



SAFLAX®



DE-ÖKO-039
EU- / Nicht-EU-Landwirtschaft

Tips



About © : Contact SAFLAX -

Taraxacum officinale

	 Български	BG		2		 Malti	MT		5
	 Dansk	DK		2		 Nederlands	NL		5
	 Deutsch	DE		2		 Norsk	NO		6
	 English	UK		2		 Polski	PL		6
	 Eesti	EE		3		 Português	PT		6
	 Suomalainen	FI		3		 Românesc	RO		6
	 Français	FR		3		 Svenska	SE		7
	 Ελληνική	GR		3		 Slovensky	SK		7
	 Gaeilge	IE		4		 Slovenski	SI		7
	 íslenskur	IS		4		 Español	ES		7
	 Italiano	IT		4		 Český	CZ		8
	 Hrvatski	HR		4		 Türkçe	TR		8
	 Latviešu	LV		5		 Magyar	HU		8
	 Lietuvių kalba	LT		5		 日本語	JP		9



БИО - глухарче Taraxacum officinale

Немският отговор на рукола - пикантни листа и сладки цветове

Всяко дете познава високото до 30 сантиметра растение и характерните му, приличащи на глухарче листа. Въпреки че глухарчетата са често срещани, те не трябва да се събират навсякъде поради въздействието върху околната среда. Ето защо е препоръчително да отглеждате това растение сами. За отглеждане като контейнерно растение изберете саксия, която е възможно най-дълбока, тъй като растението развива обширни основни корени. Глухарчетата имат дълъг вегетационен период, обхващащ от март до есента. Най-доброто време за прибиране на реколтата е април до май за листа, април до юни за цветя, май до юни и септември за семена и ранна есен или пролет за корени. Ядливите цветя имат сладък вкус и правят красива ядлива декорация. Можете да ги използвате за приготвяне на сладко или сироп от глухарчета. Листата имат доста тръпчив и пикантен вкус. Но колкото по-стари са листата, толкова повече горчиви вещества съдържат. Затова винаги трябва да се предпочитат младите листа. В кухнята глухарчето се използва като основна съставка или като гарнитура към салати, песто, смутита, зеленчукови яхнии, ризото и гювечи. Листата са особено вкусни в салата в комбинация с други ароматни билки като босилек, Маточина или мащерка и предварително запечени за кратко орехи, кедрови ядки или лешници. Глухарчето също е вкусна алтернатива на песто от босилек. Пресни листа от глухарче се счукват в хаванче заедно със запечени кедрови ядки и хубаво олио и накрая се смесват със сирене пекорино и малко сол. **Естествено местоположение:** Глухарчето идва от Западна Азия. Среща се само спорадично в южното полукълбо. **Успешно отглеждане:** Култивирането се извършва най-добре на слънчево място на закрито от февруари. Семето е лек покълник. Разпръснете семената върху влажен кокосов субстрат или органична билкова почва и леко натиснете семената. Покрийте съда с култура с домакинско фолио, което сте осигурили с дупки. Това предпазва почвата от изсушаване. Трябва да отстранявате фолиото за 2 часа на всеки два до три дни. Това предотвратява образуването на мухъл по земята. Поставете съда с култура на светло и топло при 20 до 25° по Целзий. Поддържайте повърхността на почвата влажна (напр. с пръскачка за вода), но не мокра. В зависимост от температурата на отглеждане първите разсад се появяват след две до пет седмици. Растенията, отглеждани на закрито, могат да бъдат трансплантирани на открито с цялата коренова топка от май, когато вече не се очаква нощна слана. **Най-доброто местоположение:** Растението обича слънце, топлина и защитено от вятър място, за да развие пълноценно аромата си. **Оптимална грижа:** Винаги поддържайте почвата леко влажна, но не мокра. Поливайте веднага щом горният слой на почвата изсъхне. Не торете изобщо или само леко с компост или органичен билков тор. **През зимата:** Глухарчетата са издръжливи и не изискват специално лечение.



BIO - mælkebøtte Taraxacum officinale

Det tyske svar på rucolasalat - krydrede blade og søde blomster

Ethvert barn kender planten, der er op til 30 centimeter høj, og dens karakteristiske, mælkebøttelignende blade. Selvom mælkebøtter er almindelige, bør de ikke samles hvor som helst på grund af miljøpåvirkningen. Derfor er det tilrådeligt at dyrke denne plante selv. Til opbevaring som containerplante skal du vælge en potte, der er så dyb som muligt, da planten udvikler omfattende pælerødder. Mælkebøtter har en lang vækstsæson, der strækker sig fra marts til efterår. Det bedste tidspunkt at høste er april til maj for blade, april til juni for blomster, maj til juni og september for frø og tidligt efterår eller forår for rødder. De spiselige blomster smager sødt og giver en smuk, spiselig dekoration. Du kan bruge dem til at lave mælkebøttemarmelade eller sirup. Bladene smager ret syrligt og krydret. Men jo ældre bladene er, jo flere bitterstoffer indeholder de. Derfor skal man altid foretrække de unge blade. I køkkenet bruges mælkebøtten som hovedingrediens eller som tilbehør til salater, pesto, smoothies, grøntsagsgryderetter, risotto og gryderetter. Bladene er særligt velsmagende i en salat i kombination med andre aromatiske urter såsom basilikum, Citronmelisse eller timian og valnødder, pinjekerner eller hasselnødder, der korristeres på forhånd. Mælkebøtte er også et velsmagende alternativ til basilikumpesto. Friske mælkebøtteblade knuses i en morter sammen med ristede pinjekerner og en god olie og til sidst blandes med pecorinoost og lidt salt. **Naturlig beliggenhed:** Mælkebøtten kommer fra det vestlige Asien. Den findes kun sporadisk på den sydlige halvkugle. **Succesfuld dyrkning:** Dyrkning foregår bedst på et solrigt sted indendørs fra februar. Frøet er et let spiremiddel. Spred frøene på fugtig kokossustrat eller organisk urtejord og tryk let på frøene. Dæk dyrkningskarret til med husholdningsfilm, som du forsyner med huller. Dette beskytter jorden mod udtørring. Du bør fjerne folien i 2 timer hver anden til tredje dag. Dette forhindrer mug i at dannes på jorden. Placer dyrkningskarret lyst og varmt ved 20 til 25° Celsius. Hold jordoverfladen fugtig (f.eks. med en vandforstøver), men ikke våd. Afhængigt af væksttemperaturen vises de første frøplanter efter to til fem uger. Planter dyrket indendørs kan transplanteres udendørs med hele rodklumpen fra maj, hvor der ikke skal forventes mere nattefrost. **Den bedste beliggenhed:** Planten elsker sol, varme og et sted i læ for vinden for fuldt ud at udvikle sin aroma. **Optimal pleje:** Hold altid jorden let fugtig, men ikke våd. Vand så snart det øverste jordlag er tørt. Gød slet ikke eller kun let med kompost eller organisk naturgødning. **Om vinteren:** Mælkebøtter er hårdføre og kræver ingen særlig behandling.



BIO - Löwenzahn Taraxacum officinale

Die deutsche Antwort auf Rucola Salat - Würzige Blätter und süßliche Blüten

Jedes Kind kennt die bis zu 30 Zentimeter hohe Pflanze und Ihre charakteristischen, Löwenzähnen ähnlichen Blätter. Löwenzahn ist zwar häufig anzutreffen, aufgrund der Umweltbelastungen sollte er aber nicht einfach irgendwo gesammelt werden. Daher ist gerade bei dieser Pflanze die eigene Anzucht angeraten. Wählen Sie zur Haltung als Kübelpflanze einen möglichst tiefen Topf, da die Pflanze ausgedehnte Pfahlwurzeln entwickelt. Löwenzahn hat eine lange Vegetationsperiode, die von März bis in den Herbst reicht. Die beste Erntezeit ist für die Blätter April bis Mai, für die Blüten April bis Juni, für die Samen Mai bis Juni und September und für die Wurzeln der Frühherbst oder das Frühjahr. Die essbaren Blüten schmecken süßlich und sind eine hübsche, essbare Dekoration. Man kann aus ihnen Löwenzahn-Marmelade oder Sirup herstellen. Die Blätter schmecken eher herb und würzig. Je älter die Blätter sind, desto mehr Bitterstoffe enthalten sie allerdings. Daher sollte man die jungen Blätter stets vorziehen. In der Küche dient Löwenzahn als Hauptbestandteil oder Beigabe für Salate, Pestos, Smoothies, Gemüseintöpfe, Risotto und Aufläufe. Besonders lecker sind die Blätter als Salat in Verbindung mit weiteren aromatischen Kräutern wie Basilikum, Zitronenmelisse oder Thymian und Walnüssen, Pinienkernen oder Haselnüssen, die zuvor kurz angeröstet werden. Löwenzahn ist auch eine geschmackssensitive Alternative zum Basilikumpesto. Frische Löwenzahnblätter werden dazu zusammen mit gerösteten Pinienkernen und einem gutem Öl in einem Mörser zerdrückt und schließlich mit Pecorino-Käse und etwas Salz zusammen verrührt. **Naturstandort:** Der Löwenzahn stammt aus Westasien. Auf der südlichen Halbkugel ist er nur sporadisch anzutreffen. **Anzucht:** Die Anzucht erfolgt am besten an einem sonnigen Platz im Haus ab Februar. Der Samen ist ein Lichtkeimer. Streuen Sie das Saatgut auf feuchtes Kokossustrat oder BIO-Kräutererde und drücken Sie die Samen leicht an. Decken Sie das Anzuchtgefäß mit Klarsichtfolie ab, die Sie mit Löchern versehen. So ist die Erde vor Austrocknung geschützt. Alle zwei bis drei Tage sollten Sie die Folie für 2 Stunden entfernen. Das beugt einer Schimmelbildung auf der Erde vor. Stellen Sie das Anzuchtgefäß hell und warm bei 20 bis 25° Celsius. Halten Sie die Erdoberfläche feucht (z.B. mit einem Wassersprüher), aber nicht nass. Abhängig von der Anzuchttemperatur erscheinen die ersten Sämlinge nach zwei bis fünf Wochen. Im Haus vorgezogene Pflanzen können ab Mai, wenn kein Nachtfrost mehr zu erwarten ist, mit dem gesamten Ballen ins Freiland umgesetzt werden, um Stress für die Pflanze zu vermeiden. **Standort:** Die Pflanze liebt Sonne, Wärme und einen windgeschützten Platz, um ihr Aroma voll zu entwickeln. **Pflege:** Halten Sie die Erde immer leicht feucht, aber nicht nass. Wässern Sie, sobald die oberste Erdschicht abgetrocknet ist. Düngen Sie gar nicht oder nur leicht mit Kompost oder BIO Kräuterdünger. **Im Winter:** Löwenzahn ist winterhart und bedarf keiner gesonderten Behandlung.



Organic - Dandelion Taraxacum officinale

The German response to rocket salad – aromatic leaves and sweetish blossoms

The up to 30 cm tall plant with its characteristic, lion's teeth-like leaves is known to every child. Dandelion can be found widely spread, but because of the environmental pollutions, it shouldn't be harvested just anywhere. Especially with Dandelion, it is highly recommendable to cultivate your own plant at home. In tub cultivation, you should preferably pick a tall pot, as the plant develops strong tap roots. Dandelion has quite a long growing period that reaches from March until autumn. The best times for harvesting are April to May for the leaves, April to June for the flowers, and May to June for the seeds. The roots are good to harvest in early autumn or during spring. The flowers come with a somewhat sweetish taste and make for a beautiful and edible garnish. It's also possible to make a Dandelion jam or syrup from the flowers. The leaves have a rather tart and spicy taste, and the older they are, the more bitter they contain. Therefore, you should preferably use the younger leaves. Dandelion can be the main ingredient or an admixture in salads, as well as in pesto, smoothies, vegetable stews, risotto and casseroles. Dandelion leaves are very delicious as a salad together with other aromatic herbs like basil, lemon balm or even thyme, and some slightly roasted walnuts, pine nuts or hazelnuts. Dandelion is also an intense aromatic alternative choice to basil pesto. For this kind of preparation the fresh leaves are to be crushed in a mortar together with a good oil and some roasted pine nuts. Finally, you blend this mixture with Pecorino cheese and a little bit of salt. **Natural location:** Dandelion originally came from western Asia. On the southern hemisphere it can be found only sparsely. **Successful cultivation:** The best time for propagation is starting in February at a sunny place indoors as the seed is a light germinator. Scatter the seeds onto moist coconut substrate or organic herbal soil and slightly press them on. Cover the seed container with clear film to prevent the soil from drying out, but don't forget to make some holes in the clear film and take it every second or third day completely off for about 2 hours. That way you avoid mold formation on the potting compost. Place the seed container somewhere bright and warm with a temperature between 20°C and 25° Celsius and keep the surface of the earth moist, but not wet (ideally using a water sprayer). Depending on the propagation temperature the first seedlings will come up after two to five weeks. Seedlings that are already raised indoors can be planted out with beginning of May. As soon as there is no more night frost expected, you can move the seedling with its complete root ball, to avoid stress for the plant. **The best location:** The plant needs the sun, warmth and a wind-sheltered place to produce its full aroma. **Optimal care:** Keep the soil always moist, but not wet. Water your plant as soon as the top layer of the earth has dried out. Fertilize the plant either very modest with compost or organic fertilizer for herbs, or don't fertilize at all. **In the winter:** Dandelion is frost-hard and doesn't need any special care during the winter.



ORGAANILINE - võilill

Taraxacum officinale

Saksa vastus raketisalatile - võrtsikad lehed ja magusad õied

Kuni 30 sentimeetri kõrgust taime ja sellele iseloomulikke võililleleasadest lehti tunneb iga laps. Kuigi võililled on levinud, ei tohiks neid keskkonnamõjude tõttu kuskilt koguda. Seetõttu on soovitatav seda taime ise kasvatada. Konteineritaimena pidamiseks vali võimalikult sügav pott, kuna taimel arenevad ulatuslikud karusjuured. Võililledel on pikk kasvuperiood, mis kestab märtsist sügiseni. Parim aeg koristamiseks on aprillist maini lehtede jaoks, aprillist juunini lillede jaoks, maist juunini ja september seemnete jaoks ning varasügisel või kevadel juurte jaoks. Söödavad lilled maitsevad magusalt ja annavad ilusa söödava kaunistuse. Nendest saad valmistada võilillemoosi või -siirupit. Lehed maitsevad üsna hapukalt ja võrtsikalt. Mida vanemad on aga lehed, seda rohkem on neis mõruaineid. Seetõttu tuleks alati eelistada noori lehti. Kõõgis kasutatakse võilille peamise koostisosana või salatite, pesto, smuutide, köögiviljahautiste, risoto ja vormiroogade lisandina. Lehed on eriti maitssvad salatites koos teiste aromaatsete ürtidega, nagu baziilik, Sidrunmeliss või tüümian ja kreeka pähklid, piiniapähklid või sarapuupähklid, mis on eelnevalt põgusalt röstitud. Võilill on ka maitsev alternatiiv baziilikupestole. Värsked võilillelehed purustatakse uhmriss koos röstitud seeder-männiseemnetega ja hea õliga ning lõpuks segatakse pecorino juustu ja väheses soolaga. **Looduslik asukoht:** Võilill on pärit Lääne-Aasiast. Seda leidub ainult juhuslikult lõunapoolkeral. **Edukas kasvatamine:** Kasvatamine on kõige parem teha päikesepaistelises kohas siseruumides alates veebruarist. Seeme on kerge idandaja. Puista seemned niiskele kookossubstraadile või orgaanilisele ürdimullale ja suru seemnetele kergelt peale. Kata kultuuriruumi toidukilega, mille varustad aukudega. See kaitseb mulda kuivamise eest. Peaksite fooliumi eemaldama 2 tunniks iga kahe kuni kolme päeva järel. See hoiab ära hallituse tekke maapinnal. Asetage kultiveerimisnõu heledaks ja soojaks temperatuurile 20–25 °C. Hoidke mullapind niiske (nt veepihustiga), kuid mitte märg. Sõltuvalt kasvatustemperatuurist ilmuvad esimesed seemikud kahe kuni viie nädala pärast. Toas kasvatatud taimi saab kogu juurepalliga õue siirdada alates maikuust, mil öökülma enam oodata pole. **Parim asukoht:** Taim armastab päikest, soojust ja tuulte eest kaitstud kohta, et oma aroom täielikult välja tõotada. **Optimaalne hooldus:** Hoidke muld alati veidi niiske, kuid mitte märg. Kasta niipea, kui pealmine mullakiht on kuivanud. Ära väeta üldse või ainult kergelt komposti või orgaanilise taimse väetisega. **Talvel:** Võililled on vastupidavad ega vaja erilist kohtlemist.



LUOMU - voikukka

Taraxacum officinale

Saksalainen vastaus rukolasalaattiin - mausteiset lehdet ja makeat kukat

Jokainen lapsi tuntee jopa 30 senttimetriä korkean kasvin ja sille ominaiset, voikukanomaiset lehdet. Vaikka voikukat ovat yleisiä, niitä ei ympäristövaikutusten vuoksi pidä kerätä mistään. Siksi on suositeltavaa kasvatkaa tämä kasvi itse. Säiliökasvina säilytykseen tulee valita mahdollisimman syvä ruukku, sillä kasvi kehittää laajat tajuuret. Voikumilla on pitkä kasvukausi, joka ulottuu maaliskuusta syksyyn. Paras sadonkorjuuaika on huhti-toukokuu lehdille, huhti-kesäkuu kukille, touko-kesäkuu ja syyskuu siemenille ja alkusyksystä tai keväästä juurille. Syötävät kukat maistuvat makeilta ja muodostavat kauniin, syötävän koristeon. Niistä voit valmistaa voikukahilloa tai siirappia. Lehdet maistuvat melko kirpeiltä ja mausteisilta. Kuitenkin mitä vanhempia lehdet ovat, sitä enemmän ne sisältävät katkeria aineita. Siksi kannattaa aina suosia nuoria lehtiä. Keittiössä voikukkaa käytetään pääraaka-aineena tai lisukkeena salaatteihin, pestoihin, smoothieihin, kasvispataisiin, risottoon ja vuokaan. Lehdet ovat erityisen maukkaita salaattissa yhdessä muiden aromaattisten yrttien, kuten basilikan, kanssa, Sitruunamelissa tai timjami ja saksanpähkinöitä, pinjansiemeniä tai hasselpähkinöitä, jotka on paahdettu etukäteen lyhyesti. Voikukka on myös maukas vaihtoehto baziilikapestolle. Tuoreet voikukanlehdet murskataan huumareissa yhdessä paahdettujen pinjansiementen ja hyvän öljyn kanssa ja lopuksi sekoitetaan pecorinojuustoon ja hieman suolan kanssa. **Luonnollinen sijainti:** Voikukka tulee Länsi-Aasiasta. Sitä tavataan vain satunnaisesti eteläisellä pallonpuoliskolla. **Onnistunut viljely:** Viljely on parasta tehdä aurinkoisella paikalla sisätiloissa helmikuusta alkaen. Siemen on kevyt itää. Sirottele siemenet kostealle kookossubstraatile tai luomuyrttimaalle ja paina siemeniä kevyesti. Peitä viljelyastia kelmulla, johon on tehty reikiä. Tämä suojaaa maaperää kuivumiselta. Poista folio 2 tunnin ajaksi kahden tai kolmen päivän välein. Tämä estää homeen muodostumisen maahan. Aseta viljelyastia kirkkaaksi ja lämpimäksi 20-25 °C:seen. Pidä maaperä kosteana (esim. vesisumuttimella), mutta ei märkänä. Kasvulämpötilasta riippuen ensimmäiset taimet ilmestyvät kahden tai viiden viikon kuluttua. Sisätiloissa kasvatetut kasvit voidaan istuttaa ulos koko juuripallolla toukokuusta alkaen, jolloin yöpakkasia ei enää ole odotettavissa. **Paras sijainti:** Kasvi rakastaa aurinkoa, lämpöä ja tuulelta suojattua paikkaa kehittääkseen täysin aromiaan. **Optimaalinen hoito:** Pidä maaperä aina hieman kosteana, mutta ei märkänä. Kastele heti, kun maan pintakerros on kuivunut. Älä lannoita ollenkaan tai vain kevyesti kompostilla tai luomuyrttilannoitteella. **Talvella:** Voikukat ovat kestäviä eivätkä vaadi erityiskäsittelyä.



BIO - Pissenlit

Taraxacum officinale

L'équivalent allemand de la salade de roquette - Des feuilles épicées et des pétales doux

Tous les enfants connaissent la plante de 30 cm de hauteur et ses feuilles caractéristiques qui ressemblent à des dents de lion. L'on retrouve fréquemment le pissenlit, mais il ne doit pas être rassemblé n'importe où à cause de la pollution. Pour cette raison, il n'est pas recommandé de cultiver cette plante. Si vous gardez cette plante en seau, choisissez un récipient le plus profond possible, car la plante développée des racines pivotantes étendues. Le pissenlit a une longue période de végétation qui se déroule de mars jusqu'en automne. Le meilleur temps de récolter les feuilles est d'avril à mai, d'avril à juin pour les fleurs, de mai à juin et septembre pour les graines et début automne ou le printemps pour les racines. Les fleurs comestibles sont douces et sont une jolie décoration comestible. L'on peut aussi faire des confitures au pissenlit ou des sirops avec. Les feuilles ont un goût plutôt âpre et épicé. Cependant, plus les feuilles sont âgées, plus elles contiennent de substances amères. Les jeunes feuilles doivent toujours être choisies pour cette raison. Dans la cuisine, le pissenlit est l'ingrédient principal ou un complément aux salades, aux pestos, aux smoothies, aux ragoûts de légumes, au risotto et aux gratins. Les feuilles sont particulièrement délicieuses dans des salades avec d'autres herbes aromatiques, comme le basilic, la mélisse officinale ou le thym et les noix, les pignons de pin ou des noisettes qui sont brièvement grillées auparavant. Le pissenlit est aussi une alternative intense au pesto de basilic. Pour ce faire, les feuilles de pissenlit fraîches sont broyées avec des pignons de pin grillés et une bonne huile dans un mortier, puis mélangées avec du pecorino et un peu de sel. **Emplacement naturel:** Le pissenlit vient de l'Asie de l'Ouest. Il se trouve rarement dans l'hémisphère sud. **Culture réussie:** La culture se fait dans un endroit ensoleillé à la maison à partir de février. La graine a besoin de lumière pour germer. Parsemez la semence sur un substrat de coco humide ou sur du terreau BIO et appuyez légèrement sur les graines. Couvrez le récipient avec une feuille transparente sur laquelle vous faites des trous. Comme ça, le terreau est protégé du dessèchement. Vous devez enlever la feuille pendant deux tous les deux ou trois jours. Ceci prévient la formation de moisissures dans le terreau. Mettez le récipient dans un endroit lumineux et chaud de 20° à 25°. Gardez le terreau humide (avec de l'eau pulvérisée, par exemple) mais pas mouillé. En fonction de la température de culture, les premiers semis apparaissent au bout de deux à cinq semaines. Les plantes cultivées à la maison peuvent être mises à l'extérieur avec toute la balle à partir de mai, lorsqu'il n'y a plus de gel nocturne à prévoir, afin d'éviter le stress pour la plante. **Le meilleur emplacement:** La plante aime le soleil, le chaud, et un endroit protégé du vent pour développer son arôme. **Soins optimaux:** Gardez toujours le terreau légèrement humide, mais pas mouillé. Arrosez dès que la couche supérieure de terreau se dessèche. N'engraissez pas du tout ou engraissez un petit peu avec du compost ou avec de l'engrais pour plantes aromatiques. **En hiver:** Le pissenlit est résistant au froid et n'a pas besoin de traitement particulier.



ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ - πικραλίδα

Taraxacum officinale

Η γερμανική απάντηση στη σαλάτα ρόκας - πικάντικα φύλλα και γλυκά άνθη

Κάθε παιδί γνωρίζει το φυτό, που έχει ύψος έως και 30 εκατοστά, και τα χαρακτηριστικά φύλλα του που μοιάζουν με πικραλίδα. Αν και οι πικραλίδες είναι συνηθισμένες, δεν πρέπει να συλλέγονται οπουδήποτε λόγω των περιβαλλοντικών επιπτώσεων. Επομένως, καλό είναι να καλλιεργήσετε αυτό το φυτό μόνοι σας. Για να διατηρηθεί ως φυτό δοχείο, επιλέξτε μια γλάστρα όσο το δυνατόν πιο βαθιά, καθώς το φυτό αναπτύσσεται εκτεταμένες ρίζες. Οι πικραλίδες έχουν μια μακρά περίοδο ανάπτυξης, που εκτείνεται από τον Μάρτιο έως το φθινόπωρο. Η καλύτερη εποχή για τη συγκομιδή είναι ο Απρίλιος έως τον Μάιο για τα φύλλα, τον Απρίλιο έως τον Ιούνιο για τα λουλούδια, τον Μάιο έως τον Ιούνιο και τον Σεπτέμβριο για τους σπόρους και τις αρχές του φθινοπώρου ή της άνοιξης για τις ρίζες. Τα βρώσιμα λουλούδια έχουν γλυκιά γεύση και κάνουν μια όμορφη, βρώσιμη διακόσμηση. Μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε για να φτιάξετε μαρμελάδα ή σιρόπι πικραλίδας. Τα φύλλα έχουν μάλλον ξινή και πικάντικη γεύση. Ωστόσο, όσο πιο παλιά είναι τα φύλλα, τόσο περισσότερες πικρές ουσίες περιέχουν. Επομένως, πρέπει πάντα να προτιμάτε τα νεαρά φύλλα. Στην κουζίνα, η πικραλίδα χρησιμοποιείται ως κύριο συστατικό ή ως συνοδευτικό για σαλάτες, πέστο, smoothies, μαγειρευτά λαχανικών, ριζότο και κατσαρόλα. Τα φύλλα είναι ιδιαίτερα νόστιμα σε σαλάτα σε συνδυασμό με άλλα αρωματικά βότανα όπως ο βασιλικός, Βάλσαμο λεμονιού ή θυμάρι και καρύδια, κουκουνάρι ή φουντούκια που ψήνονται για λίγο από πριν. Η πικραλίδα είναι επίσης μια νόστιμη εναλλακτική του πέστο βασιλικού. Τα φρέσκα φύλλα πικραλίδας θρυμματίζονται σε γουδί μαζί με καρυδοεισμένο κουκουνάρι και καλό λάδι και τέλος ανακατεύονται με τυρί πεκορίνο και λίγο αλάτι. **Φυσική τοποθεσία:** Η πικραλίδα προέρχεται από τη δυτική Ασία. Εντοπίζεται μόνο sporadically στο νότιο ημισφαίριο. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Η καλλιέργεια γίνεται καλύτερα σε ηλιόλουστο σημείο σε εσωτερικούς χώρους από τον Φεβρουάριο. Ο σπόρος είναι ένα ελαφρύ βλαστάρι. Διασκορπίστε τους σπόρους σε υγρό υπόστρωμα καρύδας ή βιολογικό φυτικό χώμα και πιέστε τους σπόρους ελαφρώς. Καλύψτε το δοχείο καλλιέργειας με μεμβράνη, την οποία ανοίγετε με τρύπες. Αυτό προστατεύει το έδαφος από το στέγνωμα. Θα πρέπει να αφαιρείτε το αλουμινόχαρτο για 2 ώρες κάθε δύο έως τρεις ημέρες. Αυτό αποτρέπει τη δημιουργία μούχας στο έδαφος. Τοποθετήστε το δοχείο καλλιέργειας φωτεινό και ζεστό στους 20 έως 25° Κελσίου. Διατηρήστε την επιφάνεια του εδάφους υγρή (π.χ. με ψεκαστήρα νερού) αλλά όχι υγρή. Ανάλογα με τη θερμοκρασία ανάπτυξης, τα πρώτα σπορόφυτα εμφανίζονται μετά από δύο έως πέντε εβδομάδες. Τα φυτά που καλλιεργούνται σε εσωτερικούς χώρους μπορούν να μεταμοσχευθούν σε εξωτερικούς χώρους με ολόκληρη τη ρίζα από τον Μάιο, όταν δεν αναμένεται άλλος χειμερινός παγετός. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Το φυτό λατρεύει τον ήλιο, τη ζεστασία και ένα μέρος προστατευμένο από τον άνεμο για να αναπτύξει πλήρως το άρωμά του. **Βέλτιστη φροντίδα:** Διατηρείτε πάντα το χώμα ελαφρώς υγρό αλλά όχι υγρό. Ποτίστε αμέσως μόλις το ανώτερο στρώμα του εδάφους στεγνώσει. Μην λιπαίνετε καθόλου ή μόνο ελαφρά με λίπασμα ή βιολογικό φυτικό λίπασμα. **Το χειμώνα:** Οι πικραλίδες είναι ανθεκτικές και δεν χρειάζονται ιδιαίτερη μεταχείριση.



ORGÁNACHA - dandelion

Taraxacum officinale

Freagra na Gearmáine ar saillead roicéad - duilleoga spicy agus blossoms milis

Tá a fhios ag gach leabhán na gléasra, atá suas le 30 ceintiméadar ar airde, agus a thréith, duilleoga cosúil le dandelion. Cé go bhfuil dandelions coitianta, níor cheart iad a bhailiú in áit ar bith mar gheall ar an tionchar ar an gcomhshaoil. Dá bhrí sin, tá sé imholta an gléasra seo a fhás duit féin. Chun a choinneáil mar ghléasra coimeádáin, roghnaigh pota atá chomh domhain agus is féidir, mar a fhorbraíonn an gléasra barrfhréamhacha fairsing. Tá séasúr fada fáis ag dandelions, ó Mhárta go fóimhar. Is é an t-am is fearr chun fóimhar a bhaint as Aibreán go Bealtaine le haghaidh duilleoga, Aibreán go Meitheamh le haghaidh bláthanna, Bealtaine go Meitheamh agus Meán Fómhair le haghaidh síolta agus go luath san fhómhar nó san earrach le haghaidh fréamhacha. Bíonn blas milis ar na bláthanna inite agus déanann siad maisiúchán deas inite. Is féidir leat iad a úsáid chun subh dandelion nó síoróip a dhéanamh. Tá blas sách toirtín agus spicy ar na duilleoga. Mar sin féin, dá sine na duilleoga, na substaintí níos searbh atá iontu. Dá bhrí sin, ba chóir gur fearr le duine na duilleoga óga i gcónaí. Sa chistin, úsáidtear dandelion mar phríomh-chomhábhar nó mar thionlacan le haghaidh sailéid, pesto, smoothies, stews glasraí, risotto agus casseroles. Tá na duilleoga go háirithe blasta i sailéid i gcomhcheangal le luibheanna aramatacha eile cosúil le basil, Balm líomóide nó time agus gallchnónna, cnónna péine nó cnónna coill a róstaítear go hachomair roimh ré. Is rogha eile blasta é dandelion seachas pesto basil. Tá duilleoga úra dandelion brúite i moirtéal mar aon le cnónna péine rósta agus ola maith agus ar deireadh measctha le cáis pecorino agus beagán salainn. **Suíomh nádúrtha:** Tagann an dandelion ó iarthar na hÁise. Ní fhaightear é ach go treallach sa leathsféar theas. **Saothrú rathúil:** Is fearr a shaothrú i láthair ghrianmhar taobh istigh ó mhí Feabhra. Is germinator éadrom é an síol. Scaip na síolta ar fhoshaith cnó cóc táis nó ar ithir luibheach orgánach agus brúigh na síolta go héadrom. Clúdaigh an soitheach cultúir le scannán cling, a sholáthraíonn tú le poill. Cosnaíonn sé seo an ithir ó thriomú amach. Ba chóir duit an scragall a bhaint ar feadh 2 uair gach dhá nó trí lá. Coscann sé seo múnla ó fhoirmiú ar an talamh. Cuir an soitheach cultúir geal agus te ag 20 go 25 ° Celsius. Coinnigh dromchla na hithreach táis (m.sh. le spraeire uisce) ach ná bíodh sé fliuch. Ag brath ar an teocht atá ag fás, feictear na chéad síológa tar éis dhá go cúig seachtaine. Is féidir plandaí a fhástar taobh istigh a thrasphlandú lasmuigh leis an liathróid fréimhe iomlán ó mhí na Bealtaine, nuair nach mbéifear ag súil le sioc oíche níos mó. **An suíomh is fearr:** Is breá leis an planda an ghrian, an teas agus áit atá foscadh ón ngaoth chun a n-arama a fhorbairt go hiomlán. **Cúram is fearr is féidir:** Coinnigh an ithir i gcónaí beagán táis ach ní fliuch. Uisce chomh luath agus a bheidh an ciseal barr ithreach triomaithe. Ná fertilize ar chor ar bith nó amháin go héadrom le mírín nó leasachán orgánach luibhe. **Sa gheimhreadh:** Tá dandelions crua agus ní gá aon chóireáil speisialta.



LÍFRÆNT - túnfífill

Taraxacum officinale

Þýska svarið við rokettu salati - krydduð laufblöð og sætar blómar

Sérhvert barn þekkir plöntuna, sem er allt að 30 sentimetrar á hæð, og einkennandi, fífillaga laufin hennar. Þó að fífill sé algengur ætti ekki að safna þeim hvar sem er vegna umhverfisáhrifa. Þess vegna er ráðlegt að rækta þessa plöntu sjálfur. Til að geyma sem gámaplöntu, veldu pott sem er eins djúpur og mögulegt er, þar sem plantan þróar umfangsmiklar rætur. Túnfífill hefur langan vaxtartíma, frá mars og fram á haust. Besti tíminn til að uppskera er apríl til maí fyrir lauf, apríl til júní fyrir blóm, maí til júní og september fyrir fræ og snemma hausta eða vor fyrir rætur. Ætu blóminn bragðast sætt og gera fallegt, æt skraut. Þú getur notað þau til að búa til túnfífillsultu eða síróp. Blöðin bragðast frekar súrt og krydduð. Hins vegar, því eldri sem blöðin eru, því meira af biturefnum innihalda þau. Þess vegna ætti maður alltaf að kjósa unga laufin. Í eldhúsinu er túnfífill notaður sem aðalhræfni eða sem meðlæti í salöt, pestó, smoothies, grænmetispostrétti, risotto og postrétti. Blöðin eru sérstaklega bragðgóð í salati ásamt öðrum ilmandi jurtum eins og basil, Sítrónu smyrsl eða timjan og valhnetur, furuhnetur eða heslihnetur sem eru ristaðar í stutta stund áður. Túnfífill er líka bragðgóður valkostur við basil pestó. Fersk túnfífillblöð eru mulin í mortéli ásamt ristudum furuhnetum og góðri olíu og að lokum blandað saman við pecorino osti og smá salti. **Náttúruleg staðsetning:** Fífillinn kemur frá Vestur-Asíu. Það finnst aðeins óslitið á suðurhveli jarðar. **Árangursrík ræktun:** Ræktun er best gerð á sólríkum stað innandyrna frá febrúar. Fræið er létt spírúnarefni. Dreifið fræjunum á rakt undirlag kókoshnetu eða lífrænan jurtamold og þrýstið létt á fræin. Hyljið ræktunarilátið með matarfilmu, sem þú útvegar með góttum. Þetta verndar jarðvegin gegn þurrkun. Þú ættir að fjarlægja álpappírinn í 2 klukkustundir á tveggja til þriggja daga fresti. Þetta kemur í veg fyrir að mygla myndist á jörðinni. Settu ræktunarilátið bjart og heitt við 20 til 25 ° Celsius. Haltu jarðvegsyfirborðinu rökum (t.d. með vatnsúða) en ekki blautu. Það fer eftir vaxtarhastig, fyrstu plönturnar birtast eftir tvær til fimm vikur. Plöntur sem ræktaðar eru innandyrna má gróðursetja utandyrna með allri rótarkúlunni frá maí, þegar ekki er að búast við meira næturfrostri. **Besta staðsetningin:** Plöntan elskar sól, hlýju og stað í skjóli fyrir vindi til að þróa ilm sinn að fullu. **Besta umönnun:** Haltu jarðveginum alltaf örliðið rökum en ekki blautum. Vökvaðu um leið og efsta lagið af jarðvegi hefur þornað. Ekki má frjýngja alls eða aðeins með rotmassa eða lífrænum jurtaáburði. **Á veturna:** Túnfíflar eru harðgerir og þurfa ekki sérstaka meðferð.



BIO - Tarassaco o dente di leone

Taraxacum officinale

La risposta tedesca all'insalata Rucola - foglie speziate e fiori dolciastri

Ogni bambino conosce questa pianta, alta fino a 30 centimetri, e le caratteristiche foglie del dente di leone. Il dente di leone è davvero comune, ma a causa dell'impatto ambientale non dovrebbe essere raccolto quando si trova in natura. Pertanto, specialmente nel caso di questa pianta, è consigliato coltivarla. Per mantenerlo come pianta in vaso è necessario scegliere un vaso il più profondo possibile, poiché la pianta sviluppa lunghi fittoni. Il dente di leone ha un lungo periodo vegetativo, che si estende da marzo all'autunno. Il miglior tempo per la raccolta delle foglie è da aprile a maggio, per i fiori è da aprile a giugno, per i semi da maggio a giugno o settembre, per le radici, infine, il primo autunno o primavera. I fiori commestibili hanno un sapore dolce e costituiscono una bella decorazione commestibile. Con i fiori è possibile preparare la marmellata di tarassaco o lo sciroppo. Le foglie hanno un sapore piuttosto aspro e speziato. Più le foglie sono vecchie, più sostanze amare contengono. Pertanto, è consigliabile preferire sempre le foglie giovani. In cucina, il dente di leone serve come ingrediente principale o complemento per insalate, pesto, frullati, stufati di verdure, risotti e timballi. Particolarmente gustose sono le foglie preparate in insalata insieme ad altre erbe aromatiche come basilico, melissa o timo e noci, pinoli o noccioline, precedentemente tostate. Il tarassaco è anche un'alternativa saporita al pesto di basilico. Per prepararlo, le foglie fresche di tarassaco vanno schiacciate insieme ai pinoli tostate e un buon olio in un mortaio e infine mescolate con formaggio pecorino e un po' di sale. **Posizione naturale:** Il dente di leone viene dall'Asia occidentale. Nell'emisfero sud si trova solo sporadicamente. **Coltivazione riuscita:** La coltivazione produce i migliori risultati in un luogo soleggiato in casa, a partire da febbraio. Il seme ha bisogno di luce per germinare. Cospargere i semi sul substrato di cocco umido o sulla terra per erbe aromatiche BIO ed esercitare una leggera pressione sui semi. Coprire il recipiente di coltura con pellicola trasparente, sulla quale praticherete dei fori. In questo modo si eviterà che la terra si secchi. Ogni due o tre giorni è necessario rimuovere la pellicola per 2 ore. Questo impedirà la crescita di muffe sulla terra. Posizionare il recipiente di coltura in un punto caldo e luminoso, tra i 20° e i 25° C. Mantenere la superficie della terra umida, ma non bagnata (ad esempio con uno spruzzino d'acqua). Le prime piantine appariranno, a seconda della temperatura di coltivazione, tra due e cinque settimane dopo. A partire dal mese di maggio, quando dovrebbero cessare le gelate notturne, le piante coltivate in casa possono essere spostate all'esterno, insieme all'intero pane di terra, per evitare stress alla pianta. **La posizione migliore:** Questa pianta ama il sole, il calore e predilige i luoghi riparati per sviluppare pienamente il suo aroma. **Cura ottimale:** Mantenere sempre il terreno leggermente umido, ma non bagnato. Innaffiare quando lo strato di terra in superficie è asciutto. Non concimare, oppure concimare solo leggermente con compost o con fertilizzante BIO per erbe. **In inverno:** Il dente di leone è resistente all'inverno e non richiede un trattamento particolare.



ORGANSKI - maslačak

Taraxacum officinale

Njemački odgovor na salatu od rukole - pikantni listovi i slatki cvjetovi

Svako dijete poznaje biljku visoku i do 30 centimetara i njezine karakteristične listove poput maslačka. Iako su maslačci česti, ne bi ih trebalo skupljati bilo gdje zbog utjecaja na okoliš. Stoga je preporučljivo ovu biljku uzgajati sami. Za držanje kao kontejnersku biljku odaberite što dublju posudu jer biljka razvija opsežne glavne korijene. Maslačak ima dugu sezonu rasta, koja traje od ožujka do jeseni. Najbolje vrijeme za žetvu je od travnja do svibnja za lišće, od travnja do lipnja za cvjetove, od svibnja do lipnja i rujna za sjeme i rana jesen ili proljeće za korijenje. Jestivo cvijeće slatkog je okusa i čini lijep, jestiv ukras. Od njih možete napraviti džem ili sirup od maslačka. Lišće ima prilično opor i ljut okus. Međutim, što su listovi stariji, to sadrže više gorkih tvari. Stoga uvijek treba dati prednost mladom lišću. U kuhinji se maslačak koristi kao glavni sastojak ili kao dodatak salatama, pestu, smoothiejima, varivima od povrća, rižotu i složenicama. Listovi su posebno ukusni u salati u kombinaciji s drugim aromatičnim biljem poput bosiljka. Matičnjak ili majčina dušica te orasi, pinjoli ili lješnjaci koji se prethodno kratko poprže. Maslačak je također ukusna alternativa pestu od bosiljka. Svježe listove maslačka zgnječite u mužaru zajedno s poprženim pinjolima i dobrim uljem te na kraju pomiješajte s pecorino sirom i malo soli. **Zemlja porijekla:** Maslačak dolazi iz zapadne Azije. Na južnoj hemisferi nalazi se samo sporadično. **Uspješan uzgoj:** Uzgoj je najbolje provoditi na suncanom mjestu u zatvorenom prostoru od veljače. Sjeme je lagana kljajalica. Posipajte sjemenke po vlažnom supstratu od kokosa ili organskom biljnom tlu i lagano ih pritisnite. Posudu s kulturom prekrijte prozirnom folijom koju ste opremili rupama. To štiti tlo od isušivanja. Svaka dva do tri dana skinite foliju na 2 sata. Time se sprječava stvaranje plijesni na tlu. Stavite posudu s kulturom na svijetlo i toplo na 20 do 25°C. Održavajte površinu tla vlažnom (npr. raspršivačem vode), ali ne mokrom. Ovisno o temperaturi uzgoja, prve sadnice pojavljuju se nakon dva do pet tjedana. Biljke koje se uzgajaju u zatvorenom prostoru mogu se presaditi na otvoreno s cijelom korijenskom balom od svibnja, kada više ne treba očekivati noćne mrazove. **Najbolja lokacija:** Biljka voli sunce, toplinu i mjesto zaštićeno od vjetrova kako bi u potpunosti razvila svoju aromu. **Optimalna njega:** Tlo uvijek održavajte blago vlažnim, ali ne mokrim. Zalijevajte čim se gornji sloj zemlje osuši. Ne gnojite uopće ili samo malo gnojite kompostom ili organskim biljnim gnojivom. **U zimi:** Maslačak je otporan i ne zahtijeva nikakav poseban tretman.



BIOLOĢISKĀ - pienene

Taraxacum officinale

Vācu atbilde uz raķešu salātiem - pikantas lapas un saldi ziedi

Līdz 30 centimetriem augstu augu un tam raksturīgās, pienenei līdzīgās lapas pazīst ikviens bērns. Lai gan pienenes ir izplatītas, tās nevajadzētu vākt nekur, jo tās ietekmē vidi. Tāpēc šo augu vēlams audzēt pašam. Lai turētu kā konteineraugu, izvēlieties pēc iespējas dziļāku podu, jo augam attīstās plašas mienšaknes. Pienenēm ir gara augšanas sezona, kas ilgst no marta līdz rudenim. Labākais laiks ražas novākšanai ir no aprīļa līdz maijam, no aprīļa līdz jūnijam ziediem, no maija līdz jūnijam un septembrim sēklām un agrā rudenī vai pavasarī saknēm. Ēdamie ziedi garšo saldi un veido skaistu, ēdamu rotājumu. No tiem var pagatavot pienēnu ievārījumu vai sirupu. Lapu garša ir diezgan skāba un pikanta. Tomēr, jo vecākas ir lapas, jo vairāk tajās ir rūgtvielu. Tāpēc vienmēr vajadzētu dot priekšroku jaunajām lapām. Virtuvē pienēnu izmanto kā galveno sastāvdaļu vai kā piedevu salātiem, pesto, smūtiem, dārzeņu sautējumiem, risoto un kastrolēm. Lapas ir īpaši garšīgas salātos kopā ar citiem aromātiskiem augiem, piemēram, baziliku, Citronu balzamu vai timiānu un valrieksti, priežu rieksti vai lazdu rieksti, kas iepriekš ir apgrauzdēti. Pienene ir arī garšīga alternatīva bazilikā pesto. Svaigas pienenes lapas saberž jāvā kopā ar grauzdētiem priežu riekstiem un labu eļļu un visbeidzot sajauc ar pecorino sieru un nedaudz sāls. **Dabiska vieta:** Pienene nāk no Rietumāzijas. Tas ir sastopams tikai sporādiski dienvidu puslodē. **Veiksmīga audzēšana:** Audzēšanu vislabāk veikt saulainā vietā telpās no februāra. Sēkla ir viegla dīgspēja. Izkaisiet sēklas uz mitra kokosriekstu substrāta vai organisko augu augsni un viegli piespiediet sēklas. Nosedziet kultivēšanas trauku ar pārtikas plēvi, kuru nodrošina ar caurumiem. Tas pasargā augsni no izžūšanas. Jums vajadzētu noņemt foliju 2 stundas ik pēc divām līdz trim dienām. Tas novērš pelējuma veidošanos uz zemes. Novietojiet kultivēšanas trauku gaišā un siltā temperatūrā 20 līdz 25°C. Uzturiet augsnes virsmu mitru (piemēram, ar ūdens smidzinātāju), bet ne mitru. Atkarībā no augšanas temperatūras pirmie stādi parādās pēc divām līdz piecām nedēļām. Telpās audzētos augus ar visu sakņu kamolu var pārstādīt ārā no maija, kad vairs nav gaidāmas nakts salnas. **Labākā atrašanās vieta:** Augs mīl sauli, siltumu un no vēja aizsargātu vietu, lai pilnībā attīstītu savu aromātu. **Optimāla aprūpe:** Vienmēr turiet augsni nedaudz mitru, bet ne mitru. Laistiet, tiklīdz augsnes augšējais slānis ir nožūvis. Nebarojiet vispār vai tikai nedaudz ar kompostu vai organisko augu mēslojumu. **Ziemā:** Pienenes ir izturīgas, un tām nav nepieciešama īpaša apstrāde.



ĒKOLOĢISKAS - kiauļpienē

Taraxacum officinale

Vokišķas atsakymas į raketines salotas - aštrūs lapai ir saldūs žiedai

Kiekvienas vaikas pazīstāki 30 centimetrų aukščio augalą ir jam būdingus, kiauļpienę primenančius lapus. Nors kiauļpienės yra dažnos, dėl poveikio aplinkai jų nereikėtų rinkti bet kur. Todėl šį augalą patartina užsiauginti patiems. Jei norite laikyti konteinerinį augalą, rinkitės kuo gilesnį vazoną, nes augalas turi plačias liemenines šaknis. Kiauļpienės turi ilgą auginimo sezoną, trunkantį nuo kovo iki rudens. Geriausias derliaus nuėmimo laikas yra nuo balandžio iki gegužės lapams, nuo balandžio iki birželio mėn. gėlėms, nuo gegužės iki birželio ir rugsėjo mėn. Valgomos gėlės yra saldaus skonio ir yra graži, valgoma puošmena. Iš jų galite ruošti kiauļpienę uogienę ar sirupą. Lapų skonis gana aštrus ir aštrus. Tačiau kuo senesni lapai, tuo daugiau juose yra karčiųjų medžiagų. Todėl pirmenybę visada reikia teikti jauniems lapams. Virtuvėje kiauļpienės naudojamos kaip pagrindinis ingredientas arba kaip priedas prie salotų, pesto, kokteilų, daržovių troškinių, rizoto ir troškinių. Lapai ypač skanūs salotose kartu su kitomis aromatiniomis žolelėmis, pavyzdžiui, bazilikais, Melisa arba čiobreliai ir graikiniai riešutai, pušies riešutai arba lazdyno riešutai, kurie prieš tai trumpai paskrudinti. Kiauļpienės taip pat yra skani bazilikų pesto alternatyva. Švieži kiauļpienų lapai susmulkinami grūstuvėje kartu su skrudintais pušies riešutais ir geru aliejumi ir galiausiai sumaišomi su pecorino sūriu ir trupučiu druskos. **Natūrali vieta:** Kiauļpienė kilusi iš Vakarų Azijos. Pietiniame pusrutulyje jis aptinkamas tik retkarčiais. **Sėkmingas auginimas:** Geriausia auginti saulėtoje vietoje nuo vasario mėn. Sėkla yra lengvas daigiklis. Išbarstykite sėklas ant drėgno kokoso substrato arba ekologiškų žolelių dirvožemio ir sėklas lengvai paspauskite. Kultūros indą uždenkite maistine plėvele, kurioje yra skylės. Tai apsaugo dirvą nuo išdžiūvimo. Kas dvi ar tris dienas 2 valandas nuimkite foliją. Tai apsaugo nuo pelėsio susidarymo ant žemės. Kultivavimo indą pastatykite šviesiai ir šiltai 20–25 °C temperatūroje. Dirvos paviršių laikykite drėgną (pvz., vandens purkštuvu), bet ne šlapia. Priklausomai nuo augimo temperatūros, pirmieji daigai pasirodo po dviejų – penkių savaitių. Patalpoje auginamus augalus su visu šaknų gumuliu galima persodinti į lauką nuo gegužės mėnesio, kai nebereikia tikėtis natūralių šalūnų. **Geriausia vieta:** Augalas mėgsta saulę, šilumą ir nuo vėjo apsaugotą vietą, kad visiškai išvystytų savo aromatą. **Optimali priežiūra:** Visada laikykite žemę šiek tiek drėgną, bet ne šlapia. Laistykite, kai tik viršutinis dirvožemio sluoksnis išdžius. Kompostu ar organinėmis žolelių trąšomis neturėtų visiškai arba tik nestipriai. **Ziemą:** Kiauļpienės yra atsparios ir nereikalauja jokio specialaus gydymo.



ORGANIČI - dandelion

Taraxacum officinale

It-tweġiba Ġermaniża għall-insalata rokit - weraq pikkanti u fjuri ħelwin

Kull tifel jaf l-impjant, li huwa għoli sa 30 centimetru, u l-weraq karatteristiċi tiegħu, bħal dandelion. Filwaqt li dandelions huma komuni, m'għandhomx jinġabru kullimkien minhabba l-impatt ambjentali. Għalhekk, huwa rakkomandabbli li tkabbar dan l-impjant lilek innifsek. Biex ižżomm bħala pjanta tal-kontenitur, aghzel borma li tkun profunda kemm jista' jkun, peress li l-pjanta tizviluppa għeruq estensivi. Dandelions għandu staġun twil ta' tkabbir, li jkopri minn Marzu sal-harifa. L-aħjar żmien għall-hsad huwa minn April sa Mejju għall-weraq, minn April sa Gunju għall-fjuri, minn Mejju sa Gunju u Settembru għaz-zrieragħ u l-bidu tal-harifa jew tar-rebbieġha għall-għeruq. Il-fjuri li jittiekle għandhom toġhma ħelwa u jagħmlu dekorazzjoni sabiħa u li tittiekel. Tista' tużahom biex tagħmel ġamm jew ġulepp taċ-ċikwejra. Il-weraq toġhma pjuttost tarta u pikkanti. Madankollu, iktar ma jkunu qodma l-weraq, iktar ikun fihom sustanzi morr. Għalhekk, wiehed għandu dejjem jippreferi l-weraq żgħir. Fil-kċina, dandelion jintuża bħala ingredjent prinċipali jew bħala akkumpanjament għall-insalati, pesto, smoothies, stews tal-ħxejjex, risotto u casseroles. Il-weraq huma partikolarment fit-toġhma f'insalata flimkien ma' ħxejjex aromatiċi oħra bħall-habaq, Balzmu tal-lumi jew saġhtar u ġewż, ġewż tal-arżnu jew ġellewz li jiġu inkaljat fil-qosor minn qabel. Dandelion huwa wkoll alternattiva fit-toġhma għall-pesto tal-habaq. Weraq frisk taċ-ċikwejra jifarrku f'mehrież flimkien ma' pine nuts inkaljat u żejt tajjeb u fl-aħħar jiġihalltu ma' ġobon pecorino u fit melħ. **Post naturali:** Iċ-ċikwejra ġejja mill-Asja tal-Punent. Jinstab biss sporadikament fl-emisferu tan-Nofsinhar. **Kultivazzjoni b'suċċess:** Il-kultivazzjoni ssir l-aħjar f'post xemxi ġewwa minn Frar. Iż-żerriegħa hija germinatur haħif. Ferrex iż-żrieragħ fuq sottostrat niedja tal-ġewż jew ħamrija organika tal-ħxejjex u aghfas iż-żrieragħ haħif. Għatti l-bastiment tal-kultura b'cling film, li inti tipprovi b'toqob. Dan jiproteġi l-ħamrija milli tinxef. Għandek tneħhi l-fojl għal saġhtejn kull jumejn jew tlett ijiem. Dan jipprevjeni l-moffa milli tifforma fuq l-art. Poġġi l-bastiment tal-kultura qawwi u sħun f'20 sa 25 ° Celsius. Żomm il-wiċċ tal-ħamrija niedja (eż. bi sprej tal-ilma) iħda mhux imxarrab. Skont it-temperatura tat-tkabbir, l-ewwel nebbieta jidhru wara ġimagħtejn sa ħames ġimagħat. Pjanti mkabbra ġewwa jistgħu jiġu trapijantati barra bil-boċċa ta' l-għeruq kollu minn Mejju, meta ma jkunx mistenni aktar ġlata bil-lejl. **L-aħjar post:** L-impjant iħobb ix-xemx, is-sħana u post kenn mir-riħ biex jiżviluppa bis-ših l-aroma tiegħu. **Kura ottimali:** Dejjem żomm il-ħamrija kemmxejn niedja iħda mhux imxarrba. Ilma hekk kif is-saff ta' fuq tal-ħamrija jkun nixef. Ma fertilize xejn jew haħif biss b'kompost jew fertilizzant organiku tal-ħxejjex. **Fix-xitwa:** Dandelions huma rezistenti u ma jteġiegu eħda trattament speċjali.



Bio - Paardenbloem

Taraxacum officinale

Het Duitse antwoord op Rucola-salade - Pittige bladeren en zoete bloemen

Ieder kind kent de plant, die tot wel 30 centimeter hoog kan worden, en zijn karakteristieke, paardebloemachtige bladeren. Paardebloemen komen vaak voor, Vanwege de milieupact mag het echter niet zomaar ergens worden opgehaald. Daarom is het aan te raden om deze plant zelf te kweken. Kies de diepst mogelijke pot om als kuipplant te houden, aangezien de plant uitgebreide wortels ontwikkelt. Paardebloemen hebben een lang groeiseizoen van maart tot herfst. De beste oogsttijd is april tot mei voor de bladeren, april tot juni voor de bloemen, mei tot juni en september voor de zaden en vroege herfst of lente voor de wortels. De eetbare bloemen smaken zoet en vormen een mooie, eetbare versiering. Ze kunnen worden gebruikt om paardebloemjam of siroop te maken. De bladeren smaken scherp en pittig. Hoe ouder de bladeren zijn, hoe meer bittere stoffen ze bevatten. Geef daarom altijd de voorkeur aan de jonge bladeren. In de keuken is paardebloem het hoofdingrediënt of toevoeging aan salades, pesto's, smoothies, groentestoofschotels, risotto's en ovenschotels. De bladeren zijn bijzonder lekker als salade in combinatie met andere aromatische kruiden zoals basilicum, Citroenmelisse of tijm en walnoten, pijnboompitten of hazelnoten, die vooraf even worden geroosterd. Paardebloem is ook een smaakvol alternatief voor basilicumpesto. Verse paardebloembladeren worden samen met geroosterde pijnboompitten en een goede olie in een vijzel fijngestampd en tenslotte gemengd met pecorinokaas en een beetje zout. **Natuurlijke locatie:** De paardebloem komt uit West-Azië. Het komt slechts sporadisch voor op het zuidelijk halfrond. **Succesvolle teelt:** Het kweken kan het beste vanaf februari op een zonnige plaats binnen gebeuren. Het zaadje is een lichte kiem. Strooi de zaden over een vochtig kokossubstraat of biologische kruidengrond en druk de zaden licht aan. Dek de kweekbak af met vershoudfolie, die u van gaten heeft voorzien. Dit beschermt de aarde tegen uitdroging. Om de twee tot drie dagen moet u de film gedurende 2 uur verwijderen. Dit voorkomt schimmelvorming op de aarde. Zet de zaadbak op een lichte en warme plaats bij 20 à 25 ° Celsius. Houd het aardoppervlak vochtig (bijv. Met een watersproeier), maar niet nat. Afhankelijk van de teelttemperatuur verschijnen de eerste zaailingen na twee tot vijf weken. In huis gekweekte planten kunnen vanaf mei, wanneer geen nachtvorst meer te verwachten is, met de hele baal naar buiten. **De beste locatie:** De plant houdt van zon, warmte en een beschutte plek om zijn aroma volledig te ontwikkelen. **Optimale verzorging:** Houd de grond altijd licht vochtig, maar niet nat. Geef water zodra de bovenste laag aarde is opgedroogd. Bemest niet of slechts licht met compost of organische kruidenmeststoffen. **In de winter:** Paardebloemen zijn winterhard en hebben geen speciale behandeling nodig.



ØKOLOGISK - løvetann

Taraxacum officinale

Det tyske svaret på ruccolasalat - krydrede blader og søte blomster

Hvert barn kjenner planten, som er opptil 30 centimeter høy, og dens karakteristiske, løvetannlignende blader. Mens løvetann er vanlig, bør de ikke samles hvor som helst på grunn av miljøpåvirkningen. Derfor er det tilrådelig å dyrke denne planten selv. For å holde som en containerplante, velg en potte som er så dyp som mulig, da planten utvikler omfattende pælerøtter. Løvetann har en lang vekstsesong, fra mars til høsten. Den beste tiden å høste er april til mai for blader, april til juni for blomster, mai til juni og september for frø og tidlig høst eller vår for røtter. De spiselige blomstene smaker søtt og utgjør en pen, spiselig dekorasjon. Du kan bruke dem til å lage løvetannsyltetøy eller sirup. Bladene smaker ganske syrlig og krydret. Men jo eldre bladene er, jo mer bitterstoffer inneholder de. Derfor bør man alltid foretrekke de unge bladene. På kjøkkenet brukes løvetann som hovedingrediens eller som tilbehør til salater, pesto, smoothies, grønnsaksgrøter, risotto og gryteretter. Bladene er spesielt velsmakende i en salat i kombinasjon med andre aromatiske urter som basilikum, Sitrønmelisse eller timian og valnøtter, pinjekjerner eller hasselnøtter som stekes kort på forhånd. Løvetann er også et velsmakende alternativ til basilikumpesto. Friske løvetannblader knuses i en morter sammen med ristede pinjekjerner og en god olje og til slutt blandes med pecorinoost og litt salt. **Naturlig beliggenhet:** Løvetann kommer fra det vestlige Asia. Den finnes bare sporadisk på den sørlige halvkule. **Vellykket dyrking:** Dyrking gjøres best på et solrikt sted innendørs fra februar. Frøet er et lett spiremiddel. Spred frøene på fuktig kokosnøttsubstrat eller organisk urtejord og press frøene lett. Dekk kulturkaret med matfilm, som du forsyner med hull. Dette beskytter jorda mot å tørke ut. Du bør fjerne folien i 2 timer annenhver til tredje dag. Dette forhindrer at det dannes mugg på bakken. Plasser kulturkaret lyst og varmt ved 20 til 25 ° Celsius. Hold jordoverflaten fuktig (f.eks. med en vannsprøyte), men ikke våt. Avhengig av veksttemperaturen vises de første frøplantene etter to til fem uker. Planter dyrket innendørs kan transplanteres utendørs med hele rotklumpen fra mai, da det ikke er å forvente mer nattefrost. **Den beste beliggenheten:** Planten elsker sol, varme og et sted i ly for vinden for å fullt utvikle aromaen. **Optimal omsorg:** Hold alltid jorden litt fuktig, men ikke våt. Vann så snart det øverste jordlaget har tørket. Ikke gjødsle i det hele tatt eller bare lett med kompost eller organisk urtegjødsl. **Om vinteren:** Løvetann er hardfør og krever ingen spesiell behandling.



Bio - Mniszek Lekarski

Taraxacum officinale

Niemiecka odpowiedź na salatkę z rukoli - pikantne liście i słodkie kwiaty

Roślina o wysokości do 30 cm z charakterystycznymi liśćmi przypominającymi zęby lwa jest znana każdemu dziecku. Mniszek jest szeroko rozpowszechniony, ale ze względu na zanieczyszczenie środowiska nie powinien być zbierany gdziekolwiek. Szczególnie w przypadku mniszka lekarskiego wysoce zalecane jest uprawianie własnej rośliny w domu. W uprawie w doniczce najlepiej wybrać wysoką doniczkę, ponieważ roślina ma mocne korzenie palowe. Mniszek lekarski ma dość długi okres wegetacji, który trwa od marca do jesieni. Najlepsze okresy zbioru to od kwietnia do maja na liście, od kwietnia do czerwca na kwiaty i od maja do czerwca na nasiona. Korzenie dobrze zbierać wczesną jesienią lub wiosną. Kwiaty mają nieco słodkawy smak i stanowią piękny, jadalny dodatek. Z kwiatów można też zrobić dżem z mniszka lekarskiego lub syrop. Liście mają raczej cierpki i ostry smak, a im są starsze, tym więcej zawierają goryczy. Dlatego najlepiej używać młodszych liści. Mniszek może być głównym składnikiem lub dodatkiem do sałatek, a także pesto, smoothie, gulaszu warzywnego, risotto i zapiekanki. Liście mniszka lekarskiego są bardzo smaczne jako sałatka w połączeniu z innymi aromatycznymi ziołami, takimi jak bazylika, melisa czy nawet tymianek, i trochę lekko prażonych orzechów włoskich, piniowych lub laskowych. Mniszek lekarski to również intensywnie aromatyczna alternatywa dla pesto bazyliowego. W tym celu świeże liście należy rozgnieść w moździerzu razem z dobrym olejem i prażonymi orzechkami piniowymi. Na koniec wymieszaj tę mieszankę z serem Pecorino i odrobiną soli. **Naturalne położenie:** Mniszek lekarski pochodzi z zachodniej Azji. Na półkuli południowej występuje bardzo rzadko. **Udana uprawa:** Najlepszy czas na rozmnażanie rozpoczyna się w lutym w słonecznym miejscu w pomieszczeniu, ponieważ nasiona są lekkimi kiełkującymi. Rozsyp nasiona na wilgotnym podłożu kokosowym lub organicznej ziemi ziołowej i lekko je docisnij. Przykryj pojemnik na nasiona przezroczystą folią, aby gleba nie wyschła, ale nie zapomnij zrobić dziur w przezroczystej folii i zdejmuj ją co drugi lub trzeci dzień na około 2 godziny. W ten sposób unikniesz tworzenia się pleśni na kompoście doniczkowym. Umieść pojemnik na nasiona w miejscu jasnym i ciepłym o temperaturze od 20 ° C do 25 ° C. Cieszyć się i utrzymuj powierzchnię ziemi w stanie wilgotnym, ale nie mokrym (najlepiej za pomocą rozpylacza wodnego). W zależności od temperatury rozmnażania pierwsze sadzonki wyrosną po dwóch do pięciu tygodni. Sadzonki, które są już wyhodowane w pomieszczeniu, można sadzić na początku maja. **Najlepsza lokalizacja:** Roślina potrzebuje słońca, ciepła i miejsca osłoniętego od wiatru, aby wydobyć swój pełny aromat. **Optymalna pielęgnacja:** Utrzymuj glebę zawsze wilgotną, ale nie mokrą. Podlewaj roślinę, gdy tylko wyschnie górna warstwa ziemi. Roślinę należy nawozić bardzo skromnie kompostem lub organicznym nawozem do ziół lub w ogóle nie nawozić. **W zimę:** Mniszek jest mrozoodporny i zimą nie wymaga specjalnej pielęgnacji.



ORGÂNICO - dente de leão

Taraxacum officinale

A resposta alemã à salada de rúcula - folhas picantes e flores doces

Toda criança conhece a planta, que chega a ter 30 centímetros de altura, e suas características folhas parecidas com o dente-de-leão. Embora os dentes-de-leão sejam comuns, eles não devem ser coletados em qualquer lugar devido ao impacto ambiental. Portanto, é aconselhável cultivar esta planta você mesmo. Para manter uma planta de contêiner, escolha um vaso o mais profundo possível, pois a planta desenvolve extensas raízes principais. Os dentes-de-leão têm uma longa estação de crescimento, que vai de março até o outono. A melhor época para colher é de abril a maio para folhas, abril a junho para flores, maio a junho e setembro para sementes e início do outono ou primavera para raízes. As flores comestíveis têm um sabor doce e fazem uma decoração bonita e comestível. Você pode usá-los para fazer geléia ou xarope de dente-de-leão. As folhas têm um sabor bastante azedo e picante. No entanto, quanto mais velhas são as folhas, mais substâncias amargas elas contêm. Portanto, deve-se sempre preferir as folhas jovens. Na cozinha, o dente-de-leão é utilizado como ingrediente principal ou como acompanhamento de saladas, pesto, smoothies, ensopados de legumes, risotos e caçarolas. As folhas são particularmente saborosas numa salada em combinação com outras ervas aromáticas como o manjeriço. Erva-cidreira ou tomilho e nozes, pinhões ou avelãs previamente torrados. O dente-de-leão também é uma alternativa saborosa ao pesto de manjeriço. Folhas frescas de dente-de-leão são esmagadas em um pilão junto com pinhões torrados e um bom óleo e, finalmente, misturadas com queijo pecorino e um pouco de sal. **Localização natural:** O dente-de-leão vem da Ásia Ocidental. É encontrado apenas esporadicamente no hemisfério sul. **Cultivo bem sucedido:** O cultivo é melhor feito em um local ensolarado dentro de casa a partir de fevereiro. A semente é um germinador leve. Espalhe as sementes em substrato de coco úmido ou solo de ervas orgânicas e pressione as sementes levemente. Cubra o recipiente de cultura com filme plástico, que você fornece com furos. Isso protege o solo de secar. Você deve remover o papel alumínio por 2 horas a cada dois ou três dias. Isso evita a formação de mofo no chão. Coloque o recipiente de cultura brilhante e quente entre 20 e 25 ° Celsius. Mantenha a superfície do solo úmida (por exemplo, com um pulverizador de água), mas não molhada. Dependendo da temperatura crescente, as primeiras mudas aparecem após duas a cinco semanas. As plantas cultivadas dentro de casa podem ser transplantadas para fora com toda a raiz a partir de maio, quando não se espera mais geada noturna. **A melhor localização:** A planta adora sol, calor e um local abrigado do vento para desenvolver plenamente seu aroma. **Cuidado ideal:** Sempre mantenha o solo levemente úmido, mas não molhado. Regue assim que a camada superior do solo secar. Não fertilize de forma alguma ou apenas levemente com composto ou fertilizante orgânico à base de ervas. **No inverno:** Os dentes-de-leão são resistentes e não requerem nenhum tratamento especial.



Ecologic - Păpădie

Taraxacum officinale

Răspunsul german la Salata Rucola - Frunze picante și flori dulci

Fiecare copil cunoaște planta, care are o înălțime de până la 30 de centimetri, și frunzele sale caracteristice, asemănătoare păpădiei. Păpădia este comună. Cu toate acestea, din cauza impactului asupra mediului, nu ar trebui colectat doar undeva. Prin urmare, este recomandabil să crești singură această plantă. Alegeți un ghiveci cât mai adânc posibil pentru păstrare ca o plantă container, deoarece planta dezvoltă rădăcini extinse de robinet. Păpădia are un sezon de creștere îndelungat din martie până în toamnă. Cea mai bună perioadă de recoltare este din aprilie până în mai pentru frunze, din aprilie până în iunie pentru flori, mai până în iunie și septembrie pentru semințe și începutul toamnei sau primăverii pentru rădăcini. Florile comestibile au un gust dulce și fac un decor frumos, comestibil. Pot fi folosite pentru a face gem sau sirup de păpădie. Frunzele au un gust tartru și picant. Cu cât frunzele sunt mai vechi, cu toate acestea, cu atât mai multe substanțe amare le conțin. Prin urmare, ar trebui să acordați întotdeauna preferință frunzelor tinere. În bucătărie, păpădia este ingredientul principal sau adăugarea la salate, pestos, piureuri, tocănițe de legume, risottos și caserole. Frunzele sunt deosebit de delicioase ca salată în combinație cu alte plante aromatice, cum ar fi busuiocul, Balsam de lămâie sau cimbru și nucă, nucă sau alune, care se prăjesc scurt în prealabil. Păpădia este, de asemenea, o alternativă aromată la pesto-ul cu busuioc. Frunzele proaspete de păpădie sunt piure împreună cu nucă de pin prăjită și un ulei bun într-un mortar și în cele din urmă amestecate împreună cu brânză pecorino și puțină sare. **Locație naturală:** Păpădia provine din vestul Asiei. Poate fi găsit doar sporadic în emisfera sudică. **Cultivare de succes:** Cultivarea se face cel mai bine într-un loc însorit în interior din februarie. Sămânța este un germen ușor. Imprăștiți semințele pe substratul umed de nucă de cocos sau pe solul de plante organice și apăsați semințele ușor. Acoperiți vasul de cultivare cu folie alimentară, pe care ați prevăzut-o cu găuri. Acest lucru protejează pământul de uscăre. La fiecare două până la trei zile ar trebui să îndepărtați filmul timp de 2 ore. Acest lucru împiedică formarea mușgaiului pe pământ. Așezați recipientul pentru semințe într-un loc ușor și cald, la 20-25 ° Celsius. Păstrați suprafața pământului umedă (de exemplu, cu un pulverizator de apă), dar nu umedă. În funcție de temperatura de cultivare, primii răsaduri apar după două până la cinci săptămâni. Plantele cultivate în casă pot fi mutate cu întreg balotul în aer liber din luna mai, când înghețul nocturn nu mai este de așteptat. **Cea mai bună locație:** Planta iubește soarele, căldura și un loc adăpostit pentru a-și dezvolta pe deplin aroma. **Îngrijire optimă:** Păstrați întotdeauna solul ușor umed, dar nu umed. Apă imediat ce stratul superior al solului s-a uscat. Nu fertilizați deloc sau doar ușor cu compost sau îngrășămintă organice pe bază de plante. **În iarnă:** Păpădia este rezistentă și nu necesită tratament special.



Ekologiskt - Maskros

Taraxacum officinale

Det tyska svaret på Ruccola-sallad - Kryddiga löv och söta blommor

Varje barn känner till växten, som är upp till 30 centimeter hög, och dess karakteristiska, maskrosliknande löv. Maskrosor är vanliga. På grund av miljöpåverkan bör den dock inte bara samlas någonstans. Det är därför lämpligt att odla denna växt själv. Välj en kruka som är så djup som möjligt för att hålla som en behållarväxt, eftersom växten utvecklar omfattande kranrötter. Maskrosor har en lång växtsäsong som sträcker sig från mars till höst. Den bästa skördetiden är april till maj för bladen, april till juni för blommorna, maj till juni och september för frön och tidig höst eller vår för rötterna. De ätbara blommorna smakar söta och gör en vacker, ätbar dekor. De kan användas för att göra maskrosstopp eller sirap. Bladen smakar syltigt och kryddigt. Ju äldre bladen är, desto mer bittra ämnen innehåller de. Därför bör du alltid föredra de unga bladen. I köket är maskros huvudingrediens eller tillägg till sallader, pestos, smoothies, grönsaksgrytor, risottor och grytor. Bladen är särskilt utsökta som sallad i kombination med andra aromatiska örter som basilika, Citronmeliss eller timjan och valnötter, pinjenötter eller hasselnötter, som rostas kort i förväg. Maskros är också ett smakfullt alternativ till basilikumpesto. Färska maskrosblad mosas tillsammans med rostade pinjenötter och en bra olja i en mortel och blandas slutligen med pecorinoost och lite salt. **Naturligt läge:** Maskros kommer från västra Asien. Det finns bara sporadiskt på södra halvklotet. **Framgångsrik odling:** Odling görs bäst på en solig plats inomhus från februari. Fröet är en lätt bakterie. Sprid fröna på fuktigt kokosnötssubstrat eller organisk örtjord och tryck lätt på fröna. Täck odlingskäret med plastfolie, som du har försett med hål. Detta skyddar jorden från att torka ut. Varannan till var tredje dag ska du ta bort filmen i två timmar. Detta förhindrar mögeltillväxt på jorden. Placera fröbehållaren på en lätt och varm plats vid 20 till 25 ° Celsius. Håll jordytan fuktig (t.ex. med en vattenspruta) men inte våt. Beroende på odlingstemperaturen uppträder de första plantorna efter två till fem veckor. Växter som odlas inomhus kan flyttas ut med hela balen från maj, då det inte längre kan förväntas nattfrost. **Den bästa platsen:** Växten älskar sol, värme och en skyddad plats för att fullt ut utveckla sin arom. **Optimal vård:** Håll alltid jorden lite fuktig men inte våt. Vatten så snart jordens översta lager har torkat. Gödsla inte alls eller bara lätt med kompost eller organiska örtgödsmedel. **På vintern:** Maskrosor är hårda och kräver ingen speciell behandling.



BIO - púpava

Taraxacum officinale

Nemecká odpoveď na rukolový šalát - pikantné listy a sladké kvety

Rastlinu vysokú až 30 centimetrov a jej charakteristické listy podobné púpave pozná každé dieťa. Aj keď sú púpavy bežné, nemali by sa zbierať len tak hocikde kvôli vplyvu na životné prostredie. Preto je vhodné pestovať túto rastlinu sami. Ak chcete pestovať ako nádobu, vyberte si čo najhlbší črepník, pretože rastlina vyvíja rozsiahle koreňové korene. Púpavy majú dlhé vegetačné obdobie, ktoré trvá od marca do jesene. Najlepší čas na zber je apríl až máj pre listy, apríl až jún pre kvety, máj až jún a september pre semená a začiatkom jesene alebo jari pre korene. Jedlé kvety chutia sladko a tvoria peknú jedlú dekoráciu. Môžete z nich pripraviť púpavový džem alebo sirup. Listy chutia skôr kyslo a korenisto. Čím sú však listy staršie, tým viac horčín obsahujú. Preto treba vždy uprednostňovať mladé listy. V kuchyni sa púpava používa ako hlavná ingrediencia alebo ako príloha do šalátov, pesta, smoothies, zeleninových prívarkov, rizota a kastrolov. Listy sú obzvlášť chutné v šaláte v kombinácii s inými aromatickými bylinkami, ako je bazalka, Medovka alebo tymián a vlašské orechy, píniové oriešky alebo lieskové oriešky, ktoré predtým krátko opražíme. Púpava je tiež chutnou alternatívou bazalkového pesta. Čerstvé listy púpavy sa rozdrvia v maziari spolu s opraženými píniovými orieškami a dobrým olejom a nakoniec sa zmiešajú so syrom pecorino a trochou soli. **Prirodzená poloha:** Púpava pochádza zo západnej Ázie. Na južnej pologuli sa vyskytuje len sporadicky. **Úspešná kultivácia:** Die Anzucht erfolgt am besten an einem sonnigen Platz im Haus ab Februar. Der Samen ist ein Lichtkeimer. Streuen Sie das Saatgut auf feuchtes Kokossubstrat oder BIO-Kräutererde und drücken Sie die Samen leicht an. Decken Sie das Anzuchtgefäß mit Klarsichtfolie ab, die Sie mit Löchern versehen. So ist die Erde vor Austrocknung geschützt. Alle zwei bis drei Tage sollten Sie die Folie für 2 Stunden entfernen. Das beugt einer Schimmelbildung auf der Erde vor. Stellen Sie das Anzuchtgefäß hell und warm bei 20 bis 25 ° Celsius. Halten Sie die Oberoberfläche feucht (z.B. mit einem Wassersprüher), aber nicht nass. Abhängig von der Anzuchttemperatur erscheinen die ersten Sämlinge nach zwei bis fünf Wochen. Im Haus vorgezogene Pflanzen können ab Mai, wenn kein Nachtfrost mehr zu erwarten ist, mit dem gesamten Ballen ins Freiland umgesetzt werden, um Stress für die Pflanze zu vermeiden. **Najlepšie umiestnenie:** Rastlina miluje slnko, teplo a miesto chránené pred vetrom, aby mohla naplno rozvinúť svoju vôňu. **Optimálna starostlivosť:** Pôdu udržiavajte vždy mierne vlhkú, ale nie mokrú. Zalejte hneď, ako vrchná vrstva pôdy vyschne. Nehnojte vôbec alebo len jemne kompostom alebo organickým bylinkovým hnojivom. **V zime:** Púpavy sú odolné a nevyžadujú žiadne špeciálne ošetrovanie.



BIO - regrat

Taraxacum officinale

Nemški odgovor na solato iz rukole – pikantni listi in sladki cvetovi

Do 30 centimetrov visoko rastlino in njene značilne, regratu podobne liste pozna vsak otrok. Čeprav je regrat pogost, ga zaradi vpliva na okolje ne bi smeli nabirati kjer koli. Zato je priporočljivo, da to rastlino gojite sami. Za gojenje v posodah izberite čim globlji lonec, saj rastlina razvije obsežne glavne korenine. Regrat ima dolgo rastno sezono, ki traja od marca do jeseni. Najboljši čas za nabiranje je od aprila do maja za liste, od aprila do junija za cvetove, od maja do junija in septembra za semena ter zgodnja jesen ali pomlad za korenine. Užitni cvetovi so sladkega okusa in so lep užitni okras. Uporabite jih lahko za pripravo regratove marmelade ali sirupa. Listi so precej trpkega in pikantnega okusa. Vendar starejši kot so listi, več grenkih snovi vsebujejo. Zato je treba vedno dati prednost mladim listom. V kuhinji se regrat uporablja kot glavna sestavina ali kot priloga k solatam, pestom, smutijem, zelenjavnim enolončnicam, rizotam in enolončnicam. Listi so še posebej okusni v solati v kombinaciji z drugimi aromatičnimi zelišči, kot je bazilika, Melisa ali timijan ter orehi, pinjole ali lešniki, ki jih predhodno na kratko popražimo. Regrat je tudi okusna alternativa pestu iz bazilike. Sveže regratove liste zdrobimo v možnarju skupaj s praženimi pinjolami in dobrim oljem ter na koncu primešamo pekorinu in malo soli. **Naravni habitat:** Regrat prihaja iz zahodne Azije. Na južni polobli ga najdemo le občasno. **Navodila za gojenje:** Od februarja je najbolje gojiti na sončnem mestu v zaprtih prostorih. Seme je lahek kalilec. Semena raztrosite po vlažnem kokosovem substratu ali organski zeliščni zemlji in semena rahlo potlačite. Posodo z kulturo pokrijte s folijo za živila, ki jo opremite z luknjami. To ščiti tla pred izsušitvijo. Vsake dva do tri dni za 2 uri odstranite folijo. S tem preprečimo nastanek plesni na tleh. Posodo s kulturo postavite na svetlo in toplo na 20 do 25 °C. Površino tal naj bo vlažna (npr. z vodnim razpršilcem), vendar ne mokra. Odvisno od rastne temperature se prve sadike pojavijo po dveh do petih tednih. Rastline, ki jih gojimo v zaprtih prostorih, lahko od maja, ko ni več pričakovati nočne zmrzali, presajamo na prosto s celotno koreninsko grudo. **Najboljša lokacija:** Rastlina obožuje sonce, toploto in prostor, zaščiten pred vetrom, da popolnoma razvije svojo aromo. **Optimalna nega:** Tla naj bodo vedno rahlo vlažna, vendar ne mokra. Zalivajte takoj, ko se zgornja plast zemlje posuši. Sploh ne gnojite ali le malo gnojite s kompostom ali organskim zeliščnim gnojilom. **V zimskem času:** Regrat je trdoživ in ne potrebuje posebne nege.



Ecológico - Diente de león

Taraxacum officinale

La respuesta alemana a la ensalada de rúcula - Hojas picantes y flores dulces

Todos los niños conocen la planta de hasta 30 cm de altura y sus hojas características, parecidas a las del diente de león. Los dientes de león son comunes, pero debido a su impacto ambiental no deben ser recolectados de cualquier parte. Por esta razón, es aconsejable cultivar esta planta usted mismo. Elija una maceta que sea lo más profunda posible, ya que la planta desarrolla raíces profundas y extensas. El diente de león tiene un largo período de vegetación que dura de marzo a otoño. La mejor época para la cosecha es de abril a mayo para las hojas, de abril a junio para las flores, de mayo a junio y septiembre para las semillas y de principios de otoño o primavera para las raíces. Las flores comestibles tienen un sabor dulce y son una decoración muy apreciable. Se pueden usar para hacer mermelada de diente de león o jarabe. Las hojas tienen un sabor más bien amargo y especiado. Sin embargo, cuanto más viejas son las hojas, más sustancias amargas contienen. Por lo tanto, siempre se deben preferir las hojas jóvenes. En la cocina, el diente de león es el ingrediente principal o el acompañamiento de ensaladas, pestos, batidos, guisos de verduras, risotto y cazuelas. Las hojas son especialmente sabrosas como ensalada en combinación con otras hierbas aromáticas como la albahaca, el melisa o el tomillo y las nueces, los piñones o las avellanas, que se tuestan brevemente de antemano. El diente de león es también una alternativa de sabor intenso al pesto de albahaca. Las hojas frescas del diente de león se trituran junto con los piñones tostados y un buen aceite en un mortero y finalmente se mezclan con el queso pecorino y un poco de sal. **Ubicación natural:** El diente de león viene de Asia Occidental. En el hemisferio sur se encuentra sólo esporádicamente. **Cultivo exitoso:** El mejor lugar para el cultivo es un lugar soleado en el interior a partir de febrero. La semilla es un cubo ligero. Espolvoree las semillas sobre sustrato de coco húmedo o tierra para hierbas orgánicas y presione ligeramente las semillas. Cubra el contenedor de cultivo con una película de plástico transparente con agujeros. Esto protege el suelo de la desecación. Cada dos o tres días debe retirar la película durante 2 horas. Esto evita la formación de moho en la tierra. Coloque el recipiente de cultivo brillante y caliente a una temperatura de 20 a 25 ° Celsius. Mantenga la superficie húmeda (por ejemplo, con un rocío de agua), pero no mojada. Dependiendo de la temperatura de crecimiento, las primeras plántulas aparecen después de dos a cinco semanas. Las plantas crecidas en interiores pueden trasladarse al exterior con todo el fardo a partir de mayo, cuando ya no es de esperar que se produzcan heladas nocturnas, para evitar que la planta se estrese. **La mejor ubicación:** La planta ama el sol, el calor y un lugar protegido para desarrollar plenamente su aroma. **Cuidado óptimo:** Mantenga siempre la tierra ligeramente húmeda, pero no mojada. Riegue tan pronto como la capa superior de la tierra esté seca. No fertilice en absoluto o sólo ligeramente con abono orgánico o fertilizante herbario BIO. **En el invierno:** El diente de león es resistente y no requiere un tratamiento especial.



BIO - pampeliška

Taraxacum officinale

Německá odpověď na rukolu - kořeněné listy a sladké květy

Každé dítě zná až 30 centimetrů vysokou rostlinu a její charakteristické listy připomínající pampelišku. Pampelišky jsou sice běžné, ale kvůli dopadu na životní prostředí by se neměly sbírat jen tak někde. Proto je vhodné pěstovat si tuto rostlinu sami. Pro pěstování jako kontejnerová rostlina si vyberte květináč, který je co nejhlubší, protože rostlina vyvíjí rozsáhlé kulové kořeny. Pampelišky mají dlouhé vegetační období, které trvá od března do podzimu. Nejlepší doba pro sklizeň je duben až květen pro listy, duben až červen pro květy, květen až červen a září pro semena a začátek podzimu nebo jaro pro kořeny. Jedlé květy chutnají sladce a tvoří hezskou, jedlou dekoraci. Můžete z nich připravit pampeliškovou marmeládu nebo sirup. Listy chutnají spíše kysle a kořenitě. Čím jsou však listy starší, tím více hořkých látek obsahují. Proto je třeba vždy preferovat mladé listy. V kuchyni se pampeliška používá jako hlavní ingredience nebo jako příloha do salátů, pesta, smoothies, zeleninových gulášů, rizot a kastrolů. Listy jsou obzvláště chutné v salátu v kombinaci s jinými aromatickými bylinami, jako je bazalka, Meduňka nebo tymián a vlašské, piniové nebo lískové oříšky, které předtím krátce opražíme. Pampeliška je také chutnou alternativou bazalkového pesta. Čerstvé listy pampelišky se rozdrtí v hmoždíři spolu s opraženými piniovými oříšky a dobrým olejem a nakonec se smíchá se sýrem pecorino a trochou soli. **Přírozená poloha:** Pampeliška pochází ze západní Asie. Na jižní polokouli se vyskytuje jen sporadicky. **Úspěšné pěstování:** Pěstování se nejlépe provádí na slunném místě v interiéru od února. Semeno je lehký klíčič. Semínka rozsypte na vlhký kokosový substrát nebo organickou bylinkovou půdu a semena lehce přitlačte. Kultivační nádobu zakryjte potravinářskou fólií, kterou opatříte otvory. To chrání půdu před vysycháním. Fólii byste měli odstraňovat na 2 hodiny každé dva až tři dny. Tím se zabrání tvorbě plísní na zemi. Kultivační nádobu umístěte na světlou a teplou při 20 až 25 °C. Udržujte povrch půdy vlhký (např. rozprašovačem vody), ale ne mokré. V závislosti na teplotě růstu se první sazenice objevují po dvou až pěti týdnech. Rostliny pěstované uvnitř je možné přesazovat ven s celým kořenovým balem od května, kdy již nelze očekávat noční mrazíky. **Nejlepší umístění:** Rostlina miluje slunce, teplo a místo chráněné před větrem, aby plně rozvinula své aroma. **Optimální péče:** Půdu udržujte vždy mírně vlhkou, ale ne mokrou. Zalévejte, jakmile vrchní vrstva půdy vyschne. Nehnojte vůbec nebo jen lehce kompostem nebo organickým bylinkovým hnojivem. **V zimě:** Pampelišky jsou odolné a nevyžadují žádné speciální ošetřování.



ORGANİK - karahindiba

Taraxacum officinale

Roka salatasına Alman cevabı - baharatlı yapraklar ve tatlı çiçekler

Boyu 30 santimetremu ulaşan bitkiyi ve karahindibaya benzeyen karakteristik yapraklarını her çocuk bilir. Karahindiba yaygın olsa da, çevresel etkilerinden dolayı herhangi bir yerde toplanmamalıdır. Bu nedenle, bu bitkiyi kendiniz yetiştirmeniz tavsiye edilir. Bir kap bitkisi olarak tutmak için, bitki geniş ana kökler geliştirdiğinden, mümkün olduğu kadar derin bir saksı seçin. Karahindiba, marttan sonbahara kadar uzanan uzun bir büyüme mevsimine sahiptir. Hasat için en iyi zaman yapraklar için Nisan-Mayıs, çiçekler için Nisan-Haziran, tohumlar için Mayıs-Haziran ve Eylül ve kökler için erken sonbahar veya ilkbahardır. Yenilebilir çiçeklerin tadı tatlıdır ve güzel, yenilebilir bir dekorasyon oluşturur. Karahindiba reçeli veya şurubu yapmak için kullanabilirsiniz. Yaprakların tadı oldukça ekşi ve baharatlıdır. Ancak yapraklar ne kadar yaşlıysa, o kadar acı maddeler içerirler. Bu nedenle her zaman genç yapraklar tercih edilmelidir. Mutfakta karahindiba salata, pesto, smoothie, sebze güveç, risotto ve güveçlerin ana malzemesi veya eşlikçisi olarak kullanılır. Yapraklar, fesleğen gibi diğer aromatik bitkilerle birlikte bir salatada özellikle lezzetlidir. Melisa veya kekik ve önceden kısaca kavrulmuş ceviz, çam fıstığı veya fındık. Karahindiba ayrıca fesleğenli pestoya lezzetli bir alternatiftir. Taze karahindiba yaprakları kavrulmuş çam fıstığı ve iyi bir yağ ile havanda ezilir ve son olarak pecorino peyniri ve biraz tuz ile karıştırılır. **Doğal konum:** Karahindiba Batı Asya'dan geliyor. Sadece güney yarımkürede sporadik olarak bulunur. **Başarılı yetiştirme:** Yetiştirme en iyi şekilde Şubat ayından itibaren güneşli bir yerde yapılır. Tohum hafif bir çimlendiricidir. Tohumları nemli hindistancevizi alt tabakasına veya organik bitki toprağına dağtın ve tohumları hafifçe bastırın. Kültür kabının üzerini delikler açtığınız streç film ile kapatın. Bu, toprağın kurumasını önler. Folyoyu her iki ila üç günde bir 2 saat çıkarmalısınız. Bu, zeminde küf oluşumunu önler. Kültür kabını parlak ve sıcak olarak 20 ila 25°C'ye yerleştirin. Toprak yüzeyini nemli tutun (örn. su püskürtücü ile) ancak ıslak tutmayın. Büyüme sıcaklığına bağlı olarak, ilk fideler iki ila beş hafta sonra ortaya çıkar. İç mekanda yetiştirilen bitkiler, daha fazla gece donunun beklenmediği Mayıs ayından itibaren tüm kök topuyla birlikte dış mekana nakledilebilir. **En iyi konum:** Bitki, aromasını tam olarak geliştirmek için güneşi, sıcaklığı ve rüzgardan korunan yerleri sever. **Optimum bakım:** Toprağı daima hafif nemli tutun, ancak ıslak tutmayın. Toprağın üst tabakası kurur kurumaz su. Kompost veya organik bitkisel gübre ile hiç gübreleme yapmayın veya çok az gübreleyin. **Kışın:** Karahindiba dayanıklıdır ve herhangi bir özel işlem gerektirmez.



BIO - pitypang

Taraxacum officinale

A német válasz a rakétasalátára - fűszeres levelek és édes virágok

A legfeljebb 30 centiméter magas növényt és jellegzetes, pitypangszerű leveleit minden gyerek ismeri. Bár a pitypang gyakori, a környezeti hatások miatt nem szabad bárhol gyűjteni. Ezért tanácsos ezt a növényt saját kezűleg termesztani. Konténer-növényként való tartáshoz a lehető legmélyebb cserepet válasszunk, mivel a növény kiterjedt karógyökereket fejleszt. **Természetes elhelyezkedés:** A pitypang Nyugat-Ázsiából származik. Csak szórványosan fordul elő a déli féltekén. **Sikeres termesztés:** Februártól zárt térben a legjobb a termesztés. A mag könnyű csírázó. Szórja szét a magokat nedves kókuszdió-aljzaton vagy szerves győgnövénytalajra, és enyhén nyomja meg a magokat. Fedje le a tenyészedényt ragasztófóliával, amelyet lyukakkal lát el. Ez megvédi a talajt a kiszáradástól. A fóliát két-három naponta 2 órára le kell venni. Ez megakadályozza a penészképződést a talajon. Helyezze a tenyésztőedényt világosra és melegre 20-25 °C-ra. A talaj felszínét tartsa nedvesen (pl. vízpermetezővel), de ne nedvesen. A növekedési hőmérséklettől függően az első palánták két-öt hét múlva jelennek meg. A zárt térben termesztett növényeket májustól a teljes gyökérlabdával szabadba ültethetjük, amikor már nem kell éjszakai fagyra számítani. **A legjobb hely:** A növény szereti a napot, a meleget és a szélétől védett helyet, hogy teljesen kifejléssze aromáját. **Optimális gondozás:** Mindig tartsa a talajt enyhén nedvesen, de ne nedvesen. Öntözzük, amint a talaj felső rétege megszáradt. Komposztal vagy szerves növényi műtrágyával egyáltalán ne, vagy csak enyhén trágyázzon. **Télen:** A pitypang szívós, és nem igényel különleges kezelést.

: : : : :



オーガニック - セイヨウタンポポ

Taraxacum officinale

ドイツのロケットサラダ - 香りのよい葉と甘みのある花

ライオンの歯のような葉を持つ特徴的な植物は最大30cmの高さに成長し、すべての子供たちに知られています。タンポポは広範囲に生息していますが、最近では環境汚染が懸念されるので、見かけたら収穫するというのは控えなければなりません。特にセイヨウタンポポは自宅で栽培することを強くお勧めします。鉢植えの場合は強い根を発達させるので、深さのある鉢を使用する必要があります。

セイヨウタンポポは3月から秋までの長い生長期間があります。収穫は葉が4月～5月、花が4月～6月、種は5月～6月がそれぞれ最適です。根の収穫は早秋または春が最適です。花には甘みがあり、美しくそして食べられるガーニッシュでもあります。また、花でジャムやシロップを作ることができます。葉はピリッとしていてスパイシーで、古くなると苦味が増しますので、若い葉を使うのが良いでしょう。セイヨウタンポポは、サラダ、ペスト、スムージー、野菜シチュー、リゾット、または煮込み料理によく合います。葉は、バジル、レモンバーム、あるいはタイムのような他の香りのよいハーブに少し炒ったクルミ、松の実またはヘーゼルナッツを加えたサラダにしてもとても美味しいです。セイヨウタンポポは凝縮した香りがあるので、バジルペストの代わりとしても使用できます。セイヨウタンポポの新鮮な葉と高品質のオイルそして炒った松の実をペースト状にします。そこに、ペコリーノチーズと塩を少々加えます。

自然な場所: セイヨウタンポポはもとは、西アジアの原産です。南半球ではまばらにしか見られません。

栽培成功:

光発芽種子なので、2月上旬に室内の明るい場所で栽培するのが最善です。ココファイバー又はハーブ用のオーガニック栽培用土に種を散らして軽く押し付けます。乾燥を防ぐため、サランラップなどの透明フィルムで鉢をカバーします。透明フィルムには空気穴をいくつかあけ、2～3日に1回は約2時間、完全にフィルムを鉢から外します。そうすることで、カビの発生を防ぎます。20°C～25°Cの明るく暖かい場所に置き、用土の表面は湿った状態に保ちます。(スプレーボトルの使用が理想的です)。温度によりませんが、通常は約2～5週間で発芽します。既に室内で育てているプラントは、5月上旬には屋外に植える事ができます。夜に霜が降りなくなったら、プラントのストレスを避けるため、根ごと植え替えをします。

最高のロケーション: プラントは、その芳香を作り出すために、日光、暖かさ、そして防風された場所が必要です。

最適なケア:

土壌は濡れた状態ではなく、湿った状態に保ちます。用土の表面が乾燥したら水を与えます。肥料を与える場合は、堆肥又はハーブ用の肥料を少量与えるか、又は全く肥料を与えないでください。

冬に: 耐寒性を備えており、冬の間の特別な手入れは必要ありません。

SKU: 15320 / BIO - Löwenzahn