

ZELINAŘÍME EKOLOGICKY

Fenykl sladký – Neboli hlíznatý či cibulový je vynikající salátovou zeleninou, ale hodí se i k vaření a má blahodárný účinek na zažívací ústrojí. Možná, že pro mnohé z nás je ještě poněkud exotickou zeleninou, přestože se v našich krajích už úspěšně zabydlel a najdeme ho běžně v prodejní síti. Pokud nám na zeleninové zahrádce zbylo trochu místa, vyplatí se věnovat ho fenýklu. Právě první polovina července je vhodnou dobou pro jeho výsev.

Semena sejeme přímo na záhon ve sponu 40x25 cm a zatlačíme je vždy alespoň po dvou do hloubky 2 cm. Záhon musíme řádně zalévat a hned po vzejití rostlinek je třeba vytrhat slabé exempláře. Záhon můžeme přihnojovat v několika dávkách, poprvé již 14 dní po vzejití. Pozor fenykl již nepřesazujeme, mohli bychom rostlinu poškodit, a ta by se již neujala.

Fenyklová zelenina od Emmi Erni

4 menší hlízy fenyklu

20 g másla

20 ml bílého vína

1/2 dl vody, trochu soli a mletého pepře

1–2x na špičku nože galgantů a bertrámu

2–3 snůtka mateřídoušky nebo

1 hrst lístků meduňky

100–150 g smetany

Hlízy fenyklu rozčtvrtit, výhonky dát stranou. Je-li hlíza tvrdá, vyndat z ní klínovitý tvrdý kus. Na pánvi nechat rozpustit máslo a kousky fenyklu v něm podusit až jemně zezlátnou. Přehasit bílým vínem a přidat vodu. Zdrhnout lístky mateřídoušky a přidat k fenyklu. Meduňku však dáváme až nakonec. Ubrat na teplotě a nechat jemně vařit 20 minut. Možná trochu dolévat vodou. Ochutit solí a kořením. Navrch nalít smetanu a ozdobit fenyklovými výhonky. Pokrm lze také přesypat sýrem a zapéci. Fenyklem lze plnit i břicha ryb vařených vcelku. Jemné plátky fenyklu zjemní jakýkoliv listový salát a zrnka fenyklu dají vařeným bramborám dobré aroma.

Fenyklové carpatio

Předpis p. Pia Gribi, dietní kuchařky, Švýcarsko

Pro 4 osoby potřebujeme:

400 g fenyklu

po třech pol. lžicích citrónovou šťávu

a řepkový olej

po 1 pol. lž. lisovaný česnek a bílý vinný ocet

1/2 čajové lžičky soli

1–2x na špičku nože kubenový pepř,

bertrám, práškovou šalvěj

3 polévkové lžice parmazánu

1/4 svazku petržele a bazalky

Fenykl omýt, nakrájet na tenké plátky, se 2 polévkovými lžicemi vody dusit v teflonové pánvi přikryté, asi 10–12 minut.

Zbývající ingredience smíchat a přelit přes dušený fenykl. Na talíři pěkně upravit a přesypat sýrem. Petrželku jemně nasekat a jí fenykl posypat, až úplně nahoru přijdou jednotlivé lístky bazalky.

Překlad z němčiny W. Gregorová



Fenykl hlíznatý

BIOZAHRADA V ČERVNU

Počasí v květnu nám velmi přálo (až na to sucho) a tak jsme měli možnost vše potřebné vysadit a vysít, abychom si mohli v červnu konečně vydechnout a potvrdit tak, že je červen pro zahradníky malým odpočinkovým měsícem. A to proto, že již pominul jarní nával práce, připravujeme se na letní vedra a přemýšlíme co ještě zaset pro podzimní sklizeň.

V žádném případě však nesedíme se založenýma rukama. Věnujeme se závlaze, pletí, okopávání, kypření, případně jednocení a jiné práce. Sledujeme, jak nám rostliny rostou, zda nejsou napadány škůdci a podle toho přijímáme účinná bio opatření.

Začínáme sklízet první ovoce: jahody, třešně, rybíz...

Ve sklenících a fóliovnících vyvazujeme rajčata a okurky a paprice utvoříme účinnou opo-

ru. U rajčat vylamujeme boční výhonky. Ke konci měsíce můžeme sklízet první plody.

Ve volné půdě můžeme sklízet a opět postupně vysévat, případně vysazovat vhodné odrůdy zeleniny: ředkvičky, ředkve, salát, hrášek, kedlubny, mrkev, pórek, řepu salátovou, vodnici, špenát, endivie, čekanka salátová (hlávková), kopr, ale také zelí, květák, brokolici a kapustu.

Dále pro podzimní sklizeň vyséváme čínské a pekinské zelí, květák, zelí, fenykl, kadeřávek, kapustu růžičkovou, kukuřici cukrovou aj.

Tento měsíc je také významný pro sběr a sušení bylinek.

Dle potřeby a možností používáme hnojivé, podpůrné a léčivé postřiky a zálivky z výluhů, či zákvasů kopřivy, kostivalu, heřmánku, přesličky, cibule... (souhrnný přehled můžete najít v knize Česká biozahrada).

Jiří POSPÍŠILÍK

ČÍM HNOJÍ EKOLOGICKÝ ZAHŘÁDKÁŘ

Jednoduchá odpověď je ta, že nepoužívá průmyslová hnojiva.

Proč? Protože to není ekologické – při jejich výrobě se spotřebovávají neobnovitelná fosilní paliva. Při jejich aplikaci se kvalita půdy nezlepšuje a rostliny se oslabují, rosotu rychleji, jejich pletiva jsou řídká a mohou být snadněji napadena škůdci a chorobami. V rostlinách zůstávají potom jejich chemická rezidua.

Hnojíme půdu, nikoli rostliny

Dobré úrody by se však také ekologický zahrádkář rád dočkal. Hnojit, znamená v ekozahrádce půdu oživovat a obohacovat o humus. Půdu tedy hnojíme zásadně ústrojnými, tj. organickými hnojivy. Můžeme hnojit tzv. celoplošným nastýláním biologickým materiálem, ale jednoznačně je výhodnější použít kvalitní kompost.

Kompost je zdrojem nejen vlastních živin, ale také celkového oživení a úrodnosti půdy. Navíc je kompost výborným zhodnocením nejrozličnějších organických odpadů. Abychom se vyhnuli zavlečení chorob nebo těžkých kovů, měli bychom kompostovat především materiál z vlastní zahrady. Opatrně přidáváme do kompostu hnůj a cizímu listí se raději zcela vyhneme.

Ani kompostem, ani hnojem bychom neměli přehnojovat. Použijeme raději kompostu málo, ale kvalitní. K přihnojení v období jara můžeme použít k hnojivé zálivce také výluh z koprů (je to dobré i pro pokojové květiny – dodá dusík) a kostivalu nebo jiných bylin (viz Bio 7, 8, 9/2005). Kompost můžeme na zahrádce použít kdykoliv, bez obavy z reakce zeleniny na přehnojení.

Proč nehnojit čerstvým hnojem?

Při zarytí čerstvého hnoje dochází snadno k vyplavení živin, rostliny jsou pak méně odolné škůdcům (má to ten samý efekt, jako hnojení průmyslovými hnojivy) a nedochází k vytvoření trvalého humusu.

Do letošní soutěže Miss kompost již asi svůj nově založený kompost nepřihlásíte, ale příští rok byste mohli mít šanci obhájit „jidelniček“ kompostu i jeho „výtvarné“ pojetí (viz foto dole). V této problematice budeme pokračovat příště.

Podle: Česká biozahrada, Fontána 2000

