

## GASTRONOMIE

in.ihned.cz/jidlo

*Allium sativum*

**Česnek kuchyňský** (*Allium sativum*) patří botanicky do kmene Angiospermae (krytosemenné), třídy Monocotyledonae (jednoděložné), řádu Asparagales, čeledi Alliaceae a konečně rodu *Allium*, což je česnek. Rod zahrnuje na 600 botanických druhů, z nich je jenom pět celosvětově pěstováno jako zelenina. Vedle už zmíněného česneku sem patří také *Allium cepa* (cibule kuchyňská), *Allium fistulosum* (cibule zimní) a *Allium porrum* (pórek). V poslední době roste zájem o divoce rostoucí česnek medvědí (*Allium ursinum*), který se používá pouze čerstvý, protože při tepelné úpravě ztrácí své zajímavé, velmi intenzivní aroma. Další známou a rozšířenou příbuznou česneku je pažitka (*Allium schoenoprasum*).



Česnek medvědí

obsahuje na 400 zdravých prospěšných složek. Dnes už nemusíte chroustat stroužek za stroužkem. Léčivé látky se z česneku mohou destilovat, připravovat z něj olejové, tekuté

či suché extrakty, silice, tablety, kapsle či šťávy. Na trhu existuje například vynikající výtažek, česneková tinktura *Allivictus*, která koncentruje vše, co je v česneku pozitivní, a navíc eliminuje výrazný pach, který se z nás line po jeho požití za syrova. Je připravována z česneku vypěstovaného na Moravě.

**Odrůdy**

Není česnek jako česnek. Na světě existují stovky odrůd rozdílné velikostí, barvy i chuti. To, co dostanete ve většině obchodních řetězců, už bohužel jenom jako česnek vypadá. Je však třeba také zmínit, že to na první pohled vypadá velice dobře, hlavička jako hlavička, vše čisté, většinou pevné na omak.

Ale ta chuť. Jde o podobný rozdíl, jako je mezi masem kuřete z domácího chovu a velkochovu. O obsahu látek zdraví prospěšných či naopak škodlivých ani nemluví. Není to zřejmě problém jenom náš. Při návštěvě v jednom z toskánských zámků jsme viděli, jak suší právě sklizený česnek. Lepší než doma vypěstovaný prý nikde nekoupí. Nemusíme ale jezdit až do Toskánska. V České republice existuje na dvacet, ve zdejších podmínkách buď přímo vyšlechtěných, nebo dlouhodobě vyzkoušených odrůd česneku, které mají vynikající chuťové vlastnosti i vysoký obsah zdravých prospěšných látek. Pro pěstování v České republice se hodí tři typy česneku – paličák, široko-

listý nepaličák a úzkolistý nepaličák. Zde jsou některé z nich:

- **Lukan** – ozimý širokolistý poloraný nepaličák se může pěstovat od roku 1994 a patří k nejvýnosnějším mezi všemi povolenými odrůdami. Sklízí se do 10. července.
- **Jovan** – ozimý širokolistý polopozdní paličák, bez vnitřních stroužků. Sklízí se kolem 25. července.
- **Vekan** – ozimý poloraný paličák s vysokou odolností proti virům. Sklízí se kolem 10. července.
- **Blanin** – ozimý polopozdní paličák, který je nejméně napadán houbomilkou česnekovou. Má velice jemnou chuť. Sklízí se kolem 25. července.
- **Elin** – ozimý poloraný paličák ušlechtilé chuti. Schválen v roce 2005. Výnosná odrůda se sklízí kolem 15. července.
- **Benátčan** – nepaličák pro podzimní i jarní výsadbu. Dobře ošetřen může být skladován až dva roky. Má 12 až 17 velkých stroužků a je to velmi výnosná pozdní úroda. Sklízí se až počátkem srpna.

A na závěr přece jenom jedna smutná zpráva pro ty, kdo věří na upíry. Pověst o tom, že česnek před nimi chrání, rozšířili sami listiví upíři. Díky tomu, že česnek je velmi prospěšný naší krvi, mohou tak sát ze svých obětí nejenom více, ale také mnohem zdravější krve. ■

LIBOR ŠEVČÍK

libor.sevcik@economia.cz

INZERCE

**NEPOUŠTĚJME**

dětí do slepé uličky



*Rodiče už zase odešli do hospody. Všechny prachy zas propijou nebo prohrajou na nějakých... a v noci na sebe budou rvát. Já se musím starat o bráčky, než všechno udělám, je tma a jdeme spát. Venku s děchama jsem nebyla ani nepamatuju. Už to tu nemůžu držet, nechtěla jsem tu být...*

Klára najde náhradní domov na ulici. První dítě porodí ve svých 16 letech. Otec neznámý Celkem bude mít pět dětí, o které se postará to nejstarší. Večery bude Klára trávit s příležitostným přítelem v podobném podniku, do jakého chodili její rodiče.

**Kolik dětí nepozná normální dětství?**

RATOLEST BRNO už 13 let pomáhá dětem a mladým lidem nalézat řešení jejich obtížné životní situace. Příspěvkem do sbírky můžete i Vy podpořit projekty, které dětem pomohou najít naději na lepší budoucnost. Pomůžete také? **Nepouštějme děti do slepé uličky.**



Odešlete dárcovkou SMS

ve tvaru **DMS RATOLEST** na telefonní číslo **87 777**.

Cena DMS je 30 Kč, Ratolest Brno obdrží 27 Kč.

Více informací najdete na [www.darcovskasms.cz](http://www.darcovskasms.cz).č. ú. **877877087/5500**  
**www.ratolest.cz**

IN-000856

IN MAGAZÍN HOSPODÁŘSKÝCH NOVIN