



SAFLAX®



Tips



© Eموke Dénes - CC-BY-SA-2.5

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



Глухарче

Taraxacum officinale

Глухарчето дава на глухарчето, за да му даде слава

Всяко дете познава високото до 30 сантиметра растение и характерните му, приличащи на глухарче листа. През пролетта яркочълтите цветя придават блясък на вашата градина, а по-късно тя оставя след себе си многобройни парашутови плодове и се превръща в „глухарче“. Въпреки че глухарчетата са често срещани, поради въздействието върху околната среда, те не трябва да се събират навсякъде. Ето защо е препоръчително да отглеждате това растение сами. Ефективни сили: Глухарчето, което е богато на редки горчиви вещества, е една от най-известните диворастящи билки и се счита за лечебна билка при проблеми с черния дроб и жлъчния мехур. За да пригответе чай от глухарче (250 мл), залейте с вряща вода една или две препълнени супени лъжици изсушен корен от глухарче и оставете да кисне около 10 минути. След прецеждане на чая винаги трябва да се пият по-малки глътки на по-кратки интервали от около 2 минути и не повече от три чаши на ден. Но глухарчето може да се използва и за приготвяне на много вкусни ястия в кухнята. Младите листа са идеални като леко тръпчива основа за салата от дива билка, като зеленчук или като основа за песто от дива билка. С няколко ръце, пълни с цветове, лимон, **Естествено местоположение:** Глухарчето идва от Западна Азия. Среща се само спорадично в южното полукълбо. **Успешно отглеждане:** Култивирането от семена на закрито е възможно през цялата година, като предкултурата през февруари е идеална за по-късно трансплантиране на младите растения на открито. Възможна е и сеитба на открито от март или в края на лятото. Просто поръсете фините семена върху влажен субстрат за отглеждане и покрийте семената само тънко с пръст. 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 върху растящата почва. Поставете саксията със семена на светло и топло място с 20 до 25° по Целзий и поддържайте почвата влажна, но не мокра. Покълването става след три до пет седмици и от юни разсадът може да се „премести“ в градината. **Най-доброто местоположение:** Глухарчето расте най-добре на слънчеви места с богата на хранителни вещества, добре аерирана и богата на хумус почва. **Оптимална грижа:** За отглеждане като контейнерно растение изберете саксия, която е възможно най-дълбока, тъй като растението развива обширни основни корени. Търговската почва за саксии обикновено е достатъчна. Растението се нуждае само от тор в кофата - за предпочитане билков тор. Глухарчето понася по-добре преовлажняване, отколкото изсъхване. **През зимата:** Глухарчетата са издръжливи и не изискват специално лечение.



Mælkebøtte

Taraxacum officinale

Mælkebøtten giver mælkebøtten for at give den ære

Ethvert barn kender planten, der er op til 30 centimeter høj, og dens karakteristiske, mælkebøttelignende blade. Om foråret tilføjer de lyse gule blomster en puds farve til din have, og senere efterlader den adskillige faldskærmslignende frugter og bliver til "mælkebøtten". Selvom mælkebøtten er almindelige, skal de på grund af miljøbelastningen ikke bare samles hvor som helst. Derfor er det tilrådeligt at dyrke denne plante selv. Effektive kræfter: Mælkebøtten, som er rig på sjældne bitterstoffer, er en af de mest kendte vilde urter og betragtes som en lægeurt mod lever- og galdeblæreproblemer. For at tilberede en mælkebøttest (250 ml), hæld kogende varmt vand over en eller to dybede teskefulde tørret mælkebøtterod og lad det trække i cirka 10 minutter. Efter at teen er blevet silet, bør mindre slurke altid tages med kortere intervaller på ca. 2 minutter og højst tre kopper om dagen. Men mælkebøtten kan også bruges til at tilberede mange lækre retter i køkkenet. De unge blade er ideelle som en let syrlig basis til en vild urtesalat, som grøntsag eller som basis til vild urtepesto. Med nogle hænder fulde af blomster, citron, **Naturlig beliggenhed:** Mælkebøtten kommer fra det vestlige Asien. Den findes kun sporadisk på den sydlige halvkugle. **Succesfuld dyrkning:** Dyrkning fra frø indendørs er mulig hele året rundt, hvor en forkultur i februar er ideel til senere udplantning af de unge planter udenbørs. Såning udenbørs fra marts eller sidst på sommeren er også muligt. Du skal blot drysse de fine frø på fugtigt vækstsubstrat og kun dække frøene tyndt med jord. 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 den voksende jord. Stil frøpotten et let og varmt sted med 20 til 25° Celsius og hold pottejorden fugtig, men ikke våd. Spiringen sker efter tre-fem uger og fra juni kan frøplanterne så "flytte" til haven. **Den bedste beliggenhed:** Mælkebøtten vokser bedst på solrige steder med næringsrig, godt beluftet og humusrig jord. **Optimal pleje:** Til opbevaring som containerplante skal du vælge en potte, der er så dyb som muligt, da planten udvikler omfattende pælerødder. Kommerciel pottejord er normalt tilstrækkeligt. Planten skal kun have gødning i spanden - gerne urtegødning. Mælkebøtten tåler vandledning bedre end udtørring. **Om vinteren:** Mælkebøtten er hårdføre og kræver ingen særlig behandling.



Löwenzahn

Taraxacum officinale

Dem Löwenzahn zum Ruhme gibt es die Pusteblume

Jedes Kind kennt die bis zu 30 Zentimeter hohe Pflanze und Ihre charakteristischen, Löwenzähnen ähnlichen Blätter. Im Frühling verleihen die leuchtend gelben Blüten Ihrem Garten einen kräftigen Farbtupfer und später hinterlässt er zahlreiche fallschirmartige Früchte und wird zur „Pusteblume“. 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. Wirkende Kräfte: Der an seltenen Bitterstoffen reiche Löwenzahn zählt zu den bekanntesten Wildkräutern und gilt als Heilkräut bei Leber- und Gallenbeschwerden. Für die Zubereitung eines Löwenzahntees (250 ml) werden ein bis zwei gehäufte Teelöffel getrocknetes Löwenzahnkraut mit Wurzel mit kochend heißem Wasser übergossen und für etwa 10 Minuten ziehen gelassen. Nach Abseien des Tees sollte immer in kleineren Abständen von etwa 2 Minuten jeweils kleinere Schlücke und pro Tag nicht mehr als drei Tassen getrunken werden. Doch auch in der Küche lassen sich mit Löwenzahn viele leckere Gerichte zubereiten. Die jungen Blätter eignen sich hervorragend als leicht herbe Grundlage eines Wildkräutersalates, als Gemüse oder als Grundlage für Wildkräuterpesto. Mit einigen Händen voller Blüten, Zitronen, Wasser und Gelierzucker lässt sich auch leicht eine geschmackvolle Marmelade herstellen. **Naturstandort:** Der Löwenzahn stammt aus Westasien. Auf der südlichen Halbkugel ist er nur sporadisch anzutreffen. **Anzucht:** Im Haus ist die Anzucht aus Samen das ganze Jahr über möglich, wobei eine Vorkultur im Februar optimal ist, um die jungen Pflanzen später ins Freiland umzupflanzen. Eine Aussaat im Freiland ab März oder im Spätsommer ist auch möglich. Streuen Sie das feine Saatgut einfach auf feuchtes Anzuchtsubstrat und bedecken Sie die Samen nur dünn mit Erde. 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 Anzuchterde vor. Stellen Sie das Anzuchtgefäß an einen hellen und warmen Ort mit 20 bis 25° Celsius und halten Sie die Anzuchterde feucht, aber nicht nass. Die Keimung erfolgt nach drei bis fünf Wochen und ab Juni können die Sämlinge dann in den Garten „umziehen“. **Standort:** Am besten wächst der Löwenzahn an sonnigen Standorten mit nährstoffreichen, gut durchlüfteten und humosen Böden. **Pflege:** Wählen Sie zur Haltung als Kübelpflanze einen möglichst tiefen Topf, da die Pflanze ausgedehnte Pfahlwurzeln entwickelt. In der Regel genügt handelsübliche Blumenerde. Düngergaben braucht die Pflanze nur im Kübel - am besten Kräuterdünger. Staunässe verträgt der Löwenzahn besser als Austrocknen. **Im Winter:** Löwenzahn ist winterhart und bedarf keiner gesonderten Behandlung.



Dandelion

Taraxacum officinale

The dandelion's glory is the blowball's story

Every child knows the up to 30 cm big plant and its characteristic, lion's teeth-like leaves. In spring it produces shiny yellow flowers that give quite a dash of colour to your garden, and later it develops numerous parachute-like fruits and becomes a blowball. Dandelion can be found widely spread, but shouldn't just be harvested anywhere because of the environmental pollutions. Especially with the Dandelion, growing the plant at home is recommended. Active agents: Dandelion is rich in some rare bitter compounds and is one of the most famous wild herbs - it is also considered a medicinal plant against liver and bilious complaints. To prepare a Dandelion tea (250 ml), you can dose two heaped teaspoonsful of dried Dandelion herb including roots with hot boiling water and let it simmer for about 10 minutes. After straining the tea, you should always take a few small gulps intermittently with about 2 minutes in between, and not more than three cups a day. Dandelion is also very useful in the kitchen for preparing a range of tasty dishes. It is perfectly suited as a vegetable or a herbal base in a wild herb salad or for a wild herb pesto. With a few handfuls of blossoms, together with lemon, water and gelling sugar, you can also make a tasty jam. **Natural location:** The Dandelion originally comes from West Asia. On the southern hemisphere it can only sparsely be found. **Successful cultivation:** Seed propagation indoors is possible throughout the year. However, a pre-cultivation in February and planting out later on, would be ideal. Seeding outdoors from March onwards, or in late summer is possible as well. Spread the fine seeds onto moist potting compost and put just a little compost earth on top. Cover the seed container with clear film to prevent the earth 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 your potting compost. Place the seed container somewhere bright and warm with a temperature between 20°C and 25°Celsius and keep the earth moist, but not wet. It will take three to five weeks until germination, and in June you can plant the small seedlings out. **The best location:** Dandelion grows nicely in sunny places with nutritious, aerated and humous soil. **Optimal care:** For tub cultivation, you should pick a rather tall pot since the Dandelion develops strong tap roots. Common potting earth will be sufficient. Fertilizing is only necessary in tub plants, preferably with fertilizer for herbaceous plants. Dandelion can cope with waterlogging rather than with drying out. **In the winter:** Dandelion is frost-hard and doesn't need special care during winter.



Võilill

Taraxacum officinale

Võilill annab võilillele au andmiseks

Kuni 30 sentimeetri kõrgust taime ja sellele iseloomulikke võilillelaadseid lehti tunneb iga laps. Kevadel lisavad erkkollased õied teie aiale värvi ja hiljem jätab see maha arvukalt langevarjulaadseid vilju ning muutub "võililleks". Kuigi võililled on tavalised, ei tohiks neid keskkonnamõju tõttu koguda niisama kõikjal. Seetõttu on soovitatav seda taime ise kasvatada. Tõhusad jõud: Haruldased mõruainete rikas võilill on üks tuntumaid looduslikke ürte ning seda peetakse ravimtaimeks maksa- ja sapipõieprobleemide korral. Võililletee (250 ml) valmistamiseks vala üks või kaks kuhjaga teelusikatäit kuivatatud võilillejuurt keeva kuumaga veega ja lase tõmmata umbes 10 minutit. Pärast tee kurnamist tuleks alati juua väiksemaid lonksu lühemate intervallidega umbes 2 minutit ja mitte rohkem kui kolm tassi päevas. Aga võilillest saab kõõgis valmistada ka palju maitsevaid roogasid. Noored lehed sobivad ideaalselt kergelt hapukaks põhjaks metsiku ürdisalatile, kõõgiviljaks või metsiku ürdi pesto põhjaks. Mõned käed täis õisi, sidrunit, **Looduslik asukoht:** Võilill on pärit Lääne-Aasiast. Seda leidub ainult juhuslikult lõunapoolkeral. **Edukas kasvatamine:** Seemnetest siseruumides kasvatamine on võimalik aastaringsest, veebruaris toimuv eelkultuur sobib ideaalselt noorte taimede hilisemaks õue siirdamiseks. Võimalik on ka avamaal külvamine alates märtsist või hilisemalt. Lihtsalt puista peened seemned niiske kasvusubstraadile ja kata seemned ainult õhukeselt mullaga. Kata kultuurianum toidukilega, mille varustad aukudega. See kaitseb mulda kuivamise eest. Peaksite fooliumi eemaldama 2 tunniks iga kahe kuni kolme päeva järel. See takistab hallituse teket kasvupinnal. Asetage külvipott valgusküllasesse ja sooja kohta, mille temperatuur on 20–25 ° C, ning hoidke istutusmuld niiskena, kuid mitte märjana. Idanemine toimub kolme kuni viie nädala pärast ja alates juunist saavad istikud seejärel aeda "kolida". **Parim asukoht:** Võilill kasvab kõige paremini päikesepealistes kasvukohtades, kus on toitaineterikas, hästi õhutatud ja huumusrikas muld. **Optimaalne hooldus:** Konteineritaimena pidamiseks vali võimalikult sügav pott, kuna taimel arenevad ulatuslikud karusjuured. Tavaliselt piisab kaubanduslikust potimullast. Taim vajab ämbrisse ainult väetist – soovitatavalt ürdiäetist. Võilill talub vettimist paremini kui kuivamist. **Talvel:** Võililled on vastupidavad ega vaja erilist kohtlemist.



Voikukka

Taraxacum officinale

Voikukka antaa voikukan antaakseen sille kunniaa

Jokainen laps tuntee jopa 30 senttimetriä korkean kasvin ja sille ominaiset, voikukanomaiset lehdet. Keväällä kirkkaan keltaiset kukat lisäävät väriä puutarhaasi ja myöhemmin se jättää jälkeensä lukuisia laskuvarjomaisia hedelmiä ja muuttuu "voikukkaksi". Vaikka voikukat ovat yleisiä, niitä ei ympäristövaikutusten vuoksi pidä kerätä vain mistä tahansa. Siksi on suositeltavaa kasvattaa tämä kasvi itse. Tehokkaat voimat: Harvinaisia karvaita aineita sisältävä voikukka on yksi tunnetuimmista luonnonvaraisista yrteistä ja sitä pidetään lääkekasvina maksa- ja sappirakkoongelmiin. Voit valmistaa voikukkateen (250 ml) kaada kiehuva kuumaa vettä yhden tai kahden teelusikallisen kuivatua voikukanjuurta ja anna hautua noin 10 minuuttia. Tee siivilöinnin jälkeen tulee aina juoda pienempiä kuluksia lyhyemmällä, noin 2 minuutin välein ja enintään kolme kupillista päivässä. Mutta voikukan avulla voidaan valmistaa myös monia herkullisia ruokia keittiössä. Nuoret lehdet sopivat ihanteellisesti hieman kirpeäksi pohjaksi villiyrtsisalaatille, kasvikseksi tai pohjaksi villiyrtsipestoon. Kädet täynnä kukkia, sitruunaa, **Luonnollinen sijainti:** Voikukka tulee Länsi-Aasiasta. Sitä tavataan vain satunnaisesti eteläisellä pallonpuoliskolla. **Onnistunut viljely:** Viljely siemenistä sisätiloissa on mahdollista ympäri vuoden, ja esiviljely helmikuussa on ihanteellinen nuorten kasvien myöhempään istuttamiseen ulos. Myös ulkokylvö maaliskuusta tai loppukesästä on mahdollista. Ripottele vain hienoja siemeniä kostealle kasvualustalle ja peitä siemenet vain ohuesti mullalla. 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 kasvumaahan. Aseta siemenruukku valoisaan ja lämpimään paikkaan, jonka lämpötila on 20–25 °C, ja pidä istutusmaa kosteana, mutta ei märkänä. Itäminen tapahtuu kolmen tai viiden viikon kuluttua, ja kesäkuusta alkaen taimet voivat "siirtää" puutarhaan. **Paras sijainti:** Voikukka kasvaa parhaiten aurinkoisissa paikoissa, joissa on ravinteikas, ilmava ja huumusrikas maaperä. **Optimaalinen hoito:** Säiliökasvina säilytykseen tulee valita mahdollisimman syvä ruukku, sillä kasvi kehittää laajat tajuuret. Kaupallinen ruukkumulta riittää yleensä. Kasvi tarvitsee vain lannoitetta ämpäriin - mieluiten yrttilannoitetta. Voikukka sietää paremmin kastumista kuin kuivumista. **Talvella:** Voikukat ovat kestäviä eivätkä vaadi erityiskäsittelyä.



Pissenlit

Taraxacum officinale

Le pissenlit est à la gloire du dent de lion

Tous les enfants connaissent la plante qui atteint une hauteur maximale de 30 centimètres et ses feuilles caractéristiques qui ressemblent à des dents de lion. En printemps, les fleurs jaune vif donnent un filtre de couleur puissant à votre jardin et laisse de nombreux fruits en forme de parachute, puis devient un pissenlit. On retrouve le pissenlit fréquemment, mais il ne doit pas être récolté n'importe où en raison de la pollution. Il est donc conseillé de cultiver votre propre plante. Forces agissantes : Le pissenlit, riche en substances amères rares, compte parmi les herbes sauvages les plus connues et est considéré comme plante médicinale pour les troubles du foie et de la vésicule biliaire. Pour préparer un thé au pissenlit, il faut mettre une à deux cuillerées d'herbe de pissenlit séchée avec la racine dans de l'eau bouillante et laisser infuser pendant environ dix minutes. Après avoir égoutté le thé, vous devez toujours boire par petites gorgées toutes les 2 minutes environ, et vous ne devez jamais boire plus de trois tasses par jour. On peut aussi préparer beaucoup de plats délicieux avec le pissenlit. Les jeunes feuilles peuvent être une base amère parfaite d'une salade sauvage, elles peuvent être utilisées comme légumes, ou comme base d'un pesto aux herbes sauvages. Vous pouvez aussi faire une confiture savoureuse vous-mêmes avec des fleurs, du citron, de l'eau, et du sucre gélifiant. **Emplacement naturel:** Le pissenlit vient de l'Asie de l'Ouest. On le retrouve sporadiquement dans l'hémisphère sud. **Culture réussie:** La culture des graines à la maison est possible tout au long de l'année, une culture préalable en février est optimale, afin de les repiquer plus tard dans le jardin. Il est aussi possible de les cultiver dans le jardin à partir de mars ou en fin d'été. Parsemez l'ensemencement fin sur du substrat humide et recouvrez les graines légèrement avec du terreau. Couvrez le récipient avec une feuille transparente dans laquelle vous faites des trous. Comme ça, le terreau est protégé du dessèchement. Vous devez enlever la feuille pendant deux heures 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° Celsius et maintenez la surface humide, mais pas mouillée. La germination a lieu après trois à cinq semaines et les semis peuvent déménager dans le jardin à partir de juin. **Le meilleur emplacement:** Le pissenlit grandit de préférence dans des emplacements ensoleillés avec des terres riches en nutriments, bien aérées, et riches en humus. **Soins optimaux:** En cas d'entretien en pot, choisissez un pot très profond, car la plante développe des racines pivotantes étendues. En général, du terreau usuel suffit. Seules les plantes entretenues en pot ont besoin d'engrais, de préférence avec de l'engrais pour herbes. Le pissenlit supporte l'eau stagnante mieux que la sécheresse. **En hiver:** Le pissenlit est rustique et n'a pas besoin de traitement particulier.



Πικραλίδα

Taraxacum officinale

Η πικραλίδα δίνει στην πικραλίδα για να της δώσει δόξα

Κάθε παιδί γνωρίζει το φυτό, που έχει ύψος έως και 30 εκατοστά, και τα χαρακτηριστικά φύλλα του που μοιάζουν με πικραλίδα. Την άνοιξη, τα λαμπερά κίτρινα λουλούδια προσθέτουν ένα ποπ χρώμα στον κήπο σας και αργότερα αφήνει πίσω του πολλά φρούτα που μοιάζουν με αλεξίπτωτο και γίνεται η «πικραλίδα». Αν και οι πικραλίδες είναι συνηθισμένες, λόγω των περιβαλλοντικών επιπτώσεων, δεν πρέπει να συλλέγονται οπουδήποτε. Επομένως, καλό είναι να καλλιεργήσετε αυτό το φυτό μόνοι σας. Αποτελεσματικές δυνάμεις: Η πικραλίδα, που είναι πλούσια σε σπάνιες πικρές ουσίες, είναι ένα από τα πιο γνωστά άγρια βότανα και θεωρείται φαρμακευτικό βότανο για προβλήματα στο σκύκι και τη χοληδόχο κύστη. Για να ετοιμάσετε ένα τσάι πικραλίδας (250 ml), ρίξτε βραστό νερό πάνω από ένα ή δύο γεμάτα κουτάλια του γλυκού αποξηραμένη ρίζα πικραλίδας και αφήστε το να βράσει για περίπου 10 λεπτά. Μετά το στραγγισμα του τσαγιού, θα πρέπει πάντα να πίνετε μικρότερες γουλιές σε μικρότερα διαστήματα περίπου 2 λεπτών και όχι περισσότερο από τρία φλιτζάνια την ημέρα. Αλλά η πικραλίδα μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για την προετοιμασία πολλών νόστιμων πιάτων στην κουζίνα. Τα νεαρά φύλλα είναι ιδανικά ως βάση ελαφρώς τάρτας για σαλάτα με άγρια βότανα, ως λαχανικό ή ως βάση για πέστο άγριων βοτάνων. Με μερικά χέρια γεμάτα άνθη, λεμονιά, **Φυσική τοποθεσία:** Η πικραλίδα προέρχεται από τη δυτική Ασία. Εντοπίζεται μόνο sporadically στο νότιο ημισφαίριο. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Η καλλιέργεια από σπόρους σε εσωτερικούς χώρους είναι δυνατή όλο το χρόνο, με μια προκαλλιέργεια τον Φεβρουάριο να είναι ιδανική για μεταφύτευση των νεαρών φυτών σε εξωτερικούς χώρους. Η σπορά σε εξωτερικούς χώρους από τον Μάρτιο ή στα τέλη του καλοκαιριού είναι επίσης δυνατή. Απλώς πασπαλίστε τους λεπτούς σπόρους σε υγρό υπόστρωμα ανάπτυξης και καλύψτε τους σπόρους μόνο αραιά με χώμα. Καλύψτε το δοχείο καλλιέργειας με μεμβράνη, την οποία ανοίγετε με τρύπες. Αυτό προστατεύει το έδαφος από το στέγνωμα. Θα πρέπει να αφαιρεθεί το αλουμινοχαρτό για 2 ώρες κάθε δύο έως τρεις ημέρες. Αυτό αποτρέπει τη δημιουργία μουχλός στο αναπτυσσόμενο έδαφος. Τοποθετήστε τη γλάστρα σε ένα ελαφρύ και ζεστό μέρος με θερμοκρασία 20 έως 25° Κελσίου και διατηρήστε το χώμα της γλάστρας υγρό αλλά όχι υγρό. Η βλάστηση γίνεται μετά από τρεις έως πέντε εβδομάδες και από τον Ιούνιο τα σπορόφυτα μπορούν στη συνέχεια να «μετακομίσουν» στον κήπο. **Βέλτιστη τοποθεσία:** Η πικραλίδα αναπτύσσεται καλύτερα σε ηλιόλουστες τοποθεσίες με έδαφος πλούσιο σε θρεπτικά συστατικά, καλά αεριζόμενο και πλούσιο σε χώμα. **Καλύτερη φροντίδα:** Για να διατηρηθεί ως φυτό δοχείο, επιλέξτε μια γλάστρα όσο το δυνατόν πιο βαθιά, καθώς το φυτό αναπτύσσει εκτεταμένες ρίζες. Το χώμα για γλάστρα του εμπορίου είναι συνήθως αρκετό. Το φυτό χρειάζεται μόνο λίπασμα στον κάδο - κατά προτίμηση φυτικό λίπασμα. Η πικραλίδα ανέχεται καλύτερα το νερό από το στέγνωμα. **Το χειμώνα:** Οι πικραλίδες είναι ανθεκτικές και δεν χρειάζονται ιδιαίτερη μεταχείριση.



Dandelion

Taraxacum officinale

Tugann an dandelion an dandelion chun glóir a thabhairt dó

Tá a fhios ag gach leanbh an gléasra, atá suas le 30 ceintiméadar ar airde, agus a tréith, duilleoga cosúil le dandelion. San earrach, cuireann na bláthanna buí geala pop dath le do ghairdín agus níos déanaí fágann sé go leor torthaí cosúil le paraisiúil agus bíonn sé ina "dandelion". Cé go bhfuil dandelions coitianta, mar gheall ar an tionchar ar an gcomhshaoil, níor chóir iad a bhailiú díreach áit ar bith. Dá bhrí sin, tá sé inmholtu an gléasra seo a fhás duit féin. Fórsaí éifeachtacha: Tá an dandelion, atá saibhir i substaintí searbh annamh, ar cheann de na luibheanna fiáine is cáiliúla agus meastar gur luibh leighis é le haghaidh fadhbanna ae agus gallbladder. Chun tae dandelion (250 ml) a ullmhú, doirftíoch pointe uisce te thar cheann amháin nó dhá thaespúnóg heaped de fhréamh dandelion triomaithe agus lig sé gear ar feadh thart ar 10 nóiméad. Tar éis an tae a bhrú, ba chóir go dtógfaí sips níos lú i gcónaí ag eatraimh níos giorra de thart ar 2 nóiméad agus gan níos mó ná trí chupán in aghaidh an lae. Ach is féidir dandelion a úsáid freisin chun go leor miasa delicious a ullmhú sa chistin. Tá na duilleoga óga iontach mar bhunús beagán toirtín do sailéad luibh fiáin, mar ghlásra nó mar bhunús le pesto luibh fiáin. Le roinnt lámha lán de bhláthanna, líomóid, **Suíomh nádúrtha:** Tagann an dandelion ó iarthar na hÁise. Ní fhaightear é ach go treallach sa leathsféar theas. **Saothrú rathúil:** Is féidir saothrú ó shíolta taobh istigh ar feadh na bliana, agus tá réamhshaothrú i mí Feabhra oiriúnach chun na plandaí óga a thrasphlandú lasmuigh níos déanaí. Is féidir freisin cur lasmuigh ó Mhárta nó go déanach sa samhradh. Níl ort ach sprinkle na síolta fineáil ar an tsubstráit atá ag fás tais agus clúdaigh na síolta ach go tanai le hithir. Clúdaigh an soiltheach 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. Cuireann sé seo cosc ar mhúnla a fhoirmiú ar an ithir atá ag fás. Cuir an pota síolta in áit éadrom te ag 20 go 25 ° Celsius agus coinneigh an ithir potaithe tais ach ní fliuch. Tarlaíonn péacadh tar éis trí go cúig seachtaine agus ó mhí an Mheithimh is féidir leis na síolta óga "bogadh" chuig an ghairdín. **An suíomh is fearr:** Is fearr a fhásann an dandelion in áiteanna griannmhara le hithreach saibhir cothaitheach, dea-aerithe agus humus. **Cúram is fearr is féidir:** Chun a choinneáil mar ghlásra coimeádáin, roghnaigh pota atá chomh domhain agus is féidir, mar a fhorbraíonn an gléasra barrfhréamhacha fairsing. Is gnách go bhfuil ithir potaithe tráchtála leordhóthanach. Ní gá don phlanda ach leasachán sa bhuicéad - b'fhearr leasachán luibhe. Is fearr a fhulaingíonn an dandelion uisciú ná an triomú. **Sa gheimhreadh:** Tá dandelions crua agus ní gá aon chóireáil speisialta.



Túnfífill

Taraxacum officinale

Fífillinn gefur túnfíflinum til að veita honum dýrð

Sérhvert barn þekkir plöntuna, sem er allt að 30 sentimetrar á hæð, og einkennandi, fífillaga laufin hennar. Á vorin bæta skærgulu blómin smá lit í garðinn þinn og seinna skilur hann eftir sig fjölmarga fallhlífalíka ávesti og verður "fífillinn". Þótt túnfíflar séu algengir, vegna umhverfisáhrifa, ætti ekki bara að safna þeim hvar sem er. Þess vegna er ráðlegt að rækta þessa plöntu sjálfur. Áhrifakraftar: Fífillinn, sem er ríkur af sjaldgæfum beiskjuefnum, er ein þekkta villijurtin og er talin lækningajurt við lifrar- og gallblóðrúvandamálum. Til að útbúa fíffilt (250 ml), hellið sjóðandi heitu vatni yfir eina eða tvær hrúgaðar teskeiðar af þurrkuðum túnfífillrót og látið standa í um það bil 10 mínútur. Eftir að teið hefur verið síað skal alltaf taka smærri sopa með styttra millibili, um það bil 2 mínútur og ekki meira en þrjá bolla á dag. En fífill er líka hægt að nota til að útbúa marga dýrindis rétti í eldhúsinu. Ungu blöðin eru tilvalin sem örlítið tertur grunnur fyrir villijurtasalat, sem grænmeti eða sem grunnur fyrir villijurtapestó. Með nokkrar hendur fullar af blómum, sítrónu, **Náttúruleg staðsetning:** Fífillinn kemur frá Vestur-Asíu. Það finnst aðeins öslítið á suðurhveli jarðar. **Árangursrík ræktun:** Ræktun úr fræi innandyrar er möguleg allt árið um kring, þar sem forræktun í febrúar er tilvalin til að gróðursetja unga plönturnar síðar utandyra. Sáning utandyra frá mars eða síðsumars er einnig möguleg. Stráðið fínu fræjunum einfaldlega á rakt vaxandi undirlag og hyljið fræin aðeins þunnt með mold. Hyljið ræktunarlátið með matarfilmu, sem þú útvegur með götum. Þetta verndar jarðveginn 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 vaxandi jarðvegi. Settu fræpottinn á léttan og heitan stað með 20 til 25 ° Celsius og haltu pottjarðveginum rökum en ekki blautum. Spírun á sér stað eftir þrjár til fimm vikur og frá og með júní geta plönturnar síðan "fært" sig í garðinn. **Besta staðsetningin:** Fífillinn þrífst best á sólríkum stöðum með næringarríkum, vel loftræstum og humusríkum jarðvegi. **Besta umönnun:** Til að geyma sem gámaplöntu, veldu pott sem er eins djúpur og mögulegt er, þar sem plantan þróar umfangsmiklar rætur. Oft nægir pottjarðvegur í atvinnuskyni. Plöntan þarf aðeins áburð í fótuna - helst jurtaáburð. Fífillinn þolir vatnsrennsli betur en að þorna. **Á veturna:** Túnfíflar eru harðgerir og þurfa ekki sérstaka meðferð.



Dente di leone

Taraxacum officinale

Per onorare il dente di leone c'è il fiore soffione

Ogni bambino conosce questa pianta alta fino a 30 centimetri, dalle caratteristiche foglie a forma di dente di leone. In primavera i fiori giallo chiaro danno al vostro giardino una vivace nota di colore, più tardi spuntano i frutti a forma di paracadute e divengono soffioni. Il Dente di leone è una pianta piuttosto comune, ma a protezione dell'ambiente non dovrebbe essere piantato ovunque. Per questo è consigliato coltivarla in proprio. Proprietà: Il Dente di leone è ricco di sostanze amare poco comuni ed è fra le piante officinali più conosciute, per i suoi effetti contro i disturbi del fegato e della bile. Per preparare un infuso (250 ml) mettete uno o due cucchiaini di pianta secca con le radici in una tazza, irrorate con acqua bollente e lasciate riposare 10 minuti. Una volta filtrato si consiglia di bere a piccoli sorsi, a distanza di circa due minuti, non consumare più di tre tazze al giorno. Anche in cucina il Tarassaco può essere utilizzato per molte preparazioni gustose. Le foglie giovani sono ottime in un'insalata di erbe spontanee, come contorno o come ingrediente per un pesto di erbe selvatiche. Con un po' di fiori interi, limone e zucchero gelatinizzante si può preparare facilmente una gustosa marmellata. **Posizione naturale:** Il Tarassaco proviene dall'Asia orientale. Nell'emisfero australe si trova solo sporadicamente. **Coltivazione riuscita:** La coltivazione da semi in casa è possibile durante tutto l'anno, tuttavia è ottimale anticipare la coltivazione in febbraio, per poi trapiantare le piantine all'aperto. E' possibile anche seminare all'aperto, preferibilmente da marzo o in tarda estate. Distribuite i semi delicati sulla terra di coltivo umida e ricoprite solo leggermente con il substrato. Coprite il recipiente di coltivazione con pellicola trasparente, sulla quale praticherete dei fori, in questo modo la terra eviterà di seccarsi. Ogni due o tre giorni rimuovete la pellicola per 2 ore, per prevenire la formazione di muffe sulla terra. Collocate il recipiente di coltivazione in un luogo luminoso e caldo, a una temperatura fra i 20° e i 25°C. Mantenete la superficie di terra umida, ma non bagnata. La germinazione avviene di solito da tre a cinque settimane dopo, le piantine possono essere trapiantate in giardino a partire da giugno. **La posizione migliore:** Il Tarassaco predilige ambienti soleggianti, in terreni porosi ricchi di sostanze nutritive e di humus. **Cura ottimale:** Per la coltivazione in vaso scegliete un vaso il più possibile profondo, perché la pianta sviluppa radici a fittone molto estese. Normalmente è sufficiente un terriccio da fiori, solo le piante coltivate in vaso avranno bisogno di essere concimate, preferibilmente con fertilizzante per piante erbacee. Il Tarassaco tollera meglio i ristagni idrici rispetto alla siccità. **In inverno:** Il Tarassaco è resistente al freddo e non ha bisogno di alcun trattamento particolare.



Maslačak

Taraxacum officinale

Maslačak daje maslačku da mu da slavu

Svako dijete poznaje biljku visoku i do 30 centimetara i njezine karakteristične listove poput maslačka. U proljeće jarkožuti cvjetovi obogaćuju vaš vrt, a kasnije za sobom ostavljaju brojne plodove nalik padobranu i postaje "maslačak". Iako su maslačci česti, zbog utjecaja na okoliš ne bi ih trebalo skupljati bilo gdje. Stoga je preporučljivo ovu biljku uzgajati sami. Djelotvornost: Maslačak, bogat rijetkim gorkim tvarima, jedna je od najpoznatijih samoniklih biljaka i smatra se ljekovitom biljkom za probleme jetre i žučnog mjehura. Za pripremu čaja od maslačka (250 ml) jednu ili dvije pune čajne žličice suhog korijena maslačka prelijte kipućom vodom i ostavite da odstoji oko 10 minuta. Nakon što se čaj procijedi, uvijek se piju manji gutljaji u kraćim razmacima od oko 2 minute i ne više od tri šalice dnevno. No, od maslačka se mogu pripremiti i brojna ukusna jela u kuhinji. Mladi listovi idealni su kao blago trpka osnova za salatu od divljeg bilja, kao povrće ili kao osnova za pesto od divljeg bilja. S rukama punim cvjetova, limuna, **Zemlja porijekla:** Maslačak dolazi iz zapadne Azije. Na južnoj hemisferi nalazi se samo sporadično. **Uspješan uzgoj:** Uzgoj iz sjemena u zatvorenom prostoru moguć je tijekom cijele godine, a predkultura u veljači idealna je za kasnije presađivanje mladih biljaka na otvorenom. Moguća je i sjetva na otvorenom od ožujka ili u kasno ljeto. Jednostavno pospite fino sjeme na vlažnu podlogu za uzgoj i pokrijte sjeme samo tankim slojem zemlje. Posudu s kulturom prekriti 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 za uzgoj. Stavite posudu za sjeme na svijetlo i toplo mjesto s 20 do 25° Celzija i održavajte tlo za saksije vlažnim, ali ne mokrim. Klijanje se odvija nakon tri do pet tjedana i od lipnja se sadnice tada mogu "seliti" u vrt. **Najbolja lokacija:** Maslačak najbolje uspijeva na sunčanim mjestima s hranjivim tvarima, dobro prozračenom i humusnom tlu. **Optimalna njega:** Za držanje kao kontejnersku biljku odaberite što dublji posudu jer biljka razvija opsežne glavne korijene. Komercijalno tlo za posude obično je dovoljno. Biljci treba samo gnojivo u kanti - po mogućnosti biljno gnojivo. Maslačak bolje podnosi vlaženje nego sušenje. **U zimi:** Maslačak je otporan i ne zahtijeva nikakav poseban tretman.



Pienene

Taraxacum officinale

Pienene dod pienenei, lai tai piešķirtu slavu

Līdz 30 centimetriem augstu augu un tam raksturīgās, pienenei līdzīgās lapas pazīst ikviens bērns. Pavasarī spilgti dzeltenie ziedi piešķir jūsu dārzam krāsu, un vēlāk tie atstāj daudzus izpletņveidīgiem augļiem un kļūst par "pienene". Lai gan pienenes ir izplatītas, ietekmes uz vidi dēļ tās nevajadzētu vākt tikai jebkur. Tāpēc šo augu vēlams audzēt pašam. Efektīvi spēki: Pienene, kas ir bagāta ar retām rūgtvielām, ir viens no pazīstamākajiem savvaļas augiem un tiek uzskatīts par ārstniecības augu aknu un žultspūšļa problēmu gadījumos. Lai pagatavotu pieneni tēju (250 ml), vienu vai divas tējkarotes kaltētas pienenes saknes aplej ar verdošu ūdeni un ļaujiet tai ievilkies apmēram 10 minūtes. Pēc tējas izkāšanas vienmēr vajadzētu dzert mazākus malkus ar īsākiem, apmēram 2 minūšu intervāliem un ne vairāk kā trīs tases dienā. Bet no pienenes var pagatavot arī daudzus gardus ēdienus virtuvē. Jaunās lapas ir ideāli piemērotas kā nēdaudz skābens pamats savvaļas garšaugu salātiem, kā dārzeņus vai kā pamats savvaļas garšaugu pesto. Ar dažām rokām pilnām ar ziediem, citronu, **Dabiska vieta:** Pienene nāk no Rietumāzijas. Tas ir sastopams tikai sporādiski dienvidu puslodē. **Veiksmīga audzēšana:** Audzēšana no sēklām telpās ir iespējama visu gadu, un priekšskultūra februārī ir ideāli piemērota vēlākai jauno augu pārstādīšanai ārā. Iespējama arī sēšana ārā no marta vai vasaras beigās. Vienkārši uzkaisiet smalkās sēklas uz mitra augšanas substrāta un tikai plānā kārtā pārklājiet sēklas ar augsni. 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 augošajā augsnē. Novietojiet sēklu podu gaišā un siltā vietā ar temperatūru 12 līdz 25 °C un turiet augsni mitru, bet ne mitru. Dīgšana notiek pēc trim līdz piecām nedēļām, un no jūnija stādi pēc tam var "pārcelties" uz dārzu. **Labākā atrašanās vieta:** Pienene vislabāk aug saulainās vietās ar barības vielām bagātu, labi gāzētu un trūdvielām bagātu augsni. **Optimālā aprūpe:** Lai turētu kā konteineraugu, izvēlieties pēc iespējas dziļāku podu, jo augam attīstās plašas mīnēšanas saknes. Parasti pietiek ar komerciālu augsni. Augam spainī nepieciešams tikai mēslojums - vēlams augu mēslojums. Pienene labāk pacieš aizsērēšanu nekā izžūšanu. **Ziemā:** Pienenes ir izturīgas, un tām nav nepieciešama īpaša apstrāde.



Kiaulpienē

Taraxacum officinale

Kiaulpienē suteikia kiaulpienei šlovės

Kiekvienas vaikas pazīsta iki 30 centimetru aukščio augalā ir jam būdingus, kiaulpienē primenančius lapus. Pavasarī ryškiei geltonos gēlēs suteikia sodui spalvā, o vēlāu palieka daugybē j parašitū panašij vasiū ir tampa „kiaulpiene“. Nors kiaulpienē yra dažnos, dėl poveikio aplinkai jos neturėtų būti renkamos bet kur. Todėl šį augalą patartina užsiauginti patiems. Veiksmingos jėgos: Kiaulpienē, kurioje gausu retų karčiųjų medžiagų, yra viena iš geriausiai žinomų laukinių žolelių ir laikoma vaistu nuo kepenų ir tulžies pūslės problemų. Norėdami paruošti kiaulpienių arbatą (250 ml), vieną ar du šaukštėlius džiovintų kiaulpienių šaknų užpilkite verdančiu vandeniu ir palikite pastovėti apie 10 minučių. Nukošę arbatą, visada reikia gerti mažesnius gūrkšnelius trumpesniais intervalais – maždaug 2 minutes ir ne daugiau kaip tris puodelius per dieną. Tačiau iš kiaulpienių galima paruošti daugybę skanių patiekalų virtuvėje. Jauni lapai idealiai tinka kaip šiek tiek aštrus pagrindas laukinių žolelių salotoms, daržovėms arba kaip laukinių žolelių pesto pagrindas. Su keliomis rankomis pilnomis žiedų, citrina, **Natūrali vieta:** Kiaulpienē kilusi iš Vakarų Azijos. Pietiniame pusrutulyje jis aptinkamas tik retkarčiais. **Sėkmingas auginimas:** Auginti iš sėklų patalpoje galima ištisus metus, o vasario mėnesį atliekama išankstinė kultūra puikiai tinka vėliau persodinti jaunus augalus į lauką. Sėti lauke galima ir nuo kovo mėnesio arba vasaros pabaigoje. Tiesiog pabarstykite smulkias sėklas ant drėgno auginimo substrato ir tik plonai užberkite žeme. Kultūros indą uždenkite maistine plėvele, kurioje yra skylės. Tai apsaugo dirvą nuo išdžiūvimo. Kas dvi ar tris dienas 2 valandas nuimkite foliją. Tai neleidžia augančioje dirvoje susidaryti pelėsiui. Sėklų vazoną pastatykite šviesioje ir šiltoje vietoje, kurios temperatūra yra 20–25 °C, o vazono žemė turi būti drėgna, bet ne šlapia. Sudygsa po trijų penkių savaičių ir nuo birželio daigai gali „perkelti“ į sodą. **Geriausia vieta:** Kiaulpienē geriausiai auga saulėtose vietose, kuriose yra daug maistinių medžiagų, gerai vėdinama ir humusinga dirva. **Optimali priežiūra:** Jei norite laikyti konteinerinį augalą, rinkitės kuo gilesnį vazoną, nes augalas turi plačias liemenines šaknis. Paprastai pakanka komercinės vazoninės žemės. Augalui reikia tik trąšų kibire – geriausia žolelių trąšų. Kiaulpienē geriau toleruoja užmirkimą nei išdžiūvimą. **Ziemą:** Kiaulpienės yra atsparios ir nereikalauja jokio specialaus gydymo.



Čikwejra

Taraxacum officinale

Ič-čikwejra taghti lič-čikwejra biex taghtiha glorja

Kull tifel jaf l-impjant, li huwa għoli sa 30 centimetru, u l-weraq karatteristiċi tiegħu, bħal dandelion. Fir-rebbiegħa, il-fjuri sofor għajtu jżidu pop ta 'kulur mal-ġnien tiegħek u aktar tard iħallu warajhom bosta frott simili għall-paraxut u jsir il-"čikwejra". Għalkemm dandelions huma komuni, minħabba l-impatt ambjentali, m'għandhomx jingabru biss kullimkien. Għalhekk, huwa rakkomandabbli li tkabbar dan l-impjant lilek innifsek. Forzi effettivi: Ič-čikwejra, li hija rikka f'sustanzi morr rari, hija waħda mill-hwawar selvaġġi l-aktar magħrufa u hija meqjusa bħala ħaxixa mediċinali għall-problemi u tal-marrara. Biex tipprepara te čikwejra (250 ml), ferra ilma šun jagħli fuq waħda jew tnejn kuččarina mnixxfa ta 'għerūq imnixxef tač-čikwejra u halliha wieqaf għal madwar 10 minuti. Wara li tisforza t-tē, sips iżgħar għandhom dejjem jittieħdu f'intervalli iqsar ta 'madwar 2 minuti u mhux aktar minn tliet tazzi kuljum. Iżda dandelion jista 'jintuża wkoll biex jipprepara ħafna platti Delicious fil-kċina. Il-weraq zgħar huma ideali bħala baži kemmxejn tarta għal insalata tal-ħxejjex selvaġġi, bħala ħaxix jew bħala baži għal pesto tal-ħxejjex selvaġġi. B'xi idejn mimlija fjuri, lumi, **Post naturali:** Ič-čikwejra gējja mill-Asja tal-Punent. Jinstab biss sporadikament fl-emisferu tan-Nofsinhar. **Kultivazzjoni b'suċċess:** Il-kultivazzjoni minn żrieragħ gēwwa hija possibbli s-sena kollha, bi prekultura fi Frar li tkun ideali biex aktar tard jiġu trappantati l-pjanti zgħar barra. Iż-żrieragħ barra minn Marzu jew fl-aħħar tas-sajf huwa wkoll possibbli. Semplicement roxx iż-żrieragħ fini fuq sottostrat ta 'tkabbir niedi u tkopri z-żrieragħ biss irqiq bil-ħamrija. Għatti l-bastiment tal-kultura b'cling film, li inti tipprovi b'toqob. Dan jipproteġi l-ħamrija milli tinxf. Għandek tneħhi l-fojl għal sagħtejn kull jumejn jew tlett ijiem. Dan jipprevjeni l-iffurmar tal-moffa fuq il-ħamrija li qed tikber. Poġġi l-borma taž-żerriegħa f'post ħafif u šun b'20 sa 25 ° Celsius u żomm il-ħamrija tal-qさり niedja iżda mhux imxarrba. Il-germinazzjoni ssir wara tlieta sa ħames gimgħat u minn Gunju n-nebbieta jistgħu mbagħad "jičcaqilqu" lejn il-ġnien. **L-aħjar post:** Ič-čikwejra tikber l-aħjar f'postijiet xemxija b'ħamrija b'ħafna nutrijenti, arja tajba u b'ħafna humus. **Kura ottimali:** Biex iżżomm bħala pjanta tal-kontenitur, aghžel borma li tkun profonda kemm jista 'jkun, peress li l-pjanta tiżviluppa għerūq estensivi. Il-ħamrija tal-qさり kummerċjali hija ġeneralment biżżejjed. L-impjant jeħtieġ biss fertilizzant fil-barmil - preferibbilment fertilizzant tal-ħxejjex. Ič-čikwejra tittollera l-ilma aħjar milli t-tnixxif. **Fix-xitwa:** Dandelions huma reżistenti u ma jeħtieġu ebda trattament speċjali.



Medicinale Planten - Paardebloemen

Taraxacum officinale

Voor de paardenbloem is er de paardenbloem

Elk kind kent de plant, die tot wel 30 centimeter hoog kan worden, en zijn karakteristieke, paardebloemachtige bladeren. In het voorjaar geven de felgele bloemen uw tuin een sterke kleur en later laat het talrijke parachute-achtige vruchten achter en wordt het een "paardenbloem". Paardebloemen komen veel voor, maar vanwege hun impact op het milieu mogen ze niet zomaar ergens worden verzameld. Het is daarom aan te raden om deze plant zelf te kweken. Effectieve krachten: De paardenbloem, die rijk is aan zeldzame bitterstoffen, is een van de bekendste wilde kruiden en wordt beschouwd als een geneeskrachtig kruid voor lever- en galblaasproblemen. Om een paardebloemthee (250 ml) te maken, giet je kokend water over een of twee volle theelepels gedroogd paardebloemkruid met wortels en laat je het ongeveer 10 minuten trekken. Nadat de thee is gezeefd, moeten kleine slokjes altijd worden gedronken met kleinere tussenpozen van ongeveer 2 minuten en niet meer dan drie kopjes per dag. Maar met paardenbloem kun je ook veel heerlijke gerechten in de keuken bereiden. Het jonge blad is ideaal als lichtzure basis voor een wilde kruidensalade, als groente of als basis voor wilde kruidenpesto. Met wat handen vol bloemen, citroen, **Natuurlijke locatie:** De paardenbloem komt uit West-Azië. Het komt slechts sporadisch voor op het zuidelijk halfrond. **Succesvolle teelt:** Binnen kweken uit zaden is het hele jaar mogelijk, al is een voorweek in februari ideaal, zodat de jonge planten later buiten kunnen worden overgeplant. Buiten zaaien vanaf maart of in de nazomer is ook mogelijk. Strooi de fijne zaden gewoon op een vochtig groeistruaat en bedek de zaden slechts dun met aarde. Dek de kweekbak af met vershoufolie, 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 teeltgrond. Zet de kweekbak op een lichte en warme plaats met 20 à 25 ° Celsius en houd de kweekgrond vochtig, maar niet nat. De kieming vindt plaats na drie tot vijf weken en vanaf juni kunnen de zaailingen dan "verhuizen" naar de tuin. **De beste locatie:** De paardenbloem groeit het beste op zonnige locaties met voedselrijke, goed beluchte en humusrijke bodems. **Optimale verzorging:** Kies een zo diep mogelijke pot om als kuipplant te houden, aangezien de plant uitgebreide perwortels ontwikkelt. In de handel verkrijgbare potgrond is meestal voldoende. De plant heeft alleen meststoffen in de emmer nodig - idealiter kruidenmeststoffen. De paardenbloem verdraagt wateroverlast beter dan uitdroging. **In de winter:** Paardebloemen zijn winterhard en hebben geen speciale behandeling nodig.



Løvetann

Taraxacum officinale

Løvetann gir løvetannen for å gi den ære

Hvert barn kjenner planten, som er opptil 30 centimeter høy, og dens karakteristiske, løvetannlignende blader. Om våren gir de knallgule blomstene en nyanse i hagen din, og senere etterlater den seg mange fallskjerm-lignende frukter og blir til "løvetann". Selv om løvetann er vanlig, bør de på grunn av miljøpåvirkningen ikke bare samles hvor som helst. Derfor er det tilrådelig å dyrke denne planten selv. Effektive krefter: Løvetann, som er rik på sjeldne bitterstoffer, er en av de mest kjente ville urtene og regnes som en medisinsk urt for lever- og galleblæreproblemer. For å tilberede en løvetannte (250 ml), hell kokende varmt vann over en eller to hopede teskjeer tørket løvetannrot og la den trekke i ca. 10 minutter. Etter siling av teen, bør mindre slurker alltid tas med kortere intervaller på ca. 2 minutter og ikke mer enn tre kopper per dag. Men løvetann kan også brukes til å tilberede mange deilige retter på kjøkkenet. De unge bladene er ideelle som en litt sylrig basis for en villurtesalat, som grønnsak eller som basis for villurtepesto. Med noen hender fulle av blomster, sitron, **Naturlig beliggenhet:** Løvetann kommer fra det vestlige Asia. Den finnes bare sporadisk på den sørlige halvøya. **Vellykket dyrking:** Dyrking fra frø innendørs er mulig hele året, med en forkultur i februar som er ideell for senere transplantasjon av de unge plantene utendørs. Såing utendørs fra mars eller på sensommeren er også mulig. Dryss ganske enkelt de fine frøene på fuktig vekstsubstrat og dekk frøene bare tynt med jord. 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 den voksende jorda. Plasser frøpotten på et lett og varmt sted med 20 til 25° Celsius og hold pottejorda fuktig, men ikke våt. Spiring skjer etter tre til fem uker og fra juni kan frøplantene så "flytte" til hagen. **Den beste beliggenheten:** Løvetann vokser best på solrike steder med næringsrik, godt luftet og humusrik jord. **Optimal omsorg:** For å holde som en containerplante, velg en potte som er så dyp som mulig, da planten utvikler omfattende pælerøtter. Kommersiell pottejord er vanligvis tilstrekkelig. Planten trenger kun gjødsel i bøtta – gjerne urtegjødsel. Løvetann tåler vannmasse bedre enn å tørke ut. **Om vinteren:** Løvetann er hardfør og krever ingen spesiell behandling.



Mlecz

Taraxacum officinale

Jest mniszek na chwałę dla mniszka lekarskiego

Każde dziecko zna dużą roślinę do 30 cm i jej charakterystyczne, przypominające zęby lwie liście. Wiosną produkuje błyszczące żółte kwiaty, które nadają ogrodowi odrobine koloru, a później wydaje liczne owoce przypominające spadachron i staje się dmuchawką. Mniszek lekarski jest szeroko rozpowszechniony, ale nie powinien być zbierany w dowolnym miejscu ze względu na zanieczyszczenie środowiska. Szczególnie w przypadku mniszka zaleca się uprawę rośliny w domu. Substancje czynne: Mniszek lekarski jest bogaty w kilka rzadkich gorzkich związków i jest jednym z najbardziej znanych dzikich ziół - jest również uważany za roślinę leczniczą przeciwko chorobom wątroby i żółci. Aby przygotować herbatę z mniszka lekarskiego (250 ml), można oblać dwie czubate łyżeczki suszonego ziela mniszka lekarskiego wraz z korzeniami gorącą wrzącą wodą i gotować na wolnym ogniu przez około 10 minut. Po odciedzeniu herbaty należy zawsze wypijać kilka małych łyków z przerwami, z przerwami około 2 minut i nie więcej niż trzy filiżanki dziennie. Mniszek jest również bardzo przydatny w kuchni do przyrządzania wielu smacznych potraw. Doskonałe nadaje się jako podstawa warzywna lub ziołowa do sałatek z dzikich ziół lub pesto z dzikich ziół. Z kilku garści kwiatów, razem z cytryną, wodą i żelującym cukrem możesz zrobić smaczny dżem. **Naturalne położenie:** Mniszek lekarski pochodzi z Azji Zachodniej. Na półkuli południowej można go spotkać bardzo rzadko. **Udana uprawa:** Rozmnażanie nasion w pomieszczeniach jest możliwe przez cały rok. Jednak idealna byłaby wstępna uprawa w lutym i sadzenie później. Wysiew na zewnątrz jest możliwy od marca lub późnym latem. Rozłóż drobne nasiona na wilgotnym kompoście doniczkowym i nałóż na niego niewielką ilość ziemi kompostowej. Przykryj pojemnik na nasiona przezroczystą folią, aby ziemia 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 ° Celsjusza i utrzymuj ziemię w stanie wilgotnym, ale nie mokrym. Wykiełkowanie potrwa od trzech do pięciu tygodni, aw czerwcu można sadzić małe sadzonki. **Najlepsza lokalizacja:** Dmuchawiec ładnie rośnie w miejscach nasłonecznionych, na glebach odczynu, napowietrzonych i próchnicznych. **Optymalna pielęgnacja:** Do uprawy w donicach należy wybrać raczej wysoką doniczkę, ponieważ mniszek ma mocne korzenie palowe. Wystarczy zwykła doniczka dachowa. Nawożenie jest konieczne tylko w przypadku roślin doniczkowych, najlepiej nawozem dla roślin zielnych. Mniszek lekarski radzi sobie raczej z nasiąkaniem wodą niż z wysychaniem. **W zimę:** Mniszek jest mrozoodporny i zimą nie wymaga specjalnej pielęgnacji.



Dente de leão

Taraxacum officinale

O dente-de-leão dá o dente-de-leão para dar-lhe glória

Toda criança conhece a planta, que chega a ter 30 centímetros de altura, e suas características folhas parecidas com o dente-de-leão. Na primavera, as flores amarelas brilhantes adicionam um toque de cor ao seu jardim e, mais tarde, deixam para trás inúmeras frutas semelhantes a pára-quadras e se tornam o "dente-de-leão". Embora os dentes-de-leão sejam comuns, devido ao impacto ambiental, eles não devem ser coletados em qualquer lugar. Portanto, é aconselhável cultivar esta planta você mesmo. Forças efetivas: O dente-de-leão, rico em raras substâncias amargas, é uma das ervas silvestres mais conhecidas e é considerada uma erva medicinal para problemas de fígado e vesícula. Para preparar um chá de dente-de-leão (250 ml), despeje água fervente sobre uma ou duas colheres de chá cheias de raiz de dente-de-leão seca e deixe em infusão por cerca de 10 minutos. Depois de coar o chá, goles menores devem ser tomados sempre em intervalos menores de cerca de 2 minutos e não mais que três xícaras por dia. Mas o dente-de-leão também pode ser usado para preparar muitos pratos deliciosos na cozinha. As folhas jovens são ideais como base ligeiramente ácida para uma salada de ervas silvestres, como legume ou como base para pesto de ervas silvestres. Com as mãos cheias de flores, limão, **Localização natural:** O dente-de-leão vem da Ásia Ocidental. É encontrado apenas esporadicamente no hemisfério sul. **Cultivo bem sucedido:** O cultivo a partir de sementes dentro de casa é possível durante todo o ano, sendo uma pré-cultura em fevereiro ideal para depois transplantar as mudas para fora. Também é possível semear ao ar livre a partir de março ou no final do verão. Simplesmente polvilhe as sementes finas no substrato de crescimento úmido e cubra as sementes apenas com terra. 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 solo em crescimento. Coloque o vaso de sementes em um local claro e quente com 20 a 25 ° Celsius e mantenha o solo do vaso úmido, mas não molhado. A germinação ocorre após três a cinco semanas e a partir de junho as mudas podem "mover-se" para o jardim. **A melhor localização:** O dente-de-leão cresce melhor em locais ensolarados com solo rico em nutrientes, bem arejado e rico em húmus. **Cuidado ideal:** Para manter uma planta de contêiner, escolha um vaso o mais profundo possível, pois a planta desenvolve extensas raízes principais. O solo para vasos comercial geralmente é suficiente. A planta só precisa de adubo no balde - de preferência adubo à base de ervas. O dente-de-leão tolera melhor o encharcamento do que a secagem. **No inverno:** Os dentes-de-leão são resistentes e não requerem nenhum tratamento especial.



Plante medicinale - Păpădie

Taraxacum officinale

Există păpădie pentru glorie păpădiei

Fiecare copil cunoaște planta, care are o înălțime de până la 30 de centimetri, și frunzele sale caracteristice, asemănătoare păpădiei. Primăvara, florile galbene strălucitoare dau grădini tale o stropire puternică de culoare și mai târziu lasă numeroase fructe asemănătoare unei parașute și devine „păpădie”. Păpădia este comună, dar datorită impactului lor asupra mediului, nu ar trebui colectate doar undeva. Prin urmare, este recomandabil să creșteți singură această plantă. Forțe active: păpădia, care este bogată în substanțe rare amare, este una dintre cele mai cunoscute plante sălbatice și este considerată o plantă medicinală pentru probleme cu ficatul și vezica biliară. Pentru a face un ceai de păpădie (250 ml), se toarnă apă clocotită peste una sau două lingurițe de grămadă de păpădie uscată cu rădăcini și se lasă să se absoarbă timp de aproximativ 10 minute. După ce ceaiul a fost strecurat, înghițiți mici ar trebui să fie întotdeauna băute la intervale mai mici de aproximativ 2 minute și nu mai mult de trei căni pe zi. Dar păpădia poate fi folosită și pentru a prepara multe feluri de mâncare delicioase în bucătărie. Frunzele tinere sunt ideale ca bază ușor tartă pentru o salată de plante sălbatice, ca legume sau ca bază pentru pesto de plante sălbatice. Cu niște mâini pline de flori, lămâie, **Locație naturală:** Păpădia provine din vestul Asiei. Poate fi găsit doar sporadic în emisfera sudică. **Cultivare de succes:** Cultivarea din semințe în interior este posibilă pe tot parcursul anului, deși o precultură în februarie este ideală pentru ca plantele tinere să poată fi ulterior transplantate în aer liber. Semănatul în aer liber din martie sau la sfârșitul verii este de asemenea posibil. Pur și simplu stropiți semințele fine pe un substrat în creșterea umed și acoperiți semințele numai subțire cu sol. 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 previne formarea mușgaiului pe solul de cultivare. Așezați vasul de cultivare într-un loc luminos și cald, cu 20-25 ° Celsius și mențineți solul de cultivare umed, dar nu umed. Germinarea are loc după trei până la cinci săptămâni și în dinie răsadurile se pot „muta” în grădină. **Cea mai bună locație:** Păpădia crește cel mai bine în locuri însorite, cu soluri bogate în nutrienți, bine aerate și bogate în humus. **Îngrijire optimă:** Alegeți un ghiveci cât mai adânc posibil pentru păstrare ca plantă container, deoarece planta dezvoltă rădăcini extinse de robinet. Solul de ghiveci disponibil comercial este de obicei suficient. Planta are nevoie doar de îngrășămintă în găleată - în mod ideal îngrășămintă pe bază de plante. Păpădia tolerează mai bine umezeala decât uscarea. **În iarnă:** Păpădia este rezistentă și nu necesită tratament special.



Läkemedelsväxter - Maskrosor

Taraxacum officinale

Det finns maskros för ära till maskros

Varje barn känner till växten, som är upp till 30 centimeter hög, och dess karakteristiska, maskrosliknande löv. På våren ger de ljusgula blommorna din trädgård ett starkt färgstänk och senare lämnar den många fällskärmliknande frukter och blir en "maskros". Maskrosor är vanliga, men på grund av sin miljöpåverkan bör de inte bara samlas någonstans. Det är därför lämpligt att odla denna växt själv. Effektiva krafter: Maskros, som är rik på sällsynta bittera ämnen, är en av de mest kända vilda örterna och anses vara en medicinalväxt för lever- och gallblåsproblem. För att göra ett maskrost (250 ml), häll kokande vatten över en eller två höga teskedar torkad maskrosört med rötter och låt den branta i cirka 10 minuter. Efter att ha tappat teet bör du alltid dricka mindre klunkar med mindre intervall på cirka 2 minuter och inte mer än tre koppar per dag. Men maskros kan också användas för att förbereda många läckra rätter i köket. De unga bladen är idealiska som en lite syrlig bas för en vild örtsallad, som en grönsak eller som bas för vild örtpesto. Med några händer fulla av blommor, citron, **Naturligt läge:** Maskros kommer från västra Asien. Det finns bara sporadiskt på södra halvklotet. **Framgångsrik odling:** Att odla från frön inomhus är möjligt året runt, även om en förkultur i februari är perfekt så att de unga plantorna senare kan transplanteras utomhus. Såning utomhus från mars eller på sensommaren är också möjligt. Stänk helt enkelt de fina frön på ett fuktigt växande underlag och täck fröna bara tunt med jord. Täck odlingskärlet 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 att mögel bildas på odlingsjorden. Placera odlingskärlet på en ljus och varm plats med 20 till 25 ° Celsius och håll odlingsjorden fuktig men inte våt. Spiring sker efter tre till fem veckor och från juni kan plantorna sedan "flytta" till trädgården. **Den bästa platsen:** Maskros växer bäst på soliga platser med näringsrika, väl luftade och humusrika jordar. **Optimal vård:** Välj den djupaste möjliga kruka för att hålla som en containerväxt, eftersom växten utvecklar omfattande kranrötter. Kommerciellt tillgänglig krukväxt räcker vanligtvis. Växten behöver bara gödselmedel i skopan - helst örtgödselmedel. Maskros tål vattentätning bättre än att torka ut. **På vintern:** Maskrosor är hårda och kräver ingen speciell behandling.



Púpava

Taraxacum officinale

Púpava dáva púpave, aby jej dala slávu

Rastlinu vysokú až 30 centimetrov a jej charakteristické listy podobné púpave pozná každé dieťa. Na jar dodajú vašej záhrade žiarivé žlté kvety šmrnc a neskôr zanechajú množstvo padákovitých plodov a stane sa z nej „púpava“. Hoci sú púpavy bežné, vzhľadom na vplyv na životné prostredie by sa nemali zbierať len tak hociak. Preto je vhodné pestovať túto rastlinu sami. Účinné sily: Púpava, bohatá na vzácne horčiny, patrí k najznámejším divorastúcim bylinám a je považovaná za liečivú bylinu pri problémoch pečene a žlčníka. Púpavový čaj (250 ml) pripravíte tak, že jednu alebo dve vrchovaté čajové lyžičky sušeného koreňa púpavy zalejeme vriacou vodou a necháme lúhovať asi 10 minút. Po scedení čaju treba vždy popíjať menšie dúšky v kratších intervaloch asi 2 minúty a nie viac ako tri šálky denne. Púpava sa ale dá využiť aj na prípravu mnohých chutných jedál v kuchyni. Mladé listy sú ideálne ako jemne kyslý základ do šalátu z divokých bylín, ako zelenina alebo ako základ pestu z divokých bylín. S rukami plnými kvetov, citrónu, **Prírodná poloha:** Púpava pochádza zo západnej Ázie. Na južnej pologuli sa vyskytuje len sporadicky. **Úspešná kultivácia:** Pestovanie zo semien v interiéri je možné po celý rok, pričom predkultúra vo februári je ideálna na neskoršie presádzanie mladých rastlín vonku. Výsev vonku je možný od marca alebo koncom leta. Jemné semenka jednoducho nasypete na vlhký pestovateľský substrát a semenka len natenko prikryte zeminou. Kultivačnú nádobu prikryte potravinovou fóliou, ktorú opatríte otvormi. To chráni pôdu pred vysychaním. Fóliu by ste mali odstraňovať na 2 hodiny každé dva až tri dni. To zabráňuje tvorbe plesní na rastúcej pôde. Črepník umiestnite na svetlé a teplé miesto s teplotou 20 až 25 °C a udržiavajte pôdu v črepníku vlhkú, ale nie mokrú. Klíčenie prebieha po troch až piatich týždňoch a od júna sa potom sadenice môžu „presunúť“ do záhrady. **Najlepšie umiestnenie:** Púpave sa najlepšie darí na slnečných stanovištiach s pôdou bohatou na živiny, dobre prevzdušnenou a humóznou. **Optimálna starostlivosť:** Ak chcete pestovať ako nádobu, vyberte si čo najhlbší črepník, pretože rastlina vyvíja rozsiahle koreňové korene. Zvyčajne postačuje komerčná pôda. Rastlina potrebuje iba hnojivo vo vedre – najlepšie bylinkové. Púpava lepšie znáša premokrenie ako vysychanie. **V zime:** Púpavy sú odolné a nevyžadujú žiadne špeciálne ošetrovanie.



Regrat

Taraxacum officinale

Regrat daje regratu, da mu da slavo

Do 30 centimetrov vysoko rastlino in njene značilne, regratu podobne liste pozna vsak otrok. Spomladi živo rumeni cvetovi popestrijo vaš vrt, kasneje pa za seboj pusti številne padalu podobne plodove in postane "regrat". Čeprav je regrat pogost, ga zaradi vpliva na okolje ne bi smeli nabirati kjer koli. Zato je priporočljivo, da to rastlino gojite sami. Delovanje: Regrat, ki je bogat z redkimi grenčinami, je eno najbolj znanih divjih zelišč in velja za zdravilno zelišče pri težavah z jetri in žolčnikom. Za pripravo regratovega čaja (250 ml) eno ali dve zvrhani čajni žlički posušene korenine regrata prelijemo z vrelo vodo in pustimo stati približno 10 minut. Po precejanju čaja vedno pijte manjše požirke v krajših presledkih približno 2 minut in ne več kot tri skodelice na dan. A iz regrata lahko pripravimo tudi marsikatero okusno jed v kuhinji. Mladi listi so idealni kot rahlo trpka osnova za solato iz divjih zelišč, kot zelenjava ali kot osnova za pesto iz divjih zelišč. Z rokami, polnimi cvetov, limon, **Naravni habitat:** Regrat prihaja iz zahodne Azije. Na južni polobli ga najdemo le občasno. **Navodila za gojenje:** Gojenje iz semen v zaprtih prostorih je možno vse leto, pri čemer je februaraska predkultúra idealna za kasnejšo presajanje mladih rastlin na prosto. Možna je tudi setev na prosto od marca ali pozno poleti. Preprosto potesite drobna semena na vlažen rastni substrat in semena le na tanko pokrijte z zemljo. 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 rastni zemlji. Lonček s semeni postavite na svetlo in toplo mesto s temperaturo od 20 do 25 °C, zemlja v lončku pa naj bo vlažna, vendar ne mokra. Kaljenje poteka po treh do petih tednih in od junija se sadike nato lahko "preselijo" na vrt. **Najboljša lokacija:** Regrat najbolj uspeva na sončnih legah s hranili, dobro zračno in humozno zemljo. **Optimalna nega:** Za gojenje v posadah izberite čim globlji lonec, saj rastlina razvije obsežne glavne korenine. Običajno zadostuje komercialna zemlja za lončnice. Rastlina potrebuje samo gnojilo v vedru - po možnosti zeliščno gnojilo. Regrat bolje prenaša namakanje kot izsušitev. **V zimskem času:** Regrat je trdoživ in ne potrebuje posebne nege.



Diente de león

Taraxacum officinale

Para la gloria del diente de león existe la - flor del soplón -

Cada niño conoce la planta de hasta 30 centímetros de altura por sus características hojas en forma de dientes de león. En primavera, las flores amarillas le darán a su jardín un toque de color y después dejará frutos con forma de paracaidas. El diente de león es muy frecuente, sin embargo, debido al impacto ambiental, no se recomienda recogerlo desde cualquier lugar. Por lo que sobre todo en esta planta se recomienda un cultivo propio. Fuerzas activas: El diente de león es rica en una sustancia amarga poco frecuente, popular como hierba silvestre y se considera como una hierba medicinal para problemas de hígado y vesícula. Para la preparación de té de diente de león (250ml) se vierte agua hirviendo sobre una a dos cucharaditas de la hierba seca con raíz y se deja reposar durante unos 10 minutos. Después de filtrar el té debe tomarlo muy despacio y en sorbos pequeños cada 2 minutos. Al día puede tomar hasta tres tazas de té de diente de león. Sin embargo también en la cocina se puede utilizar el diente de león en muchos platos deliciosos. Las hojas jóvenes son muy adecuadas como base ligeramente ácida para ensalada de hierbas silvestres, como verdura o como base para el pesto de hierbas silvestres. También se puede hacer fácilmente una sabrosa mermelada con un manojo de flores, limón, agua y azúcar. **Ubicación natural:** El diente de león es originario de Asia occidental. En el hemisferio sur se encuentra sólo esporádicamente. **Cultivo exitoso:** La semilla se puede criar en interior durante todo el año. Aunque un pre cultivo en febrero sería lo ideal para poder trasplantar las plántulas más adelante al exterior. También es posible una siembra en exterior en marzo o a finales de verano. Esparza las semillas sobre sustrato húmedo y cúbralas ligeramente con tierra. Cubra el recipiente de cultivo con un film transparente y agujereéelo. Así protegerá la tierra de la desecación. Para evitar la putrefacción del sustrato retire el film cada dos o tres días durante 2 horas. Coloque el recipiente de cultivo en un lugar luminoso y cálido a alrededor de 20 a 25 grados y mantenga el sustrato húmedo, pero no mojado. La germinación se producirá a las tres a cinco semanas y a partir de junio podrá trasplantar las plántulas en el jardín. **La mejor ubicación:** El diente de león prefiere lugares soleados en suelos sueltos, ricos en nutrientes y humus. **Cuidado óptimo:** Elija para el cultivo en maceta un macetero profundo porque la planta desarrolla una raíz pivotante. Por lo general la tierra normal para plantas en maceta es suficiente. Solo la planta mantenida en maceta necesita abono y preferentemente fertilizante para hierbas. El diente de león tolera mejor el anegamiento que la sequía. **En el invierno:** El diente de león es resistente a heladas y no requiere tratamiento especial.



Pampeliška

Taraxacum officinale

Pampeliška dává pampelišku, aby jí dala slávu

Každé dítě zná až 30 centimetrů vysokou rostlinu a její charakteristické listy připomínající pampelišku. Na jaře dodají vaší zahradě zářivě žluté květy šmrnc a později zanechají četné plody podobné padáku a stane se z ní „pampeliška“. Přestože jsou pampelišky běžné, kvůli dopadu na životní prostředí by se neměly sbírat jen tak někde. Proto je vhodné pěstovat si tuto rostlinu sami. Účinné síly: Pampeliška, bohatá na vzácné hořčiny, je jednou z nejznámějších divokých bylin a je považována za léčivou bylinu při jaterních a žlučnickových problémech. Pro přípravu pampeliškového čaje (250 ml) zalijte vroucí horkou vodou jednu až dvě vrchovaté čajové lžičky sušeného kořene pampelišky a nechte asi 10 minut louhovat. Po scezení čaje je třeba vždy popíjet menší doušky v kratších intervalech asi 2 minut a ne více než tři šálky denně. Pampeliška se ale dá využít i k přípravě mnoha lahodných pokrmů v kuchyni. Mladé listy jsou ideální jako lehce nakyslý základ do salátu z divokých bylin, jako zelenina nebo jako základ pro pesto z divokých bylin. S rukama plnými květů, citronu, **Přírozená poloha:** Pampeliška pochází ze západní Asie. Na jižní polokouli se vyskytuje jen sporadicky. **Úspěšné pěstování:** Pěstování ze semen v interiéru je možné po celý rok, přičemž předpěstování v únoru je ideální pro pozdější přesazování mladých rostlin venku. Výsev venku je možný od března nebo koncem léta. Jemná semínka jednoduše nasype na vlhký pěstební substrát a semínka jen tence zasypte zeminou. 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 plísni na rostoucí půdě. Umístěte květináč na světlé a teplé místo s teplotou 20 až 25 °C a udržujte půdu v květináči vlhkou, ale ne mokrou. Klíčení probíhá po třech až pěti týdnech a od června se pak sazenice mohou „stěhovat“ na zahradu. **Nelepší umístění:** Pampeliška roste nejlépe na slunných stanovištích s živnou, dobře provzdušněnou a humózní půdou. **Optimální péče:** Pro pěstování jako kontejnerová rostlina si vyberte květináč, který je co nejhlubší, protože rostlina vyvíjí rozsáhlé kulové kořeny. Obvykle postačuje komerční půda. Rostlina potřebuje pouze hnojivo v kbelíku – nejlépe bylinkové. Pampeliška lépe snáší přemokření než vysychání. **V zimě:** Pampelišky jsou odolné a nevyžadují žádné speciální ošetřování.



Karahindiba

Taraxacum officinale

Karahindiba şan vermesi için karahindiba verir

Boyu 30 santimetreye ulaşan bitkiyi ve karahindibaya benzeyen karakteristik yapılarını her çocuk bilir. İlkbaharda parlak sarı çiçekler bahçenize bir renk patlaması katar ve daha sonra arkasında paraşüt benzeri sayısız meyve bırakarak "karahindiba" olur. Karahindiba yaygın olmasına rağmen, çevresel etkileri nedeniyle herhangi bir yerde toplanmamalıdır. Bu nedenle, bu bitkiyi kendiniz yetiştirmeniz tavsiye edilir. Wirkende Kräfte: Der an seltenen Bitterstoffen reiche Löwenzahn zählt zu den bekanntesten Wildkräutern und gilt als Heilkräut bei Leber- und Gallenbeschwerden. Für die Zubereitung eines Löwenzahntees (250 ml) werden ein bis zwei gehäufte Teelöffel getrocknetes Löwenzahnkraut mit Wurzel mit kochend heißem Wasser übergossen und für etwa 10 Minuten ziehen gelassen. Nach Abseihen des Tees sollte immer in kleineren Abständen von etwa 2 Minuten jeweils kleinere Schlücke und pro Tag nicht mehr als drei Tassen getrunken werden. Doch auch in der Küche lassen sich mit Löwenzahn viele leckere Gerichte zubereiten. Die jungen Blätter eignen sich hervorragend als leicht herbe Grundlage eines Wildkräutersalates, als Gemüse oder als Grundlage für Wildkräuterpesto. Mit einigen Händen voller Blüten, Zitrone, Wasser und Gelierzucker lässt sich auch leicht eine geschmackvolle Marmelade herstellen. **Doğal konum:** Karahindiba Batı Asya'dan geliyor. Sadece güney yarımkürede sporadik olarak bulunur. **Başarılı yetiştirme:** İç mekanlarda tohumlardan yetiştirme tüm yıl boyunca mümkündür ve Şubat ayında yapılacak bir ön kültür, daha sonra genç bitkilerin dış mekana nakledilmesi için idealdir. Mart ayından itibaren veya yaz sonunda açık havada ekim yapmak da mümkündür. İnce tohumları nemli büyüyen alt tabakaya serpin ve tohumları toprakla çok ince bir şekilde örtün. Kültür kabının üzerini delikler açtığınız streç film ile kapatın. Bu, toprağın kurumasını önler. Folyoyu her iki ila üç günde bir 2 saat çıkarmalısınız. Bu, büyüyen toprakta küf oluşumunu önler. Tohum saksısını 20 ila 25°C sıcaklıkta hafif ve sıcak bir yere koyun ve saksı toprağını nemli tutun ama ıslak değil. Çimlenme üç ila beş hafta sonra gerçekleşir ve Haziran ayından itibaren fideler bahçeye "hareket edebilir". **En iyi konum:** Karahindiba, besin açısından zengin, iyi havalandırılmış ve humus açısından zengin topraklara sahip güneşli yerlerde en iyi şekilde büyür. **Optimum bakım:** Bir kap bitkisi olarak tutmak için, bitki geniş ana kökler geliştirdiğinden, mümkün olduğu kadar derin bir saksı seçin. Ticari saksı toprağı genellikle yeterlidir. Bitkinin sadece kovada gübreye ihtiyacı vardır - tercihen bitkisel gübre. Karahindiba, su basmasını kurumaya göre daha iyi tolere eder. **Kışın:** Karahindiba dayanıklıdır ve herhangi bir özel işlem gerektirmez.



Pitypang

Taraxacum officinale

A pitypang azért adja a pitypangot, hogy dicsőséget adjon neki

A legfeljebb 30 centiméter magas növényt és jellegetes, pitypangszerű leveleit minden gyerek ismeri. Tavasszal az élénksárga virágok színesítik a kertet, később pedig számos ejtőernyőszerű gyümölcsöt hagy maga után, és „pitypangává” válik. Bár a pitypang gyakori, a környezeti hatások miatt nem szabad csak úgy gyűjteni bárhol. Ezért tanácsos ezt a növényt saját kezűleg termesztetni. **Természetes elhelyezkedés:** A pitypang Nyugat-Ázsiából származik. Csak szórványosan fordul elő a déli féltekén. **Sikeres termesztés:** A beltéri magvakról történő termesztés egész évben lehetséges, a februári előkultúra ideális a fiatal növények későbbi szabadba ültetéséhez. Szabadföldi vetés márciustól vagy nyár végén is lehetséges. Egyszerűen szórja a finom magvakat a nedves természetfelületre, és csak vékonyan takarja be a magokat talajjal. Fedje le a tenyészedényt ragasztó fóliával, 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 növekvő talajon. Helyezze a magcserepet világos és meleg helyre, ahol a hőmérséklet 20-25°C, és a virágföldet tartsa nedvesen, de ne nedvesen. A csírázás három-öt hét után megtörténik, és júniustól a palánták „költözhetnek” a kertbe. **A legjobb hely:** A pitypang legjobban napos, tápanyagban gazdag, jól szellőző és humuszos talajú helyeken fejlődik. **Optimális gondozás:** Konténer-növényként való tartáshoz a lehető legmélyebb cserepet válasszunk, mivel a növény kiterjedt karógyökereket fejleszt. A kereskedelmi virágföld általában elegendő. A növénynek csak műtrágyára van szüksége a vödörben - lehetőleg gyógynövényes műtrágyára. A pitypang jobban tűri a bevezesedést, mint a kiszáradást. **Télen:** A pitypang szívós, és nem igényel különleges kezelést.

: : : : :



セイヨウタンポポ

Taraxacum officinale

タンポポ綿毛の栄光物語

30cmの高さでライオンの歯のような形の葉が特徴的な植物で、子供なら誰でも知っています。春に光沢のある黄色の花を咲かせ庭を彩り、その後パラシュートのような果実が綿毛となります。タンポポは広範囲で見られますが、環境汚染などを考慮して収穫すべきです。特に自宅で栽培することをお勧めします。

活性物質：珍しい苦み成分が含まれている最も有名な野生のハーブで、肝臓および胆汁の改善に使用されます。タンポポ茶 (250ml) は、根を含む乾燥したタンポポを小さじ2杯沸騰したお湯に入れ、約10分間煮詰めてください。お茶を濾して、少し飲んで2分間ほどおいてまた少し飲んでください。1日に3回以上は飲まないでください。タンポポはたくさんの美味しい料理に利用できます。野菜やハーブのサラダまたはワイルドハーブペストに最適です。数回の一握りの花をレモンと砂糖を水に溶かしたものと合わせ美味しいジャムを作ることできます

自然な場所: 西アジアが原産で、南半球ではまばらにしか見られません。

栽培成功:

種子繁殖は室内で年間を通して可能です。しかし、2月に栽培の準備をして、その後に植え付けを行うのが理想的です。屋外での栽培は3月から、または晩夏にも可能です。湿った用土に種を広げ、その上に少量の用土を被せます。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℃~25℃の明るく暖かい場所に置き、用土は湿った状態に保ちます。通常は約3~5週間で発芽し、6月には屋外に定植できます。

最高のロケーション: 日当たりが良く栄養価の高い、空気にさらされた腐植土の土壌でよく成長します。

最適なケア:

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。一般的な栽培土壌で十分です。鉢植えの場合にのみハーブ用の肥料を与えてください。タンポポは乾燥よりも水溜まりに対処します。

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: 15210 / Löwenzahn