilahagyma, sonkahagyma

A hagymák a laza, humuszban gazdag talajt kedvelik, a vetésforgó második szakaszában következhetnek.



Variációk hagymára

Koratavasszal, amikor rá tudunk lépni a földre, kezdetjük a hagyma vetését, dugtatását. Vegyes kultúrában vessük a sárgarépa-val együtt: 3 sor répa 2 sor hagyma. Ha így vetjük, ez kölcsönös védelmi funkciót lát el. Az illatanyagok összezavarják a kártevőket, ebben az esetben a hagymalegyet és a répalegyet.

A magról vetés az ápolási munkáknál nagyobb odafigyelést, a gyomlálásnál óvatosságot igényel, de ilyenkor a hagymalegyet biztosan nem hurcoljuk be a területre, ugyanis a dughagymában telhet át a pete. A kikelt lárvák kártételét a csavarodó hagymaszárak jelzik.

Ha a hagymát duggatjuk, akkor hamarabb lesz hagymánk, akár főzéshez, akár még korábban, csemegehagymaként. Vannak áttelelő fajták is, ezekből vethetünk, duggathatunk néhány sort.

A hagyma nemcsak mint főnövény, de mint védőnövény is hasznos a kertben. A korábban már említett sárgarépa-vöröshagyma társítás mellett duggathatunk a földieper és a paradicsom közé is.

Van, aki a burgonyabokrok közé is rak dughagymát, és állítja, hogy a burgonyabogarat tartja távol, igaz a burgonya gumók sem lesznek túl nagyok. Mérlegelnünk kell, hogy megelőgyszünk az apróbb burgonyával vagy küzdünk a bogarakkal.

A magokat 15-30 cm sortávra, 1,5 cm mélyre, szórva vessük. A hagyma lassan csírázik, 21 nap múlva kel ki. Kelés után egyeljük, várjunk addig, amíg kisujnyi vastagok lesznek a növények, szedjük ki minden másodikat. A következő egyelésnél ismét szedjük ki a felesleges hagymákat. Ezeket csemegehagymaként lehet fogyasztani. A végleges tőtávolság 5-15 cm legyen.

A hagymát többször kapáljuk meg. Az öntözést meghálálja, de ne vigyük túlzásba. A laza szerkezetű vizes hagyma rosszabbul tárolható, gyorsabban kihajt.

Ha a szára eldől és kezd sárgulni, szedjük ki a földből és szárítsuk fedett, szellős helyen. Ha megszáradt, dörzsöljük le a földet és a legkülső buroklevelet a hagymáról. Tárolása hűvös, száraz, sötét helyen történjen.

• Fokhagyma

A fokhagyma talaj előkészítése nem tér el a többi hagymáétól.

A fokhagymafejek szétszedése után a külső, nagyobb gerezdeket duggathatjuk el fajtától függően ősszel vagy kora tavasszal.

Az őszi hamarabb érik és általában nagyobb, a tavaszi viszont tovább tárolható.

Duggathatjuk külön ágyásba, de vegyes kultúrába vethetünk a már kisorolt fokhagyma közé sárgarépát. Szereti a paradicsom, a káposztafélék és a zeller közelségét, valamint a földieperben is szépen nő.



Fokhagymafüzér



Ha a sorokat, sorközt mulcsozzuk, még kapálni sem szükséges

A vegetáció alatt különösebb ápolási munkát nem igényel; a gyomokat szedjük ki a sorokból, sorközökből.

A fejlődése kezdetén néhány alkalommal megöntözzhetjük, de amikor már kialakulnak a gerezdek, ne locsoljuk. Elrohadhat, de minden esetre a tárolhatóságot rontja a sok víz.

Ha a szára kezd száradni, illetve eldőlni, szedjük ki és szárítsuk még szellős helyen. Amíg a szárok nem teljesen szárazak, fonjuk fűzérbe, így még az őszi fokhagyma is tovább eltartható lesz, természetesen száraz, hűvös helyen.

• **Póréhagyma**

Hagymaféléink közül a póré igényli a legtöbb gondoskodást. Tápanyagigénye is nagyobb a többi hagymáénál.

Mélyen kell a talaját meglazítani, tápanyaggal jól ellátott helyre tervezük, máshol csak sínylődik.

A korai póré már március végén-április elején elvethetjük, de ha téli zöldségnek szánjuk, várhatunk a vetéssel május végéig. A sorokat 30 cm-re húzzuk ki, a végleges tőtávolság a növények között majd 15 cm legyen. A vegetáció során a kapálás mellett időnként locsoljuk hígított csalánlével. A talaját tartsuk nedvesen. Kapáláskor mindig tölteggessük fel a növényeket. Így kapunk hosszú, fehér pórékat.

A vetéstől függően ősztől kora tavaszig folyamatosan tudjuk betakarítani. Vannak igen késői, télálló fajták is, melyek kint is maradhatnak.

KÁPOSZTAFÉLÉK

A káposztafélék a vetésforgónk III. szakaszának növényei, igen nagy tápanyag és vízigény jellemzi őket. A keresztes virágúak családjába tartoznak. Változatos formájú, alakú fajok tartoznak ide.



Fejeskáposzta

Vannak, melyeknek a leveleit fogyasztjuk (káposzták, leveleskel), másoknak a bimbós virágzatát (karfiol, brokkoli), és van olyan, aminek a megvastagodott szárrészét (karalábé). Mindegyik káposztafélé gazdag vitaminokban, elsősorban C-vitaminban, valamint ásványi anyagokban.

Kártevők, betegségeik is nagyjából ugyanazok.

Palántájuk megnevelése egyszerű, 7-12 nap alatt kikelnek a magok. Kis helyen sok palántát meg tudunk nevelni, bár helyre is vethető, de ekkor nagy a kockázata annak, hogy a földibolhák teljesen megsemmisítik a veteményt. Ha már 6-7 levele van, kiültethetjük edzés után, ekkor már nem tud olyan nagy kárt okozni a bolha, ami ellen fahamut is szórhatunk hajnalban a levelekre. Az ültető gödörbe is tehetünk egy keveset. A bolhák ellen az is hatásos, ha a talajt nedvesen tartjuk, vagy mulcsozzuk (takarjuk).

A káposztaféléket bátran társítsuk olyan növényekkel, amik távol tartják kártevőiket, elsősorban a káposztalepét. Ilyen a zeller, a paradicsom. Utóbbi leveleiből, hónaljzaskor lecsípett hajtásaiból készített főzet ki-permetezése is hatásos lehet. A fehérüröm-varádcis vagy a zsálya hajtásaiból készített főzet szintén jó lehet.

• **Káposzta (fejes és lila káposzta)**

A káposztát csak olyan kertbe tervezzük, ahol bőven van hely, mert legszebben akkor tud kifejlődni, ha legalább 50x50 cm-es térállásba tudjuk elültetni a palántákat.

A korai fajták palántája márciusi vetés mellett áprilisban kiültethető végleges helyére. Júliusra kész a korai káposzta. A fejeskáposzta tenyészideje 20 hét, a vetéstől számítva. Áprilistól akár már szabadföldbe is vethetjük a káposztát, de a kártevőkre fokozottan figyeljünk.

A késői káposztát még május-június folyamán elvethetjük, ekkor a palánták június végére lesznek átültethető stádiumban.

A káposzták mellé vagy közé a már említett védőnövények mellett vethetünk koriandert, köményt vagy kamillát, ezek a növények a káposzta ízére vannak jó hatással.

A fejeskáposztát tartósíthatjuk savanyítással vagy sorba lerakhatjuk a pince aljára szórt homokra. Tárolásra a késői fajták alkalmasak.

• **Karalábé**

A karalábé rövid tenyészidejű, vetéstől 8-12 hét múlva szedhető, így a vegetációs időben többször és többfélét érdemes terveznünk. Vannak kifejezetten tárolásra alkalmas, hatalmasra növő fajták, melyeket csak június végén kell vetni és október-november folyamán kell betakarítanunk.

A korai fajtákat márciustól vethetjük folyamatosan szabadföldbe, fóliába még korábban.

A káposztafélék közül a karalábé a legkevésbé tápanyagigényes, viszont a rendszeres öntözést igényli. Öntözzük is, ha zsenge és nem fás karalábét szeretnénk! A hígított csalánleves öntözést is meghálálja.

A kártevők megfékezése miatt termesszük együtt fejes salátával, zellerrel, paradicsommal. A karalábét télire a pincében tárolhatjuk.

• Karfiol

Káposztafélék közül, termesztés szempontjából ez a legkényesebb. A vetéstől kezdve rendkívül oda kell figyelni, hogy sem vízben, sem tápanyagban ne szenvedjen hiányt. Ebben az esetben fejlődik csak ki megfelelően. Vannak korai és kései fajták a karfiol esetében is.

A koraiak vetését melegágyban kezdjük. Már februárban elvethetjük a magokat. Ha későbbi betakarítású karfiolt szeretnénk, akkor azt majd csak május folyamán vessük el, akár szabadföldbe. A kész, erős palántákat a káposztához hasonlóan 50x50 cm-es térállásba ültessük el, az ültető gödörbe tegyünk komposztot, fejlődése folyamán többször locsoljuk. A karfiol rózsát védenünk kell az erős naptól, ezért a külső leveleket azok megsértése nélkül, lazán kössük össze, úgy, hogy a rózsa növekedésének maradjon hely. A korai fajták tenyészideje 16-20 hét. A kései karfiolt majd csak június elején vessük el szabadföldi palántaágyba, majd a kész palántákat végleges helyükre július végén. Érdemes közéjük zellert ültetni.

A fejlődő rózsákat már nem szükséges az összekötött levelekkel takarni. A július eleji vetésből szeptemberben tudunk szüretelni.

• Brokkoli

A karfiolhoz hasonlóan tápanyag- és vízigényes zöldség. Termesztése egyszerűbb, mint a karfiolé. Száraz időben öntözzük és gyomláljunk körülötte. Mint a többi káposztafélé, a zeller védelmét szereti.

A magokat április végén, május elején vessük el szabadföldi palántaágyba. Az erős palántákat 40-50 cm-re palántázzuk.

Betakarítása a vetés idejétől függően júliustól kezdődhet. A növény először a tetején hozza a nagy tö-

Brokkoli ágyás



mött rózsát. Ezt addig vágjuk le, amíg nem kezd sárgulni, színe sötétzöld. Miután levágtuk a tetején lévő rózsát, az oldalhajtásokon is megjelennek a rózsák, igaz, kisebb méretben.

• Retek



Igazi kiskerti fajta a Cherry Belle

közé salátát is vetünk, némileg visszaszoríthatjuk a támadást. A belocsolt, még nedves növényekre szórt fahamu szintén segíthet. Arra azért vigyázzunk, hogy túlságosan ne lúgosítsuk el talajunkat!

Szükség szerint egyeljük a sorokat, hogy megfelelő hely legyen a megvastagodott szár kifejlesztéséhez. A retek a rendszeres, kis adagú öntözést hálálja meg. Ha hirtelen vagy túl sok vizet kap, a lombját fejleszti, később pedig kireped. Ha nagy a szárazság, pudvás lesz, ha vontatott a fejlődése, mert nem kap elegendő vizet, akkor pedig csípős. Szedését akkor kezdhetjük, amikor a megvastagodott szár átmérője 2 cm.

A retek hosszúnappalos növény, ami azt jelenti, hogy a nappalok hosszabodása a magszár fejlődését, a maghozást segíti, így leginkább kora tavasszal vagy nyár végén, ősz elején tudjuk a hónapos retket termesztani. Jelentős a C-vitamin tartalma számottevő, ha szabadföldön termesztjük.

A hónapos retek egyéves növény, mert miután kifejllesztette a sziklevelék alatti gumóját, rövidesen magszára nő, amelyen magokat érlel, majd elpusztul. Tenyészideje a veteményeskert növényei közül a legrövidebb: mindössze 55-60 nap.

Ősszel felásott, tavasszal fella-
zított porhanyós földbe vessük, 0,5-1 cm mélyre, a sorokat 10-15 cm távolságra. A földibolhák jelentős kárt tehetnek már a kibúvó sziklevelekben is. Ha a retek sorok

HÜVELYESEK

• Bab

Két típusa van a bokorbab és a karósbab, ezeken belül pedig számtalan fajta. A hüvely színe alapján lehet zöld vagy sárga, sőt lila is.

A karósbab előnye, hogy kisebb területen sokat terem.

Ha azt akarjuk, hogy hamarabb és biztosabban keljen, ültetés előtti napon áztassuk 6 órára körömvirág-, fokhagyma, vagy kamillateás



Babok és színek

langyos vízbe. Ezek egyfajta öko-csávázó szerek, amit más magoknál is használhatunk. A babszemeket helybe, a fagyoszentek előtt 5 nappal vethetjük (vagyis május 7-10-én). Ha palántát nevelünk, azt május 15-ét követően ültessük ki. A bab 7-14 nap alatt csírázik.

A bokorbabot, ha fészekbe vetjük, 40 cm távolságra, 4-5 cm mélyre vessük, úgy, hogy 5-6 magot dobunk egy-egy fészekbe. Ha sorba vetjük, akkor a sorok közti távolság minimum 30 cm legyen, árkot húzunk 4 cm mélyen, és a magok 5-10 cm-re legyenek egymástól. Mindkét esetben adhatunk neki bőven káposztaleveles-csalános, vagy gyógynövény ázalékos vizet, aztán takarjuk vissza.

A karósbab csavarodó indát nevel, amivel akár 2-3 m magasra is felfut. Nekünk kell támasztékról gondoskodnunk. Kb. 2,5 m hosszú, rugalmas botokra van szükségünk, amiket kör alakban egymástól 60-80 cm-re beleszúrunk a földbe. A tetejüket össze kell drótozni. A karók tövénél (lehetőleg a bezárt területen kívül) vessünk el 6-8 magot 5 cm mélyen, alaposan locsoljuk be gyógynövényes főzettel majd takarjuk be a földdel.

Támasztékot készíthetünk kordonként is. Ebben az esetben sorba kell vetni a magokat, 15 cm távolságban.



Karósbab

Általános vélemény, hogy a babnak nem kell tápanyagpótlás. Ez igaz, de mire ő ad, addigra épp neki késő. Ezért, ha lehet, zöldmulcsozzuk, juttassunk ki levélkorhadékot a talajra. Nem szükséges locsolni, a mulcs a harmatból visszafog anynyt, amennyire szükség van.

A vetéstől 2,5-3 hónap múlva várható az első termés.

A babot soha ne tépjük ki, a föld felett kaszáljuk le. A szalmáját rakjuk a komposztra! A legkiválóbb anyagok egyike.

Fűszernövények közül a csombor és a kapor jó társai, vessük a babbal egy időben, de a csombort palántázzhatjuk is a kikelt bokrok közé.

A bab jól érzi magát a tökfélék és a kukorica közt. Ezzel a karósbabok támrendszerét meg is lehet spórolni, felfut a kukorica szárára. Jó előveteménye a krumplinak, a paradicsomnak, de rossz szomszédok. Szereti a



Ezt nevezik az indiánok a három nővérnek

csombort, a körömvirág, a büdöske közelségét. Vegyes kultúrában vetethetjük az alábbiak szerint: középre kukoricát vetünk, köré babot, majd aköré tököt vagy cukkínit.

Hazánkban is volt ehhez hasonló rendszer: a kukorica közé babot vetettek, a kukoricaföld végébe néhány bokor tököt.

• Borsó

A kora tavaszi veteményes egyik legkorábban elvetésre kerülő tagja. Február legvégén, március elején már vethetjük is! Vetés előtt a borsót egy órát áztassuk kamillateában. Ehhez 2 teáskanál kamillavirágzatot kell leforráznunk vízzel és hagyjuk állni 10-12 órát, majd szűrjük le. A magokat 3 cm mélyre, egymástól 5-7 cm-re vessük, a sorok távolsága 30-45 cm legyen. Kedvező idő esetén 7-10 nap múlva már kezdenek kibújni a magok, amiket, ha szükséges, védjünk a madarak kártételétől. Varjak, galambok előszere-ttel szedik ki az elvetett borsót.



Cukorborsó

A borsót, mivel igen népszerű, érdemes szakaszosan vetni, azaz kb. április közepéig 10-14 naponta vessünk pár sort. Július végén ismét próbálkozhatunk egy rövid tenyészidejű fajtaival, ami őszig beérik.

A borsót sem kell trágyázni, de a mulcsozást meghálálja. A mulcstréteget akkor juttassuk ki, amikor a borsó legalább 15 cm magas. Addig, ha szükséges, kapáljuk meg akár kétszer is. Száraz tavasszal a virágzaskor kijuttatott vizet bő terméssel hálálja meg. Betegség kiskertekben ritkán támadja meg, de néha vörös színű rozsdafoltok megjelenhetnek rajta. Szárazságban a levéltetvek okozhatnak károkat.

A letermett borsót ki kell húzni és a komposztra kell tenni. Palántázhatunk utána bimbós vagy leveleskelt, amik aztán egész télen az ágyásban maradhatnak, vagy rövid tenyészidejű répát, céklát, de az augusztusi epertelepítéshez is kiváló elővetemény.

Egyre ismertebbé válik a lapos hüvelyű, nem szemesedő cukorborsó, melynek a hüvelyét fogyaszthatjuk nyersen, de párolva is nagyon finom. Termesztése megegyezik a borsóéval, több fajta magasra növekvő kordont, támrendszert igényel.

SPENÓT

Nincs kötött helye a vetésforgóban, mert minden növényhez jól társítható. Gyökérvadákai, a szaponinok, serkentőleg hatnak a szomszédok fejlődésére. Termesztése sem nehéz. Tápanyagigénye nem túl nagy, sőt trágyázni közvetlenül előtte nem tanácsos, mert a levelek mennyiségű nitrátot képesek felhalmozni. Ugyanezért kerüljük a borult időben történő szedését is.

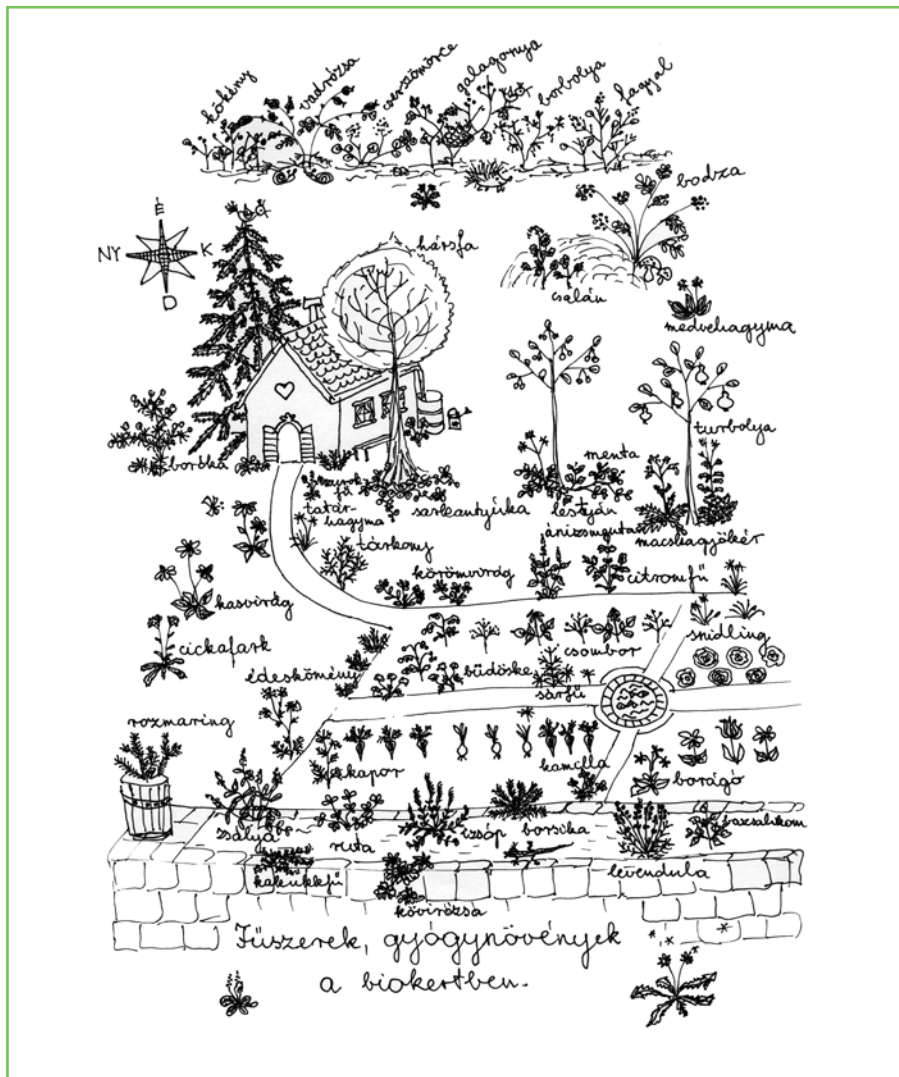
A fagyot takarás nélkül $-7\text{ }^{\circ}\text{C}$ -ig elviseli.

Vetését kora tavaszra vagy augusztus végére, szeptemberre időzítjük, mivel rövid nappalos növény. Május végétől a nappalok hosszabbodása a magszárat fölfelé húzza, főleg ha ez meleggel is társul. Addig azonban folyamatosan szedhető, főleg ha öntözni is tudjuk. A magokat 1 cm mélyre, sorba vessük, 15 cm tőtávra és a sorokat egymástól 30 cm-re. 6-12 nap múlva kikelnek a magok, az első szedést a vetéstől számított 7. héttől időzíthetjük. Ha másodvetésként vetjük, akkor télre is hagyhatjuk az ágyásban, ha vékony rétegben betakarjuk falevelekkel (diólevél és a fenyő nem alkalmas erre a célra).

Czellerné Daróczi Éva

Az ökológiai szemlélettel művelt kertben a gyógynövények nem külön kis ágyásban sorakoznak, hanem betársulnak a különböző élőhelyek közösségeibe! Már a kertet határoló sövényt is kialakíthatjuk a környékről begyűjtött, változatos cserjefajokból. A galagonya, a csipkebogyó, a kőköny, a som, nagyobb kertekben a mogoró is elfér az élősövényben. Nemcsak a kertész tudja innen a lekvárnak, teának valót begyűjtögetni, de a madarak is találnak itt fészkelőhelyet, táplálékot, a sünök éjszakai menedéket, a csigák, hasznos rovarok téli szállást maguknak. Minél többféle növény, állat talál otthonra a kertben, annál gazdagabb életközösségek jönnek létre, és így egy-egy kártevő nem tud túlságosan elszaporodni, szépen egyensúlyban tartják egymást.

Gyógynövények a biokertben



Sziklakertek, száraz, napos élőhelyek gyógynövényei

Nagyon sok termesztett gyógynövényünk mediterrán eredetű, ezeknek a növényeknek a hazájukban megszokotthoz hasonló élőhelyet teremtsünk, hogy otthon érezzék magukat. Környezeti igényüket elárulják vékony, túszerű leveleik, az ezüstös viaszbevonat, ezek mind a szárazságtűrésről árulkodnak. A sziklakert déli, nyugati oldala, ahol a víz soha nem áll meg, a kövek megsokszorozzák a Nap melegét, éppen megfelel nekik! Kőlapos utak mellett, támfalak tövében is szépen díszítenek, hajtásaik jól beérnek, így a téli fagyok sem károsítják őket.

AZ IZSÓP (*HYSSOPUS OFFICINALIS*)

Több ezer éve ismert gyógynövény a Földközi-tenger egész partvidékén. Fűszerezésre a friss leveleket, teának az egész virágzó hajtást fel lehet használni szárítva is. Az izsóp illóolajai között is vannak baktériumölő hatásúak, de hogy miért hatásosabb az egész növény, mint a kivonatok, az akkor derült ki, amikor alaposan megvizsgálták a rajta élő, enyhe penészes bevonatot képező gombát. Kiderült, hogy ez is termel egy különleges, penicillinhez hasonló anyagot, ami szintén erősen antibakteriális hatású! Az izsóp tehát igazán a gombával együtt tud annyira hatásos fertőtlenítőszerként viselkedni, ezért használták vízbe mártva, így mosták le vele az ókorban a tisztátalanná, fertőzésveszélyessé vált tárgyakat.

Az izsóp a zsályával együtt teának forrázva nagyon hatásos mindenféle szájüregi fertőzésre, torokfájásra, és íze még a zsálya keserűségét is tompítja! Mindkét növény gátolja az izzadást, nyáron érdemes kipróbálni a hatást egy langyos fürdővel.

A napos, száraz sziklakertekben elszórt magjairól könnyen szaporodik. A virágok a száron szigorúan a déli oldalra helyezkednek, az egész növény megdől még teljesen nyílt területen is, hogy a virágok szembekerüljenek a Nappal. Ha cserepes palántát vásárolunk, vegyük ezt figyelembe az ültetésnél, ne kelljen neki forgolódni, meggömbülni. Az idős, megnyúlt tö-

veket kora tavasszal vissza lehet vágni, a legalsó alvó rügyekből is kihajt, szépen bokrosodik.

AZ ORVOSI ZSÁLYA (*SALVIA OFFICINALIS*)

Szintén a Mediterráneum szülőtte, de a középkorban már nálunk is kedvelték. A zsálya hajtásai csak száraz, napos helyen tudnak beérni, ezért a fűszernek, teának szánt leveleket kora nyáron szedjük le, a virágzás kezdetén, és utána hagyjuk a töveket megerősödni, csak friss fogyasztásra használjunk egy-egy ágacsկát. Magról könnyen szaporítható, elszóródott magjairól néha magától is kikel, de ha tarka lombú vagy különlegesen szép virágú változatait akarjuk elszaporítani, ezt nyári zölddugványokkal tehetjük meg legcélszerűbben.

Ennek az ideje valamikor a nyári napforduló után van, az új, zömök kis hajtások szinte kínálják magukat a dugványozásra! Sokszor lehet szakított dugványt is készíteni, amikor a féларasznyi kis hajtást csak le kell tépni a kétéves gallyról, a leveleket felére visszavágni, és komposztföldbe bedugdosni. A zsálya, a kakukkfű, a levendula, a rozmaring nyáron fóliatakarás nélkül is szépen meggyökeresedik árnyékos, szélvédett helyen. A gyökeres dugványokat júliusban becserepezzük, ősszel kiültetjük, de ezeket a töveket télire mindenképpen takarni kell, mert hajtásaik még nem fásodtak meg kellően.

A napos helyen élő, szépen beérett hajtásokkal teli bokrok a hótakarót is elviselik, ha mégis elfagyna a lomb, tavasszal rövidre vissza lehet vágni, és gyorsan kilombosodik újra.

A levelekből, zsenge hajtásvégekből forrázott zsályatea kipróbált háziszser foginysorvadás, torokgyulladás, éjszakai izzadás esetén, fertőtlenítő hatása szinte azonnal érezhető, az egész emésztőrendszert támogatja. Fűszerként szinte egész évben frissen szedhetjük a kertből, néhány szép levélke a tepsiben a hús mellé téve vagy összevágva a sült csirke töltelékében rozmaringgal, kakukkfűvel együtt délies ízeket varázsol a tányérba.

A LEVENDULA (LAVANDULA OFFICINALIS)

Szintén mediterrán növény, száraz, napos domboldalak betelepítésére alkalmas. A vékonylevelű, halványlila virágú francia levendula (*Lavandula angustifolia*) illata a legfinomabb. A levendula virága teában, fürdőként is nyugtató hatású, és „moly nem közelít oda ahova ez a fű tétetik”- mondták róla már a középkorban is. Teljes virágzásban vágjuk le a lomb fölött, és csokrokba kötve, függesztve, sötét helyen szárítjuk. A biodinamikusok Vetési naptára által jelzett „virágnapok” különösen alkalmasak a szedésre, a virágok jobban megtartják a színüket, az illatukat is ilyenkor. (Ez persze igaz a többi illóolajos növényre is, sőt, nemcsak a szedés, de a vetés, palántázás, gyomlálás munkáját is jó ezekre a napokra időzíteni).

Nálunk a nyári napforduló nagyon sok gyógynövény begyűjtésének idejére figyelmeztet! A diólevelekből is ilyenkor kell szárítani teának, és persze a cickafark, az orbáncfű, a citromfű, a menták is most a legfinomabbak!

A levendula illata a legtöbb ember számára nagyon vonzó! Érdemes hát az ágy mellett egy kis zsákban lévő levendulavirág-törmeléket elalvás előtt kissé megtapogatni, és máris a júniusi kertbe álmodja magát az ember.

A levendula az Alpok szikláin, szélben, erős napsugárzásban él vadon, és ezt elárulja a vékony, viaszos, ezüstös levélzet, ami alig enged teret a párolgásnak. Tavasszal, amikor hajtani kezdenek, kiderül, melyik tő fagyott vissza, akkor lehet őket megifjítani. A levendula nagyon öreg tövei a fás részekből már nehezen újulnak meg, ezeket meg lehet próbálni feltölteni földdel, egészen a fiatal, még élő hajtásokig, és ha meggyökereznek, ősszel kibontva a földkupacot, levágva új helyre telepíthetők. A kora tavaszi félfás dugványozás azonban egyszerűbb, és többnyire jól is sikerül.

A levendulabokor a rózsák között elriasztja a levéltetveket. Már a rózságyás megtervezésénél gondoljunk rá, hogy a levenduláknak is legyen helyük a tövek között, egymástól elég akár egy méter távolságra ültetni őket.

NAGYTERMETŰ HIBRID LEVENDULÁK (LAVANDULA HYBRIDA)

Júliustól folyamatosan hozzák a virágot. Ha nem a szárított virág gyors begyűjtése a cél, és hely is van bőven, érdemes ezekből is ültetni a kertbe, különösen a többször, vagy többé-kevésbé folyamatosan virágzó típusokból. Az illatuk nem olyan finom, de néha még erősebb is. Mivel csiraképes magjuk nincs, kora tavaszi félfás dugványozással szaporíthatók.

A ROZMARING (ROSMARINUS OFFICINALIS)

Ami a levendula a léleknek, az a rozmaring a szellemnek, vagyis az esti levendulafürdő szép nyugodt álmokat hoz, a rozmaring azonban nem hagy elszunnyadni, gondolkodásra, emlékezésre késztet. Milyen finom különbség van a két, virág nélkül egyébként könnyen összetéveszthető növény hatásában!

A rozmaring egész Európában elterjedt, de nálunk megbízhatóan csak cserépben nevelve, fagymentes helyen teleltetve lehet nevelni. Vannak télállóknak mondott fajták, ezek némi takarással akár tíz évig is élnek egy védett, napsarokban, aztán jön egy olyan erős tél, hogy az egész országban kifagynak. Világos, fűtetlen helyen kevés öntözéssel átvészeli a telet, és tavasszal ki lehet ültetni újra. Mivel a levele kiváló fűszer, jó ha egész évben frissen kéznél van. Dugványozással kora tavasszal vagy nyár elején könnyen szaporítható. Ahol a rozmaring hatalmas bokorra nőtt, akár nyársnak is használják a leveles ágacskáit, ráhúzzák a sütnivalókat sorban, úgy rakják a grillrácsra. A húсок pácolására használt rozmaring antibiotikus hatású illóolajaival megakadályozza a bomlási folyamatokat, a sütés során pedig közömbösíti az égett zsiradékából esetleg felszabaduló káros vegyületek hatását. Sült húсок, paradicsomos ételek, fokhagymaleves fűszere is.

Dugványozással kora tavasszal vagy nyár elején könnyen szaporítható, ha ilyenkor visszacsipjük a dugványok végét, összegyűjtjük, megszárazítjuk a friss hajtásvégeket, ebből lesz a legfinomabb fűszer, biztosan nem maradnak benne fás részek!

ÉVELŐ BORSIKAFŰ (SATUREJA MONTANA)

Már a neve is sokat elmond a hasznáról. A magyar név utal az ízére, hiszen borspótlóként használjuk. Hasonlóan az egynyári, kerti borsikához, ez is a bab, a káposzta fűszere, puffadásgátló, emésztésjavító, így nem véletlenül őrizték meg a hagyományos receptek a nehezen emészthető ételekhez kötve.

Júliusban kezd virágozni, ilyenkor a méhektől megközelíteni sem lehet, csak estefelé. Nem kell sokat szárítani belőle, hiszen szinte egész éven át szedhető, és egy ágacska elég belőle az ételbe a főzés vége felé. Magvetéssel könnyen szaporítható, de a sziklakertben szórja is a magot, kikel a legkisebb résben is, és ha jó helyet talál, kerek kis bokorra fejlődik pár év alatt.

A melegigényes, félig-meddig örökzöld fűszercserjékre általában érvényes, hogy augusztus elejétől már nem szabad erősen visszavágni őket, mert ha az új hajtások nem tudnak megfásodni, erős, nedves télen könnyen kifagy a növény. Ugyanez történik, ha árnyékba kerülnek, vékony, csenevész hajtásaik biztosan nem élik túl a hideget.

Az évelő borsikafű legjobb helye a napos sziklakertben van



A KERTI KAKUKKFŰ (*THYMUS VULGARIS*)

Aki meszes domboldalak napos lejtőin, déli fekvésben birtokol néhány négyszögöl kiskertetet, akár a közeli sziklás lejtőkről is betelepítheti az éppen ott honos mezei kakukkfüvet, de a dél-európai illetőségű, erősen aromás, csinos kis bokorra fejlődő kerti kakukkfüvet napos sziklakertbe, erkélyládába bármelyik kertben elültethetjük. Nagy előnye a nálunk élő vad fajokkal szemben, hogy a száruk felállók, így a levelek, virágok tisztán szüretelhetők. Igaz, emiatt a hajtások nem gyökereznek le, töosztással nehezen szaporíthatók, némelyik kerti fajta magot se hoz, de a dugványozás megbízhatóan működik.



Kakukkfű a kertben

Fehér virágai májusban nyílnak, és napos, meleg időben, kora délután ilyenkor aratjuk le a szárításra szánt téli szükségletet magunknak. Nem is kell metszőolló hozzá, hiszen csak a virágos, leveles zsenge hajtáscúcsokat vágjuk le, és hagyunk a fás részek fölött bőven annyi lombot, hogy a növény tovább tudjon növekedni, lélegezni. Vékony rétegben szétterítve, árnyékos helyen, akár az asztalon vagy a szekrény tetején hamar zörgősre szárad, és papírzsákba, vászonzacskóba gyűjtve kész a téli napokra a gyógytea. A zacskó alján hamarosan ott találjuk leperegve a legfinomabb virág- és levéltörmelékét, fűszerezésre ezt használjuk, teának a fásabb részek is megteszik. Friss fűszernek egész nyáron szedhetjük a kertből a leveles hajtásokat, de ősszel már kíméljük a növényeket, hogy a bokor ép levélzettel tudjon felkészülni a télre!

A kakukkfű teája emésztésjavító, fertőtlenítő, segít a megfázás, nátha leküzdésében, fürdőként is használják, hogy a hatóanyagok a tüdőn, a bőrön át minél gyorsabban felszívódjanak. Az illóolajok fertőtlenítő hatása miatt tovább eltartható a kakukkfűvel, rozmaringgal, szurokfűvel bőven meghintett húsétel, és emellett könnyebben is emészthető!

A SZUOKFŰ (ORIGANUM VULGARE)

Nálunk is honos üde réteken, erdőszéleken, de a legtöbb ember még ma is az olasz pizza oreganojaként ismeri és keresi. Lilásrózsaszín virága, levele a fűszer. Magról könnyen elszaporodik, igénytelen, ha öntözzük vagy kissé félárnyékos helyre kerül, levelei nagyobbak, üdébbek lesznek, ezek friss fogyasztásra talán jobbak, de a teának valót a napsütötte bokrokról szedjük!

Szívesen társul más növényekkel, füvekkel, élő vadvirágokkal, ezért a sziklakertben is kissé nyirkosabb, üdébb talajú zugot keressünk neki. Aztán később már a magoncok tetszés szerint bukkannak fel, ahol ők jó-nak látják... A hosszabb szárral szedett növényeket lehet csokorba kötve, felfüggesztve szárítani.

A veteményeskert védőnövényei

A gyógynövények a veteményeskertben is jó szolgálatot tehetnek! Erős illatuk elriasztja a kártevőket, megzavarja a tájékozódásukat, így védik a zöldségféléket. A levendula, a zsálya, a ruta, az izsóp, a cipruska akár alacsony sövényként állandóan keretezheti a veteményest, középkori mintára, de sok egynyári fűszernövény társnövényként, köztesként vehető évente újra. Az egynyári csombor, a kapor, a borágó, a büdöske mind hasznos szomszédnövény!

A veteményest élő fűszercserjék keretezik



A BAZSALIKOM (OCIMUM BASILICUM)

A veteményesben a paprika, a paradicsom sorában nevelik, elüzi a kártevőket, csalogatja a hasznos rovarokat, és jobb ízű lesz mellette a termés. Még a fólia alá is érdemes vegyesen ültetni őket! Mivel se a legyek, se a szúnyogok nem állhatják az illatát, az ablakban, a balkonon is célszerű belőle nevelgetni!

Nagyon melegigényes, májusban lehet csak kiültetni a szabadba, még az öntözővízben is a langyosat kedveli. A vetésre szabadföldön csak áprilisban kerülhet sor, úgy Szent György nap táján, ezért érdemes belőle palántát nevelni. A magvakat nem is kell takarni, csak kissé benyomkodni a földbe lapított tenyérrel, hiszen fényen csíráznak, pár nap alatt már látható az apró növénykék két sziklevele.

Ha elég meleg van, nagyon gyorsan fejlődik, hűvös nyarakon azonban az ablakban, cserépben sokszor jobban érzi magát, mint a szabadföldben. Ha rendszeresen a hajtáscsúcsokat csipkedjük le a paradicsomsaláta fűszerezéséhez, nem jut eszébe virágozni, hanem folyamatosan új, friss hajtásokat nevel. Ősszel az első fagy elviszi, érdemes októberben néhány tövet becserepezni, és a világos ablakban szobanövényként még kárácsonyig tovább nevelni.

A KÖRÖMVIRÁG (CALENDULA OFFICINALIS)

Legértékesebb hatóanyagai a narancssárga virágszirmokban vannak, ezeket gyűjtjük, szárítjuk teának, de nyersen is ehetők a vajaskenyérre szórva. Ez azért is jó társítás, mert a szirmokban lévő karotin zsírban oldódó vitaminja így jobban hasznosul. A szárított virágszirmok fűszerkeverékekben is jól mutatnak. Kenőcs készítésére a teljes föld feletti részt felhasználhatjuk, már szedés közben is érezhetően ragad az olajtól az egész növény. Minél sötétebb árnyalatú a virág, annál erősebb a gyógyhatása. A veteményesben a szomszédait sok kártevőtől megvédi, ezért itt is hagyjunk meg belőle pár tövet, különösen a paradicsom sorában. Ha túl nagyra nőtt vagy tetvesedik, vissza kell vágni tíz centire a föld fölött, egy hónap múlva újra virágzik.



A snidling a virágoskertnek is díszje lehet

A METÉLŐHAGYMA (ALLIUM SCHOENOPHRASUM)

Jó szolgálatot tesz a veteményes szélén! Nem véletlenül lakik éppen ott, illatanyagai megzavarják a sárgarépalégy tájékozódását, így a répa se lesz férges a közelében. A metélőhagymát könnyű hajtatni is, cserépben, a konyhaablakban, de az igazi gyógyerő, a legfinomabb zamat a kertből frissen szedett nö-

vény sajátja. Nyersen szórjuk az ételbe. De nem úgy vágjuk, mint a fűvet, fölülről tarolva! Mindig csak pár szálat, egészen alacsonyan, így folyamatosan újra hajt, és mire végigérünk a bokron, az eleje megint vágható.

Ha hajtatni szeretnénk, a magvetés után legalább egy évet várni kell, mire megerősödnek a tövek. Ősszel ássuk ki, cserepezzük be, és hagyjuk átfagyni az egész földlabdát. Januárban már be lehet belőle vinni, addigra átesik a téli nyugalmi időszakon a fagy hatására. A májusi virágzást kár kihagyni, különösen, ha magot is szeretnénk fogni a tövekről, de amikor a rózsaszín virágfejek kibomlanak, már elveszik a levél friss íze.

A TATÁRHAGYMA (ALLIUM TATARICUM)

Rokon növény, nagyon hasonló az életformájuk, természetük, de en-



A tatárhagyma szeptemberben csalogatja a méheket

nek a friss levelei fokhagymaízűek. A levél tavasszal a legfinomabb, nyáron pedig a virágbimbót, a virágkocsányt apríthatjuk a körözöttbe, a zöldséglevések tetejére. A virága fehér, nyár végén nyílik, a terméságazat pedig szárazvirágként használható. A tatárhagyma

levelei apos keresztmetszetűek, a snidling hengeres, erről is meg lehet őket ismerni. Nemcsak a veteményesben, de az élő virágok között, a díszkertben is helye van! A méhek is nagyon hálásak a szeptemberi virágzásért.

A BÁRSONYVIRÁG, BÜDÖSKE (TAGETES SP.)

Amerikából származik, nem ehető ugyan, de a kert számára gyógyhatású, ezért a veteményes szélében, a paradicsom sorában, a káposztafélék közé érdemes vetni belőle minden évben. Különösen a gyökérpusztító fonalféreg ellen hasznos. Virága becsalogatja a kertbe, a fólia alá a zengőlegyeket és más hasznos rovarokat. A szulák, a tarackbúza terjedését is akadályozza, ez összefügg csírázásgátló hatásával. Kis termetű fajtáit bárhová vethetjük, de a magasra növő, hatalmas virágú *Tagetes erecta* már árnyékolni is képes a szomszédokat, ezt a lugasparadicsomok mellé ültessük! Nyár vége felé kezd igazán magára találni, virágozni, talán trópusi növény létére ilyenkor a rövidülő nappalok hívják elő benne a szaporodási hajlamot. Nagyon szép, tartós vágott virág, élénk narancssárga, citromsárga színei a bánatosra hajló őszi kertben üdítően hatnak.

Büdöske a kelbimbók mellett



Félárnyékos, párás helyet igénylő gyógynövények

A TÁRKONY (ARTEMISIA DRACUNCULUS)

Elsősorban Erdélyben gyakran használt fűszernövény. Több változata is van, az ánizsos mellékízű, csípős francia tárkony a legfinomabb. Nyersen elrágcsálva a levelet, a nyelvet szinte elzsibbasztja. Ez a képessége nagyon jó szolgálatot tett régen, a kapszulák feltalálása előtt, amikor keserű orvosságot kényszerült valaki bevenni! A francia tárkony nem hoz csíráképes magot, a vetőmagboltban kapható tárkonymagból orosz tárkony kel majd ki, aminek az aromája jóval gyengébb, ezért kár is vele vesződni! Így a „valódi” tárkonyt csak a régi, nagy tövekről leválasztott tősarjakkal lehet szaporítani.

Félárnyékos, nyirkos helyen fejlődik a legszebben, hosszú évekig megél a helyén, nem fagyérzékeny, kártevője nincs, igazi házikerti fűszernövény. Aromáját a szárítás során szinte teljesen elveszti, ezért ecetben tanácsos tartósítani. Nyár közepén érdemes a virágzás előtt visszavágni, amikor a legszebb a lombja, és a leveles hajtásokkal bőven megrakni az üveget, ecettel felönteni, ez később átveszi és megőrzi az aromákat. Pár hét alatt új, friss hajtások fejlődnek, ezekről szedhetünk az őszi fagyokig a krump-lileveshez, zöldbabhoz.

A LESTYÁN (LEVISTICUM OFFICINALE)

Mediterrán tengerpartokról származik, páraigényét öntözéssel és némi árnyékolással biztosíthatjuk. Legjobb neki, ha a fák között a déli tűző naptól védve, de nem mély árnyékban élhet, laza, tápdús talajban. Hosszú életű évelő, májusban hatalmas üde tőleveleit használjuk, és ilyenkor érdemes szárítani is belőle, ezt később lemorzsolva egész télen szórhatjuk a zöldséglevesekbe. (A húslevesbe marad a vaskos levélnyel, az íze belefő a levesbe, aztán úgyis leszűrjük, de nagyon kevés elég belőle!) Nyáron alig marad rajta levél, annyira a virágzásra figyel, ha elég vízhez jut, két méter magasra is megnő! Ha a három-négy éves töveket ősszel kiássuk, a hosszú, húsos gyökerek egy részét levágjuk, meghámozzuk, feldaraboljuk,

szárítjuk, a húslevesben „Maggi kocka” helyett használható. A kiásott tövek maradékát vissza lehet ültetni, de néha még a bennszakadt gyökérmaradványokról is kihajt tavasszal. Magját is használják fűszersókban, tengerparti növény létére nagyon sokféle sót vesz fel a talajból, ez a magokban, a levélben, a gyökérben is érezhető, a konyhasót pótolja, helyettesíti valamennyire. Ez magyarázza vízajtó, emésztésserkentő hatását is.



A lestyán virágai akár két méteresre is megnőnek

Áprilisban, szabadföldi magvetéssel könnyen szaporítható, ősszel már állandó helyére ültethető. Télen teljesen lefagy a lombja, tavasszal a csupasz föld alól bújik elő, és olyankor rohamosan növekszik!

A BORSMENTA (MENTHA PIPERITA)

Ízletes fajtái Angliából kerültek hozzánk. Rengeteg változata van, ezek magról vetve sokszor elvesztik kiváló aromájukat, ezért a föld alatt terjedő tarackjaival kell tavasszal vagy októberben szaporítani. A nyári zölddugványozás is eredményes, ha gyorsan és sok utódot szeretnénk. Árnyékos, nedves helyet kíván. A virágzás előtt vágjuk le tövig az egész növényt, ebből készülhet a szárítmány, és így a magszórást is megakadályozzuk. Az új hajtásokról a forró nyárban szüretelhetjük folyamatosan üde zöld leveleit, salátához, gyümölcsleveshez.

A borsmenta hűsítő, üdítő hatását nyáron keressük, élvezzük igazán, ezért fel se tűnik, hogy csak április végén óvatoskodik elő a földből. Akár a medvehagymával is megosztoznak a helyen, hiszen egymást nem zavarják, mire a menta aratásának ideje eljön, a medvehagyma már rég a föld alatt van, talán nem is bánja, hogy még a menta is árnyékolja.

A CITROMFŰ (MELISSA OFFICINALIS)

Nem honos nálunk, de elvadultan megtalálható meleg Dunántúli erdőkben. Nálunk a középkori kolostorok szerzetesei terjesztették el, és a Vértesben, a Bakonyban sokfelé őrzik az erdőben kisebb citromfűtelepek a rég összedőlt várak, kolostorkertek emlékét! Méhfűnek is nevezik, a latin név is erre utal, mivel a méhészek hajtásaival kengették meg a kásokat, hogy becsalogassák a méheket. A szúnyogokat viszont elriasztja, ha a leveles hajtással bedörzsöljük a bőrünket, egy fél órára védelmet nyújt ellenük. Ennyi idő éppen elég is az esti öntözésre... Levelei bőségesen tartalmazzák a nyugtató hatású illatos olajat, egyike a kevés gyógyteának, amit akár mindennap fogyaszthatunk.

A citromfű évelő, és ha egyszer megtelepszik a kertben, hamar elterjed, de a csírázása kiszámíthatatlan, érdemes inkább tavasszal egy nagy tövet vásárolni vagy kérni az ismerősöktől, és ezt elültetni félárnyékos helyre. Évente akár háromszor is le lehet vágni. A föld alatt vagy közvetlenül a földfelszínen lévő rügyekkel telelő növények, mint a menta, a tárkony, a citromfű, a szurokfű is, nem olyan érzékenyek a visszavágásra, mint a többé-kevésbé örökzöld félcserjék. Télen a fiatal tövek meghálálják a lombtakarót, később már nem érzékenyek a fagyra.

Hogy milyen gyógynövényeket telepítünk meg a kertben, az elsősorban ízlés dolga, attól függ, mit fogyasztunk rendszeresen, mit használunk a konyhában szívesen. De a növények ültetésénél már fontos figyelembe venni az ő igényeiket is! A jól megválasztott élőhelyeken aztán nemcsak a kertész, de az egész életközösség számára gyógyító, kiegyensúlyozó erőt hozunk be velük a biokertbe!

Lechner Judit

Egy sikeres példa

Ware Borbála és Peter családi gazdasága Sátormapusztán, Hegyesd külterületén található, a Balatonfelvidéki Nemzeti Parkban. Összesen 30 hektáron biogazdálkodnak, szürke szarvasmarhákat tartanak a legelőkön, a szántóföldön pedig elsősorban az állatok téli takarmányát termelik meg, tarka koronafürtöt, baltacimet és lucernát.



A magyar szürke szarvasmarha alkalmas arra, hogy tökéletesen hasznosítsa a gyenge minőségű talajokon termelt fűfélésegeket. Termelik a „boldog húst”, az állatok ridegtartásban naphosszat legelnek, amikor szomszjasak isznak, ha melegük van, a fák árnyékában hűsölnek. Átlagosan tehenenként évi egy a szaporulat. Minden korosztály egy csordában él.



A téli tüzelőt saját erőből biztosítják. A család és vendégei ellátására a veteményeskertben biozöltséget termelnek. Egy fiatal gyümölcsös is van a ház mellett, valamint gyógynövénytermesztés, gyűjtés és szárítás is folyik, elsősorban saját és a vendégek ellátására. A gazdaságban termelt felesleg értékesítésre

kerül. 16 éve folyamatosan próbálnak javítani a biogazdaságon, kerítéseket, istállókat, gazdasági épületeket építenek és az elhanyagolt földeket visszahozzák a termelésbe.

Tizenkét év alatt sikerült olyan családi biogazdaságot létrehozniuk, ahol már nincs romos épület, szakaszosan legeltetik a szarvasmarhákat vilanypásztorral bekerített területeken. Minden legelőn van saját fűrt kútjukból itatóvíz, valamint hűsölő, delelő hely az állatok számára. Lassanként már az erdőszájjukban is lehet sétálni, nem átláthatatlan gyomtenger a fák alja.

Mutatják, tanítják a tájgazdálkodást, ahogyan ők azt meg tudták valósítani. Családokat fogadnak, akik szívesen kirándulnak a tájban, gyógynövénytúrákat tartanak, sajtkészítő és ólomüvegekészítő tanfolyamokat szerveznek, biogazdálkodást népszerűsítő rendezvényeknek is otthont adnak.

Szalay-Zala Andrea

Tartalomjegyzék

A falusi turizmus szerepe a vidék életében	1
Mi a falusi turizmus, mit nevezhetünk falusi szálláshelynek és vendégszobának?	3
Védjegyhasználat, Nemzeti Tanúsító Védjegyrendszer	4
Szakosodási lehetőségek	5
Az ökológiai gazdálkodás jogszabályi keretei és alapelvei	9
Jogszabályi keretek	9
Érvényben lévő Európai Unió, valamint hazai jogszabályok	9
Hogyan lehet elkezdni az ökológiai gazdálkodást?	10
Az ökológia gazdálkodás alapevei	11
Talajvédelem, tápanyag utánpótlás, komposztálás	16
Termőhelyhez illő fajok, fajták, tájfajták.....	20
Házi szerek, biogazdálkodáshoz engedélyezett növényvédő szerek	21
Biozöldségek termesztése	23
A vetésforgó kialakítása	23
BURONYAFÉLÉK: burgonya, paprika, paradicsom, padlizsán	29
TÖKFELEK: cukkini, uborka, spárgatök, sütőtök.....	39
GYÖKÉRZÖLDSÉGEK: Sárgarépa, petrezselyem, zeller, pasztinák cékla.....	43

SALÁTAFÉLÉK: fejessaláta, tépő- és tölgylevelű saláták	48
HAGYMAFÉLÉK: vöröshagyma, lilahagyma, sonkahagyma, fokhagyma, póréhagyma.....	52
KÁPOSZTAFÉLÉK: fejes káposzta, lila káposzta, karalábé, karfiol, brokkoli, retek.....	55
HÜVELYESEK: bab, borsó	59
Spenót	62
Gyógynövények a biokertben.....	63
Sziklakertek, száraz, napos élőhelyek gyógynövényei.....	64
A veteményeskert védőnövényei.....	70
Félárnyékos, párás helyet igénylő gyógynövények.....	74
Egy sikeres példa.....	77

A Magyar Biokultúra Szövetség a hazai ökológiai gazdálkodás szervezeteit összefogó társadalmi szervezet.

A biogazdálkodók mozgalma Magyarországon a nyolcvanas évek elején indult. Mérföldkő volt történetében, hogy 1983-ban megalakult a Biokultúra Klub, 1987-ben pedig a Biokultúra Egyesület. Az Egyesület regionális szervezetei idővel önálló egyesületekké alakultak. Ezekhez csatlakoztak hasonló szakmai egyesületek és hozták létre 2005-ben a Biokultúra Egyesület jogutódját, a jelenleg országos ernyőszervezetként működő Magyar Biokultúra Szövetséget.

A SZÖVETSÉG ALAPSZABÁLYBAN MEGFOGALMAZOTT CÉLJA:

az ember és természeti környezete harmonikus kapcsolatának fejlesztése, ezen belül pedig elsősorban az ökológiai gazdálkodás és termékfeldolgozás elterjesztése és az ökotermékek fogyasztásának népszerűsítése.

Ennek jegyében az alábbi tevékenységeket végzi:

- Létrehozta az ökológiai gazdálkodást ellenőrző-tanúsító szervezetét, a Biokontroll Hungáriai Nonprofit Kft.-t, mely a hazai ökológiai terület 95%-át ellenőrzi.
- Budapesten működtetjük az ország legnagyobb ellenőrzött Ökopiacát, ahol hétről hétre mintegy 100 árus (biogazda és néhány kereskedő) érkezik az ország egész területéről és kínálja ellenőrzött biotermékeit. Piacunkat rendszeresen ellenőrzi a Biokontroll Hungária Nonprofit Kft. Évenként pár alkalommal, ünnepnapokhoz kapcsolódóan színpadi műsorokkal, foglalkozásokkal, előadásokkal is várjuk a látogatókat.
- Rendezvényeket szervez:

1992 óta minden év tavaszán az ország más-más pontján tartjuk a Biokultúra Találkozót, ahol a szakmai előadások mellett a kapcsolatépítésre és annak ápolására nyílik lehetőség. Az Év Biogazdája és az Év Biogazdasága díjak átadására is e rendezvény keretein belül kerül sor.

A nyári Országos Bionap elsősorban a nagyközönségnek szól, elősegíti a termelők és a fogyasztók közötti kapcsolatfelvételt. A rendezvény keretein belül az ország különböző ellenőrzött biogazdaságai és feldolgozói nyitják meg kapuikat, ahol az érdeklődők betekinhetnek a biogazdálkodás gyakorlatába. Mindemellett kulturális- és gyerekprogramokon is részt vehetnek a látogatók.

Őszi szakmai rendezvény – mely 1985-ben indult útjára – a Biokultúra Tudományos Nap, amelyre elsősorban szakmai látogatókat várunk neves és elismert előadók előadásaival. A konferencia mellett biotermék-kiállítás és -vásár várja a látogatókat. A szakmai zsűri, valamint a közönségszavazatok alapján kerül odaítélésre az Év Bioterméke díj, mely a feldolgozott ökotermékek megmérettetése. Kétévenként szintén itt kerülnek átadásra a Pro Biokultúra díjak, amellyel azok tevékenységét szeretnénk elismerni, akik sokat tettek az ökológiai gazdálkodás fejlődéséért, terjesztéséért.

Rendezvényeinkről részletesebben: www.biorendezvenyek.hu

- Honlapot tart fenn, amely nemcsak az aktuális hírekre, programokra, támogatási lehetőségekre hívja fel a figyelmet, hanem adatbázisokkal, katalógusokkal, videókkal is rendelkezésre állnak.
- Elektronikus Hírlevelet juttat el minden hónapban az egyesületek tagságához, amit minden negyedév elején kiskertés és életmód melléklettel bővít, Évszakok címmel.
- Szakkönyvtárat tart fenn, ahol közel ezer magyar és idegen nyelvű szakkönyv és folyóirat között segítünk eligazodni. Segítséget nyújtunk a szakdolgozatot és disszertációt készítőknél is.
- Szeptembertől júniusig minden hónap második keddjén 17 órai kezdettel Központi Klubot szervez a Biokultúra Közép-magyarországi Egyesülettel együttműködve, ahol előadások hangzanak el a biogazdálkodás, a környezetvédelem és az egészségvédelem témakörében. Helyszíne a budapesti Országos Mezőgazdasági Könyvtár és Dokumentációs Központ.
- A közösségi oldalakon (IWIW, Facebook, Twitter) kapcsolatot tartunk civil szervezetekkel, magánszemélyekkel, propagáljuk tevékenységünket.
- 1983-tól jelenik meg a Biokultúra újság, amely szakmai cikkeivel segítséget nyújt az ökogazdáknak. 2007-es megújulása óta kéthavonta a Biokontroll Hungária Nonprofit Kft. kiadásában jelenik meg. Régebbi számok katalogizálva állnak rendelkezésre, és áttekinthetőek honlapunkon is.
- Belföldi és külföldi szakmai fórumokon, rendezvényeken, kiállításokon propagálja az ökológiai gazdálkodást (BioFach, OMÉK).
- Védjegyet tartunk fenn, pályázatokat készítünk, kiadványokat hozunk létre az ökogazdálkodás terjesztése és népszerűsítése érdekében.

Magyar Biokultúra Szövetség 1061 Budapest, Anker köz 2-4. III. emelet 4.

☎ 1/214-7005, 214-7006 | biokultura@biokultura.org | www.biokultura.org