



SAFLAX®



Tips



About © : Contact SAFLAX -

Lycium chinensis

	 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



Годжи Бери Lycium chinensis

Съдържа повече витамин В и антиоксиданти от всеки друг плод

Lycium chinense прераства в широколистен, само леко бодлив храст с височина до два метра. След цъфтежа храстът развива мощните си плодове от август. Активни сили: Традиционна съставка в китайската медицина, сладкото годжи бери съдържа повече витамини от група В и антиоксиданти от всеки друг плод. Чай: Изсипете 250 мл вряла вода върху две чаени лъжички изсушени плодове годжи и оставете да киснат за 10 до 15 минути. Насладете се със или без плодове. В кухнята: Червените, дълги овални и богати на витамини плодове могат да се консумират сурови или сушени или преработени в сок и конфитюр. Подходящи са и като овкусителна съставка в мюсли или като вкусна плодова съставка в сладкиши. **Естествено местоположение:** Произходът на годжи бери е в Евразия и се среща там в Китай, Тайван, Япония, Корея, Непал и Пакистан. **Успешно отглеждане:** Отглеждането от семена на закрито е възможно през цялата година. За да увеличите кълняемостта на семената, първо трябва да накиснете семената във вода със стайна температура за 24 часа. След това просто поръсете семето върху влажната растяща почва. Опънете хранително фолио върху съда с култура и пробийте няколко дупки във фолиото. 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 семената на светло и топло място с 20 до 25° по Целзий и поддържайте почвата влажна, но не мокра. Обикновено са необходими няколко седмици, за да покълнат. **Най-доброто местоположение:** Годжи берито се нуждае от слънчево място и може лесно да се засади поради своята устойчивост на замръзване. **Оптимална грижа:** Храстът е здрав и лесен за грижи. Тъй като може да нарасне до 80 сантиметра годишно, трябва да го поливате обилно, особено през сухите седмици на годината. През есента можете да премахнете мъртвите клони, а през пролетта на втората година можете да отрежете до шест основни клона. Добри добиви могат да се очакват още от третата година. Реколта: След прибиране на реколтата в края на лятото, за съжаление годжи бери могат да се консумират и обработват пресни само за относително кратък период от време. Въпреки това могат да се изсушат много добре в деhidратор или във фурна на максимум 40° по Целзий и с леко отворена врата на фурната. **През зимата:** Годжи берито се счита за издръжливо на замръзване до -30° по Целзий и следователно би трябвало да преживее дори най-суровите зими без оплаквания. Издънките могат да измръзнат силно през зимата, но вашето растение ще поникне отново добре през пролетта, особено от основата и кореновата зона. **Родът Lycium принадлежи към семейството на ношниците. Както при доматения храст, частите на растението са отровни. Но, разбира се, не и плодовете.**



Goji bær Lycium chinensis

Indeholder mere vitamin B og Antioxidanter end nogen anden frugt

Lycium chinense vokser til en løvfældende, kun let tornet busk op til to meter høj. Efter blomstring udvikler busken sine kraftige frugter fra august. Aktive kræfter: En traditionel ingrediens i kinesisk medicin, den søde gojibær indeholder flere B-vitaminer og antioxidanter end nogen anden frugt. Te: Hæld 250 ml kogende vand over to teskefulde tørret goji frugt og lad trække i 10 til 15 minutter. Nyd med eller uden frugt. I køkkenet: De røde, lange ovale og vitaminrige frugter kan spises rå eller tørrede eller forarbejdes til juice og marmelade. De er også velegnede som smagsingrediens i müsli eller som en lækker frugtkomponent i kager. **Naturlig beliggenhed:** Oprindelsen af gojibær er i Eurasien og findes der i Kina, Taiwan, Japan, Korea, Nepal og Pakistan. **Successful dyrkning:** Dyrkning fra frø indendørs er muligt hele året rundt. For at øge frøens spireevne bør du først lægge frøene i blød i vand ved stuetemperatur i 24 timer. Derefter skal du blot drysse frøet over den fugtige voksende jord. Stræk husholdningsfilm over dyrkningskarret og prik et par huller i filmen. 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. Det tager normalt flere uger at spire. **Den bedste beliggenhed:** Gøjibæret har brug for en solrig placering og kan nemt plantes ud på grund af dens frosthårdhed. **Optimal pleje:** Der Strauch ist robust und pflegeleicht. Da er jährlich bis zu 80 Zentimeter zulegen kann, sollten Sie ihn vor allem während der trockenen Wochen des Jahres ausgiebig wässern. Im Herbst können Sie die abgestorbenen Äste entfernen und im Frühjahr des zweiten Jahres einen Rückschnitt auf sechs Hauptzweige vornehmen. Ab dem dritten Jahr sind bereits gute Erträge zu erwarten. Ernte: Nach der Ernte im Spätsommer lassen sich Goji Beeren leider nur für einen relativ kurzen Zeitraum frisch genießen und verarbeiten. In einem Dörrapparat oder im Backofen bei maximal 40° Celsius und leicht geöffnete Ofentür lassen sie sich aber sehr gut trocknen. **Om vinteren:** Gøjibæret anses for frosthårdt ned til -30° Celsius og bør derfor overleve selv de hårdeste vintre uden klage. Skuddene kan fryse kraftigt tilbage om vinteren, men din plante vil spire godt igen om foråret, især fra bunden og rodområdet. **Slægten Lycium tilhører natskyggefamilien. Som med tomatbusken er plantedelene giftige. Men selvfølgelig ikke frugten.**



Gojibeere Lycium chinensis

Enthält mehr Vitamin-B und Antioxidantien als jede andere Frucht

Lycium chinense wächst zu einem sommergrünen, nur leicht bedornten bis zu zwei Metern hohen Strauch heran. Nach der Blüte entwickelt der Strauch ab August seine wirkräftigen Früchte. Wirkende Kräfte: Die süße Goji-Beere ist ein traditioneller Bestandteil der chinesischen Medizin und enthält mehr Vitamin-B und Antioxidantien als jede andere Frucht. Tee: Zwei Teelöffel getrocknete Goji-Früchte mit 250 ml kochendem Wasser übergießen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen. Mit oder ohne Früchte genießen. In der Küche: Die roten, länglichen ovalen und vitaminreichen Früchte können roh oder getrocknet gegessen oder zu Saft und Marmelade verarbeitet werden. Sie eignen sich zudem als Geschmackszutat im Müsli oder als leckerer Fruchtanteil im Kuchen. **Naturstandort:** Die Herkunft der Goji - Beere liegt in Eurasien und kommt dort in China, Taiwan, Japan, Korea, Nepal und Pakistan vor. **Anzucht:** Im Haus ist die Anzucht aus Samen das ganze Jahr über möglich. Um die Keimfähigkeit der Samen zu erhöhen, sollten sie den Samen zunächst für 24 Stunden in Wasser bei Raumtemperatur anquellen. Streuen Sie den Samen dann einfach über die feuchte Anzuchterde. Spannen Sie Klarsichtfolie über das Anzuchtgefäß und stechen Sie einige Löcher in die Folie. 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. Bis zur Keimung dauert es dann gewöhnlich mehrere Wochen. **Standort:** Die Gojibeere benötigt einen sonnigen Standort und kann aufgrund Ihrer Frosthärte gut ausgepflanzt werden. **Pflege:** Der Strauch ist robust und pflegeleicht. Da er jährlich bis zu 80 Zentimeter zulegen kann, sollten Sie ihn vor allem während der trockenen Wochen des Jahres ausgiebig wässern. Im Herbst können Sie die abgestorbenen Äste entfernen und im Frühjahr des zweiten Jahres einen Rückschnitt auf sechs Hauptzweige vornehmen. Ab dem dritten Jahr sind bereits gute Erträge zu erwarten. Ernte: Nach der Ernte im Spätsommer lassen sich Goji Beeren leider nur für einen relativ kurzen Zeitraum frisch genießen und verarbeiten. In einem Dörrapparat oder im Backofen bei maximal 40° Celsius und leicht geöffnete Ofentür lassen sie sich aber sehr gut trocknen. **Im Winter:** Die Gojibeere gilt als frosthart bis zu -30° Celsius und sollte somit auch die härtesten Winter klaglos überstehen. Die Triebe frieren im Winter zwar teilweise stark zurück, aber Ihre Pflanze treibt dann im Frühjahr, vor allem aus der Basis und dem Wurzelbereich, wieder gut aus. **Die Gattung Lycium zählt zu den Nachtschattengewächsen. Wie beim Tomatenstrauch sind die Pflanzenteile giftig. Aber natürlich nicht die Früchte.**



Goji berry Lycium chinensis

Contains more vitamin B and antioxidants than any other fruit

The Lycium chinensis is a summer-green, only light branched and lightly spiked shrub plant that grows up to meters. After blossoming and from August on, it produces the red-coloured and longish-round, vitamin-packed fruits that can be eaten either raw or dried, as well as processed juice or jam. The sweet goji berry is a traditional part of the Chinese medicine and contains more vitamin B complex and antioxidants than any other fruit. Beware: the species Lycium belongs to the nightshade family (Solanaceae), and like in other plants of that genus, the parts of the plant are toxic, except the berries of course! Active agents: The sweet goji berry is a traditional part of Chinese medicine and contains more vitamin B and antioxidants than any other fruit. Tea: pour 250 ml of boiling water over two teaspoons of dried goji fruits and let it steep for 10 to 15 minutes. Enjoy with or without fruit. In the kitchen: the red, longish-oval fruit is rich in vitamins and can be eaten raw or dried or processed into juice and jam. Goji berries are also suitable as a flavoring ingredient in muesli or as a delicious fruit portion in cakes. **Natural location:** The Chinese Wolfberry originally comes from Eurasia, particularly from China, Taiwan, Japan, Korea, Nepal and Pakistan. **Successful cultivation:** Seed propagation indoors is possible throughout the year. To increase the germinability, you should place the seeds for about 24 hours in a bowl with lukewarm water for priming. After that, spread the seeds onto moist potting compost and cover the seed container with clear film to prevent the earth from drying out. 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° and 25° Celsius and keep the earth moist, but not wet. Usually it takes a couple of weeks until germination. **The best location:** The Chinese Wolfberry likes to be kept in a sunny place, and since it is frost-hardy it can easily be planted out. **Optimal care:** The Chinese Wolfberry is a sturdy and carefree plant that can grow annually about 80 cm. Especially during the dry season it needs sufficient watering. In autumn you might cut off dried twigs and in spring of its second year, the plant can be pruned back to six main branches. After three years you can already expect a good harvest. **In the winter:** The Chinese Wolfberry proved to be frost-resistant up to -30° Celsius and should endure even harsh winter seasons. Frostbitten sprouts will shoot again in spring, especially at the bottom and in the root area. **Caution: Lycium is part of the nightshade family (Solanaceae). Plant parts are poisonous. But of course, not the fruit.**



Goji mari

Lycium chinensis

Sisaldab rohkem B-vitamiini ja Antioksidandid kui ükski teine puuvili

Lycium chinense kasvab kuni kahe meetri kõrguseks heitlehiseks, vaid kergelt okkaliseks pöösaks. Pärast õitsemist arendab pöösas augustist oma võimsaid vilju. Aktiivsed jõud: Hiina meditsiini traditsiooniline koostisosa, magus goji mari sisaldab rohkem B-vitamiini ja antioksidante kui ükski teine puuvili. Tee: Vala 250 ml keeva veega üle kahe teelusikataie kuivatatud goji puuvilja ja lase tõmmata 10–15 minutit. Naudi puuviljadega või ilma. Kõõgis: Punaseid, pikki ovaalseid ja vitamiinirikkaid vilju võib süüa toorelt või kuivatatult või töödelda mahlaks ja moosiks. Need sobivad ka müsli maitseaineks või kookidesse maitseks puuviljakomponentideks. **Looduslik asukoht:** Goji marja päritolu on Euraasia ja seda leidub Hiinas, Taiwanis, Jaapanis, Koreas, Nepalil ja Pakistanil. **Edukas kasvatamine:** Seemnetest siseruumides kasvatamine on võimalik aastaringset. Seemnete idanemisvõime suurendamiseks tuleks seemned esmalt 24 tundi toatemperatuuril vees leotada. Seejärel puista seeme lihtsalt niiskele kasvupinnasele. Venitage kultuurianuma kohale toidukile ja torkake kilesse mõned augud. 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. Tavaliselt kulub idanemiseks mitu nädalat. **Parim asukoht:** Goji mari vajab päikeselist kasvukohta ja selle külmakindluse tõttu saab kergesti välja istutada. **Optimaalne hooldus:** Pöösas on vastupidav ja kergesti hooldatav. Kuna see võib aastast kasvada kuni 80 sentimeetrit, tuleks teda rohkelt kasta, eriti aasta kuivadel nädalatel. Sügisel saab eemaldada surnud oksad ja teise aasta kevadel saab kuue põhioksa tagasi lõigata. Head saaki võib oodata juba kolmandast aastast. Saagikoristus: Pärast hilissuvisest saagikoristust saab goji marju värskena nautida ja töödelda kahjaks vaid suhteliselt lühikest aega. Küll aga saab neid väga hästi kuivatada dehüdraatoris või ahjus maksimaalselt 40 °Celsius juures ja veidi lahtise ahjuuksega. **Talvel:** Goji marja peetakse külmakindlaks kuni -30 °C ja seepärast peaks see ka kõige karmimad talved kaebusteta üle elama. Võrsed võivad talvel tugevalt külmuda, kuid teie taim tõrjub kevadel uuesti hästi, eriti alus- ja juurepiirkonnast. **Perekond Lycium kuulub öövilaliste sugukonda. Nagu tomatipöösajal, on taimeosad mürgised. Aga loomulikult mitte puu.**



Goji-marja

Lycium chinensis

Sisältää enemmän B-vitamiinia ja Antioksidantteja kuin mikään muu hedelmä

Lycium chinense kasvaa lehtipuuksi, vain hieman piikkiseksi pensaasta, joka on enintään kaksi metriä korkea. Kukinnan jälkeen pensas kehittää voimakkaita hedelmiään elokuusta lähtien. Aktiiviset voimat: Perinteinen kiinalaisen lääketieteen ainesosa, makea goji-marja sisältää enemmän B-vitamiineja ja antioksidantteja kuin mikään muu hedelmä. Tee: Kaada 250 ml kiehuvaa vettä kahden teelusikallisen kuivattujen goji-hedelmien päälle ja anna hautua 10–15 minuuttia. Nauti hedelmien kanssa tai ilman. Keittiossa: Punaiset, pitkät soikeat ja vitamiinirikkaat hedelmät voidaan syödä raakana tai kuivatuna tai jalostaa mehukuksi ja hilloksi. Ne sopivat myös myslin makuaineeksi tai kakkujen herkulliseen hedelmäkomponenttiin. **Luonnollinen sijainti:** Goji-marjan alkuperä on Euraasiassa, ja sitä löytyy Kiinasta, Taiwanista, Japanista, Koreasta, Nepalista ja Pakistanista. **Onnistunut viljely:** Kasvatus siemenistä sisätiloissa on mahdollista ympäri vuoden. Siementen itämiskyvyn lisäämiseksi sinun tulee ensin liottaa siemeniä vedessä huoneenlämpötilassa 24 tuntia. Ripottele sitten siemeniä kostealle kasvumaalle. Venyttä elintarvikekalvo viljelyastian päälle ja pistele kalvoon muutamia reikiä. Tämä suojaa 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 kestää yleensä useita viikkoja. **Paras sijainti:** Goji-marja tarvitsee aurinkoisen paikan ja on helppo istuttaa ulos pakkaskestävyyden vuoksi. **Optimaalinen hoito:** Pensas on tukeva ja helpohoitoinen. Koska se voi kasvaa jopa 80 senttimetriä vuodessa, sinun tulee kastella sitä runsaasti, erityisesti vuoden kuivina viikkoina. Syksyllä voit poistaa kuolleet oksat ja toisen vuoden kevällä voit leikata kuusi pääoksaa. Hyviä satoja voidaan odottaa jo kolmannelta vuodelta alkaen. Sadonkorjuu: Loppukesän sadonkorjuun jälkeen goji-marjoja voidaan valittavasti nauttia ja käsitellä tuoreena vain suhteellisen lyhyen ajan. Ne voidaan kuitenkin kuivata erittäin hyvin kuivausrummussa tai uunissa korkeintaan 40 asteessa ja uunin luukku hieman auki. **Talvella:** Goji-marja pidetään pakkaskestävänä -30 °C:seen asti, ja siksi sen pitäisi kestää ankarimmatkin talvet valittamatta. Versot saattavat jäätyä takaisin pahoin talvella, mutta kasvisi itää jälleen hyvin kevällä, erityisesti tyvestä ja juurialueelta. **Lycium-suku kuuluu yöviirheeseen. Kuten tomaattipensassa, myös kasvin osat ovat myrkyllisiä. Mutta ei tietenkään hedelmää.**



Baie de goji

Lycium chinensis

Contient plus de vitamine B et d'antioxydants que tout autre fruit

Le lyciet de Chine croît en un arbuste sempervirent, mais peu ramifié et légèrement épineux, de jusqu'à deux mètres de hauteur. Après la floraison, l'arbuste développe ses fruits rouges, ovales, et riches en vitamines qui peuvent être mangés crus ou secs, ou transformés en jus ou en confiture, à partir d'août. La baie de Goji douce est un ingrédient traditionnel de la médecine chinoise et contient plus de vitamine B et d'antioxydants que tous les autres fruits. Attention : le genre Lycium appartient à la famille des Solanaceae. Comme chez l'arbre à tomates, les parties de la plante sont toxiques, mais les fruits ne le sont pas. Des effets efficaces : la baie de goji sucrée est un ingrédient traditionnel de la médecine chinoise et elle contient plus de vitamine B et d'antioxydants que tout autre fruit. Infusion : Ajoutez 250 ml d'eau bouillante à deux petites cuillères de fruits secs de goji et laissez infuser pendant 10 à 15 minutes. Dégustez l'infusion avec ou sans fruits. En cuisine : Les fruits rouges, de forme ovale et riches en vitamines, peuvent être consommés crus ou séchés ou transformés en jus et en confitures. On peut également les utiliser comme ingrédient aromatique dans les céréales ou dans les gâteaux. **Emplacement naturel:** L'origine du goji se situe en Eurasie et le goji se rencontre en Chine, au Taiwan, en Japon, en Corée, au Népal, et en Pakistan. **Culture réussie:** La culture des graines à la maison est possible tout au long de l'année. Pour améliorer la faculté germinative des graines, vous devez d'abord mettre les graines dans de l'eau à température ambiante pendant 24 heures. Ensuite, parsemez les graines sur le terreau humide. 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 gardez le terreau humide, mais pas mouillé. En général, il faut attendre plusieurs semaines pour la germination. **Le meilleur emplacement:** Le goji a besoin d'un emplacement ensoleillé et peut être repiqué grâce à sa rusticité. **Soins optimaux:** L'arbuste est robuste et facile à entretenir. Comme il peut grandir de 80 centimètres tous les ans, vous devez l'arroser abondamment, surtout pendant les semaines sèches de l'année. En automne, vous pouvez enlever les branches et mortes et couper six branches principales en printemps de la deuxième année. Vous pouvez vous attendre à de bonnes récoltes déjà à partir de la troisième année. **En hiver:** Le goji est rustique jusqu'à -30° Celsius et doit donc surmonter les hivers les plus durs. Les rameaux gèlent en partie en hiver, mais votre plante bourgeonne de nouveau en printemps, surtout de la base et des racines. **Attention: Le genre lycium est une plante de la famille des solanacées. Comme pour les tomates, les parties végétales sont toxiques. Le fruit mûr ne l'est bien évidemment pas.**



Γκότζι μπέρι

Lycium chinensis

Περιέχει περισσότερη βιταμίνη B και Αντιοξειδωτικά από οποιοδήποτε άλλο φρούτο

Το Lycium chinense αναπτύσσεται σε φυλλοβόλο, μόνο ελαφρώς ακανθώδη θάμνο ύψους έως και δύο μέτρων. Μετά την ανθοφορία, ο θάμνος αναπτύσσει τους ισχυρούς καρπούς του από τον Αύγουστο. Ενεργές Δυνάμεις: Ένα παραδοσιακό συστατικό της κινεζικής ιατρικής, το γλυκό γκότζι μπέρι περιέχει περισσότερες βιταμίνες B και αντιοξειδωτικά από οποιοδήποτε άλλο φρούτο. Τσάι: Ρίξτε 250 ml βραστό νερό πάνω από δύο κουταλάκια του γλυκού αποξηραμένα φρούτα γκότζι και αφήστε τα να βράσουν για 10 έως 15 λεπτά. Απολαύστε το με ή χωρίς φρούτα. Στην κουζίνα: Τα κόκκινα, μακριά οβάλ και πλούσια σε βιταμίνες φρούτα μπορούν να καταναλωθούν ωμά ή αποξηραμένα ή μεταποιημένα σε χυμό και μαρμελάδα. Είναι επίσης κατάλληλα ως αρωματικό συστατικό σε μούσλι ή ως νόστιμο συστατικό φρούτων σε κέικ. **Φυσική τοποθεσία:** Η προέλευση του goji berry είναι στην Ευρασία και βρίσκεται εκεί στην Κίνα, την Ταϊβάν, την Ιαπωνία, την Κορέα, το Νεπάλ και το Πακιστάν. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Η καλλιέργεια από σπόρους σε εσωτερικούς χώρους είναι δυνατή όλο το χρόνο. Για να αυξηθεί η βλαστική ικανότητα των σπόρων, θα πρέπει πρώτα να μουλιάσετε τους σπόρους σε νερό σε θερμοκρασία δωματίου για 24 ώρες. Στη συνέχεια, απλώστε παπαλιότε τους σπόρους πάνω από το υγρό έδαφος ανάπτυξης. Τεντώστε μεμβράνη πάνω από το δοχείο καλλιέργειας και ανοίξτε μερικές τρύπες στη μεμβράνη. Αυτό προστατεύει το έδαφος από το στέγνωμα. Θα πρέπει να αφαιρέτε το αλουμινόχαρτο για 2 ώρες κάθε δύο έως τρεις ημέρες. Αυτό αποτρέπει τη δημιουργία μούχλας 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. Συνήθως χρειάζονται αρκετές εβδομάδες για να βλαστήσει. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Το goji berry χρειάζεται μια ηλιόλουστη τοποθεσία και μπορεί εύκολα να φυτευτεί λόγω της ανθεκτικότητάς του στον παγετό. **Βέλτιστη φροντίδα:** Ο θάμνος είναι εύρωστος και εύκολος στη φροντίδα του. Δεδομένου ότι μπορεί να μεγαλώσει έως και 80 εκατοστά το χρόνο, θα πρέπει να το ποτίζετε εκτενώς, ειδικά κατά τις ζεχές εβδομάδες του χρόνου. Το φθινόπωρο μπορείτε να αφαιρέσετε τα νεκρά κλαδιά και την άνοιξη του δεύτερου έτους μπορείτε να κόψετε σε έξι κύρια κλαδιά. Καλές αποδόσεις αναμένονται ήδη από το τρίτο έτος. Συγκομιδή: Μετά τη συγκομιδή στα τέλη του καλοκαιριού, τα γκότζι μπέρι μπορούν δυστυχώς να τα απολαύσουμε και να τα επεξεργαστούμε φρέσκα για σχετικά σύντομο χρονικό διάστημα. Ωστόσο, μπορούν να στεγνώσουν πολύ καλά σε αφυγραντήρα ή στο φούρνο στους 40° Κελσίου το πολύ και με την πόρτα του φούρνου ελαφρώς ανοιχτή. **Το χειμώνα:** Το goji berry θεωρείται ανθεκτικό στον παγετό έως τους -30° Κελσίου και ως εκ τούτου θα πρέπει να επιβιώσει ακόμη και τους πιο σκληρούς χειμώνες χωρίς παράπονο. Οι βλαστοί μπορεί να παγώσουν έντονα το χειμώνα, αλλά το φυτό σας θα φυτρώσει ξανά καλά την άνοιξη, ειδικά από τη βάση και την περιοχή της ρίζας. **Το γένος Lycium ανήκει στην οικογένεια των νυχτοειδών. Όπως και με τον θάμνο ντομάτας, τα μέρη του φυτού είναι δηλητηριώδη. Μα φυσικά όχι το φρούτο.**



Caora goji Lycium chinensis

Tá níos mó vitimín B agus Frithocsaídeoirí ná aon torthaí eile

Fásann Lycium chinense isteach i tor duillsilteach, ach beagán deilgneach suas le dhá mhéadar ar airde. Tar éis bláthanna, forbraíonn an tor a chuid torthaí cumhachtacha ó Lúna. Cumhachtáí Gníomhacha: Comhábhar traidisiúnta i míochaine na Síne, tá níos mó vitimíní B agus frithocsaídeoirí sa sméar goji milis ná aon torthaí eile. Tae: Doirt 250 ml d'uisce fiuchta thar dhá thaespúnóg de thorthaí goji triomaithe agus lig gear ar feadh 10 go 15 nóiméad. Bain sult as le torthaí nó gan iad. Sa chistin: Is féidir na torthaí dearg, ubhchruthacha fada agus saibhir i vitimín aitheamh nó a thriomú nó a phróiseáil i sú agus subh. Tá siad oiriúnach freisin mar chomhábhar blaitithe i muesli nó mar chomhpháirt torthaí sobhlaithe i gcistí. **Suíomh nádúrtha:** Tá bunús an sméar goji san Eurásia agus tá sé le fáil ann sa Tísin, sa Téaváin, sa Téapáin, sa Chóiré, i Neipeal agus sa Phacastáin. **Saothrú rathúil:** Is féidir fás ó shíolta taobh istigh ar feadh na bliana. D'fhonn cumas pheacadh na síolta a mhéadú, ba chóir duit na síolta a sáithiú in uisce ar dtús ag teocht an tseomra ar feadh 24 uair an chloig. Ansin sprinkle go simplí an síol thar an ithir tais atá ag fás. Sín an scannán cumhdaithe thar an soitheach cultúir agus cuir cúpla poll sa scannán. 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 coinnigh an ithir potaithe tais ach ní fliuch. De ghnáth tógann sé roinnt seachtainí chun péacadh. **An suíomh is fearr:** Tá suíomh grianmhar ag teastáil ón sméar goji agus is féidir é a phlandáil go héasca mar gheall ar a chruas siocair. **Cúram is fearr is féidir:** Der Strauch ist robust und pflegeleicht. Da er jährlich bis zu 80 Zentimeter zulegen kann, sollten Sie ihn vor allem während der trockenen Wochen des Jahres ausgiebig wässern. Im Herbst können Sie die abgestorbenen Äste entfernen und im Frühjahr des zweiten Jahres einen Rückschnitt auf sechs Haupt-zweige vornehmen. Ab dem dritten Jahr sind bereits gute Erträge zu erwarten. Ernte: Nach der Ernte im Spätsommer lassen sich Goji Beeren leider nur für einen relativ kurzen Zeitraum frisch genießen und verarbeiten. In einem Dörrapparat oder im Backofen bei maximal 40° Celsius und leicht geöffneter Ofentür lassen sie sich aber sehr gut trocknen. **Sa gheimhreadh:** Meastar go bhfuil an sméar goji sioc cruas síos go -30 ° Celsius agus mar sin ba chóir go mairfidh sé fiú na gheimhreadh is deacra gan gearán. Féadfaidh na shoots reo ar ais go mór sa gheimhreadh, ach beidh do phlanda sprout arís go maith san earrach, go háirithe ón mbun agus limistéar fréimhe. **Baineann an ghéineas Lycium leis an teaghlach nightshade. Mar atá leis an tor trátaí, tá na codanna plandaí nimhiúil. Ach ar ndóigh ní na torthaí.**



Goji berjum Lycium chinensis

Inniheldur meira B-vítamín og Andoxunarefni en nokkur annar ávöxtur

Lycium chinense vex i laufgrænan, aðeins örlítið þyrnóttan runni allt að tveggja metra há. Eftir blómgun þróar runni kraftmikla ávexti sína frá ágúst. Virkir kraftar: Heftbundið innihaldsefni í kínverskri læknisfræði, sæta goji berið inniheldur meira B-vítamín og andoxunarefni en nokkur annar ávöxtur. Te: Hellið 250 ml af sjóðandi vatni yfir tvær teskeiðar af þurrkuðum goji ávöxtum og látið malla í 10 til 15 mínútur. Njóttu með eða án ávaxta. Í eldhúsinu: Rauðu, löngu sporöskjulaga og vítamínríku ávextina má borða hráa eða þurrkaða eða vinna í safa og sultu. Þeir henta líka sem bragðefni í músli eða sem ljúffengur ávaxtahluti í kökur. **Náttúrleg staðsetning:** Uppruni goji berjanna er í Evrasíu og finnast þar í Kína, Taívan, Japan, Kóreu, Nepal og Pakistan. **Árangursrík ræktun:** Ræktun úr fræjum innandyrá er mögulegt allt árið um kring. Til að auka spirunargetu fræanna ættir þú fyrst að bleyta fræin í vatni við stofuhita í 24 klukkustundir. Stráðið síðan fræinu einfaldlega yfir raka vaxandi jarðvegin. Teygðu matarfilmu yfir ræktunarflátið og stingdu nokkrum göt á filmuna. 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 vaxandi jarðvegi. Settu fræpottinn á létta og heitan stað með 20 til 25° Celsius og haltu pottajarðveginum rökum en ekki blautum. Það tekur venjulega nokkrar vikur að spíra. **Besta staðsetningin:** Goji berið þarf sólrika staðsetningu og auðvelt er að gróðursetja það út vegna frostþols. **Besta umönnun:** Runni er sterkur og auðvelt að sjá um. Þar sem það getur orðið allt að 80 sentimetrar á ári, ættir þú að vökva það mikið, sérstaklega á þurrum vikum ársins. Á haustin er hægt að fjarlægja dauða greinarnar og á vorin á öðru ári er hægt að skera niður í sex aðalgreinar. Nú þegar má búa við góðri uppskeru frá þriðja ári. Uppskera: Eftir uppskeru síðsumars er því miður aðeins hægt að njóta gojiberja og vinna fersk í tiltölulega stuttan tíma. Hins vegar er hægt að þurrka þær mjög vel í þurrkara eða í ofni við 40° Celsius að hámarki og með ofnhurðina örlítið opna. **Á veturna:** Goji berið er talið frostþolið niður í -30° á Celsius og ætti því að lifa af jafnvel hörðustu vetur án þess að kvarta. Sprota geta frjósa alvarlega á veturna, en plantan þín mun spíra aftur vel á vorin, sérstaklega frá grunni og rótarvæði. **Etthvíslin Lycium tilheyrir næturskuggaættinni. Eins og með tómatarunni eru plöntuhlutarnir eitruðir. En auðvitað ekki ávöxturinn.**



Bacche di Goji Lycium chinensis

Contiene più vitamina B e antiossidanti rispetto a qualsiasi altro frutto

Il Lycium chinensis cresce come arbusto a foglie caduche, poco ramificato e leggermente spinoso, fino a un'altezza massima di due metri. Dopo la fioritura, a partire da agosto l'arbusto sviluppa i suoi frutti rossi dalla forma allungata e ovale. Questi sono ricchissimi di vitamine e possono essere consumati crudi o essiccati, oppure usati nella preparazione di succhi e marmellate. Le dolci bacche di Goji sono una componente tradizionale della medicina cinese e contengono più vitamina B e antiossidanti di qualsiasi altro frutto. Attenzione: il Gattung Lycium si annovera fra le piante Solanacee, come ad esempio l'arbusto del pomodoro, quindi le parti della pianta sono tossiche. Ma naturalmente non lo sono i frutti. Principi attivi: La dolce bacca di goji è un ingrediente tradizionale nella medicina cinese e contiene più vitamina B e antiossidanti di qualsiasi altro frutto. Tisana: versare 250 ml di acqua bollente sopra un cucchiaino di bacche essiccate e lasciare riposare per 10-15 minuti. Gustare con o senza i piccoli frutti. In cucina: I frutti rossi, di forma ovale allungata e ricchi di vitamine si possono consumare crudi o essiccati, oppure trasformati in succhi e marmellate. Sono anche adatti come ingrediente aromatizzante nel muesli o come delizioso componente di frutta nelle torte. **Posizione naturale:** Il Goji proviene dall'Eurasia, in particolare da Cina, Taiwan, Giappone, Corea, Nepal e Pakistan. **Coltivazione riuscita:** La coltivazione da semi in casa è possibile durante tutto l'anno. Per aumentare la germinabilità dei semi, lasciateli immersi per 24 ore in acqua a temperatura ambiente perché si gonfino. Poi distribuiteli sulla terra di coltivo umida. 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 e mantenete la terra umida, ma non bagnata. La germinazione avviene di norma svariate settimane dopo. **La posizione migliore:** Il Goji ha bisogno di un'ubicazione soleggiata e può essere trapiantato, grazie alla sua resistenza al gelo. **Cura ottimale:** L'arbusto è forte e facile da curare. Poiché può crescere in un anno fino a 80 centimetri, soprattutto durante le settimane di siccità dovete innaffiarlo abbondantemente. In autunno potete tagliare i rami morti e, nella primavera del secondo anno, potatelo lasciando sei rami principali. A partire dal terzo anno ci si possono già aspettare buoni frutti. **In inverno:** Il Goji è resistente al gelo fino a -30° C, dunque dovrebbe sopravvivere senza problemi anche agli inverni più rigidi. I getti in inverno si congelano parzialmente ma la vostra pianta tornerà a germogliare bene in primavera, soprattutto dalla base e dalla zona delle radici. **Attenzione: Il genere Lycium si annovera tra le Solanacee, parti di pianta come ad esempio l'arbusto della pianta di pomodoro sono tossiche. Non lo sono, naturalmente, i frutti.**



Goji bobice Lycium chinensis

Sadrži više vitamina B i Antioksidansi od bilo kojeg drugog voća

Lycium chinense izraste u listopadni, tek blago trnoviti grm visok do dva metra. Nakon cvatnje, grm razvija svoje snažne plodove od kolovoza. Aktivne moći: Tradicionalni sastojak kineske medicine, slatke bobice goji sadrže više vitamina B i antioksidansa nego bilo koje drugo voće. Čaj: dvije žličice osušenog goji ploda prelježe s 250 ml kipuće vode i ostavite 10 do 15 minuta. Uživajte sa ili bez voća. U kuhinji: Crveni, dugački ovalni i vitaminima bogati plodovi mogu se jesti sirovi ili sušeni ili prerađeni u sok i džem. Također su prikladni kao aromatični sastojak muslija ili kao ukusna voćna komponenta u kolačima. **Zemlja porijekla:** Porijeklo goji bobica je u Euroaziji i nalazi se tamo u Kini, Tajvanu, Japanu, Koreji, Nepal i Pakistanu. **Uspješan uzgoj:** Uzgoj iz sjemena u zatvorenom prostoru moguć je tijekom cijele godine. Kako bi se povećala sposobnost klijavosti sjemena, sjeme najprije treba namočiti u vodi sobne temperature 24 sata. Zatim jednostavno pospite sjeme po vlažnom tlu za uzgoj. Razvucite prozirnu foliju preko posude s kulturom i probušite nekoliko rupa u foliji. 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. Obično je potrebno nekoliko tjedana da proklija. **Najbolja lokacija:** Goji bobica treba sunčano mjesto i može se lako saditi zbog svoje otpornosti na mraz. **Optimalna njega:** Grm je robustan i jednostavan za njegu. Budući da godišnje može narasti i do 80 centimetara, potrebno ju je obilno zalijevati, osobito tijekom suhih tjedana u godini. U jesen možete ukloniti mrtve grane, au proljeće druge godine možete odrezati na šest glavnih grana. Dobri prinosi mogu se očekivati već od treće godine. Berba: Nakon berbe u kasno ljeto, goji bobice se nažalost mogu uživati i prerađivati svježe relativno kratko vrijeme. No, mogu se jako dobro sušiti u dehidrator ili u pećnici na maksimalno 40°C i malo otvorenim vrata pećnice. **U zimi:** Smatra se da je goji bobica otporna na mraz do -30°C i stoga bi trebala bez prigovora preživjeti čak i najoštrije zime. Izbojci se zimi mogu jako smrznuti, ali će vaša biljka ponovno dobro niknuti u proljeće, posebno iz područja baze i korijena. **Rod Lycium pripada obitelji noćurka. Kao i kod grma rajčice, dijelovi biljke su otrovni. Ali naravno ne voće.**



Godži ogu

Lycium chinensis

Satur vairāk B vitamīnu un Antioksidanti nekā jebkurš cits auglis

Lycium chinense izaug par lapkoku, tikai nedaudz ērkšķainu krūmu līdz diviem metriem augstumā. Pēc ziedēšanas krūms attīsta savus spēcīgus augļus no augusta. Aktivās spējas: tradicionālā ķīniešu medicīnas sastāvdaļa, saldā godži oga satur vairāk B vitamīnu un antioksidantu nekā jebkurš cits auglis. Tēja: Aplej ar 250 ml verdošu ūdeni divām tējkarotēm žāvētu godži augļu un ļauj ievilkties 10 līdz 15 minūtes. Baudiet ar augļiem vai bez tiem. Virtuvē: Sarkanos, garos ovālos un vitamīniem bagātos augļus var ēst neapstrādātus vai žāvētus vai pārstrādāt sulā un ievārījumā. Tie ir piemēroti arī kā musli aromatizējošā sastāvdaļa vai kā garšīga augļu sastāvdaļa kūkās. **Dabiska vieta:** Goji ogu izcelsme ir Eirāzijā, un tā ir sastopama Ķīnā, Taivānā, Japānā, Korejā, Nepālā un Pakistānā. **Veiksmīga audzēšana:** Audzēšana no sēklām telpās ir iespējama visu gadu. Lai palielinātu sēklu dīgtspēju, sēklas vispirms 24 stundas jāmērcē ūdenī istabas temperatūrā. Pēc tam vienkārši apkaisa ar sēklām mitru augšanas augsni. Izstiepiet pārtikas plēvi virs kultivēšanas trauka un ieduriet plēvē dažus caurumus. 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 20 līdz 25 °C un turiet augsni mitru, bet ne mitru. Parasti dīgstānai nepieciešamas vairākas nedēļas. **Labākā atrašanās vieta:** Goji ogām ir nepieciešama saulaina vieta, un tās salizturības dēļ to var viegli izstādīt. **Optimāla aprūpe:** Krūms ir izturīgs un viegli kopjams. Tā kā tas gadā var izaugt līdz 80 centimetriem, to vajadzētu laistīt intensīvi, īpaši gada sausajās nedēļās. Rudenī var noņemt nokaltušos zarus, bet otrā gada pavasarī var nogriezt līdz sešiem galvenajiem zariem. Labas ražas jau var sagaidīt no trešā gada. Ražas novākšana: Pēc ražas novākšanas vasaras beigās godži ogas ziemā var baudīt un apstrādāt svaigas tikai salīdzinoši īsu laiku. Tomēr tos var ļoti labi izžāvēt dehidrētājā vai cepeskrāsnī ne vairāk kā 40°C temperatūrā un ar nedaudz atvērtām cepeskrāsnis durvīm. **Ziemā:** Goji oga tiek uzskatīta par izturīgu pret salu līdz -30°C, tāpēc tai bez sūdzībām jāizdzīvo pat bargākās ziemas. Ziemā dzinumi var stipri sasalt, bet pavasarī jūsu augs atkal ļoti sadīgst, īpaši no pamatnes un sakņu zonas. **Lycium gints pieder nakteņu dzimtai. Tāpat kā ar tomātu krūmu, augu daļas ir indīgas. Bet, protams, ne augļi.**



Goji uogos

Lycium chinensis

Turi daudz vitamīnu B ir Antioksidanti nei bet kurie kiti vaisiai

Lycium chinense išauga j lapuocī, tik šiek tiek dygliuotā krūmā iki dviejų metrų aukščio. Po žydėjimo krūmas išvysta galingus vaisius nuo rugpjūčio mėn. Aktyvūs galios: tradicinis kinų medicinos ingredientas, saldžiosios goji uogos turi daugiau B grupės vitaminų ir antioksidantų nei bet kuriuose kituose vaisiuose. Arbata: du arbatinius šaukštelius džiovintų goji vaisių užpilkite 250 ml verdančio vandens ir palikite 10–15 minučių nusistovėti. Mėgaukitės su vaisiais arba be jų. Virtuvėje: raudonus, ilgus ovalius ir vitaminingus vaisius galima valgyti žalius, džiovintus arba perdirbti j sultis ir uogienę. Jie taip pat tinka kaip kvapioji medžiaga jausliams arba kaip skanus vaisių komponentas pyraguose. **Natūrali vieta:** Goji uogų kilmė yra Eurazijoje ir randama Kinijoje, Taivane, Japonijoje, Korėjoje, Nepale ir Pakistane. **Sėkmingas auginimas:** Auginti iš sėklų patalpose galima ištisus metus. Norint padidinti sėklų daigumą, pirmiausia sėklas reikėtų 24 valandas mirkyti kambario temperatūros vandenyje. Tada tiesiog pabarstykite sėklą ant drėgnos augančios dirvos. Ant kultivavimo indo užtieskite maistinę plėvelę ir įdarykite kelias skylutes. 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. Paprastai sudygsta kelias savaites. **Geriausia vieta:** Goji uogoms reikia saulėtos vietos ir dėl atsparumo šalčiui jas galima lengvai pasodinti. **Optimali priežiūra:** Krūmas tvirtas ir lengvai prižiūrimas. Kadangi per metus jis gali užaugti iki 80 centimetrų, jį reikėtų gausiai laistyti, ypač sausomis metų savaitėmis. Rudenį galima pašalinti negyvas šakas, o antrųjų metų pavasarį – iki šešių pagrindinių šakų. Gero derliaus jau galima tikėtis nuo trečių metų. Derliaus nuėmimas: Nuėmus derlių vasaros pabaigoje, goji uogomis, deja, galima mėgautis ir apdoroti šviežias tik palyginti trumpą laiką. Tačiau juos galima labai gerai išdžiovinti džiovykloje arba orkaitėje ne aukštesnėje kaip 40°C temperatūroje ir šiek tiek pravertus orkaitės dureles. **Žiemą:** Goji uogos yra laikomos atspariomis šalčiui iki -30 °C, todėl turėtų išgyventi net atšiauriausias žiemas. Žiemą ūgliai gali smarkiai nušalti, tačiau pavasarį jūsų augalas vėl gerai išdygs, ypač iš pagrindo ir šaknų srities. **Lycium gentis priklauso nakvių šeimai. Kaip ir pomidorų krūmų, augalo dalys yra nuodingos. Bet, žinoma, ne vaisius.**



Berry goji

Lycium chinensis

Fih aktar vitamina B uAntioissidanti minn kwalunkwe frott ieħor

Lycium chinense jikber f'arbuwxell jwaqqghu l-weraq, f'it biss xewk gholi sa żewġ metri. Wara l-fjur, l-arbuwxell jiżviluppa l-frott qawwi tiegħu minn Awwissu. Setgħat Attivi: Ingredjent tradizzjonali fil-medicina Ċiniża, il-berry goji helu fih aktar vitamini B u antioissidanti minn kwalunkwe frott ieħor. Te: Ferra 250 ml ta l'lima jagħli fuq żewġ kuċċarini ta' frott imnixxef goji u halli wieqaf għal 10 sa 15-il minuta. Ilgawdu bi jew mingħajr frott. Fil-ċina: Il-frott aħmar, ovali twil u b'hafna vitamini jista j'ititiekel nej jew imnixxef jew ipproċessat f'meraq u ġamm. Huma adattati wkoll bħala ingredjent li jagħti t-toġhma fil-muesli jew bħala komponent tal-frott delizzjuż fil-kejkijiet. **Post naturali:** L-orġini tal-berry goji tinsab fl-Ewrażja u tinsab hemm fiċ-Ċina, it-Tajwan, il-Ġappun, il-Korea, in-Nepal u l-Pakistan. **Kultivazzjoni b'suċċess:** It-tkabbir miż-żrieragħ ġewwa huwa possibbli s-sena kollha. Sabiex tiżdzied il-kapaċità tal-germinazzjoni taż-żrieragħ, l-ewwel għandek tixxarrab iż-żrieragħ fl-ilma f'temperatura tal-kamra għal 24 siegħa. Imbagħad sempliment roxx iż-żrieragħ fuq il-hamrija niedja li qed tikber. Stretch cling film fuq il-bastiment tal-kultura u pike f'it toqob fil-film. Dan jipproteġi l-hamrija milli tinxef. Għandek tneħhi l-fojl għal sagħtejn kull jumejn jew tlett ijiem. Dan jipprevjeni l-iffurmar tal-moffa fuq il-hamrija li qed tikber. Poġġi l-borma taż-żrieragħ f'post hafif u shun b'20 sa 25 ° Celsius u żomm il-hamrija tal-qrsari niedja iżda mhux imxarrba. Normalment jieħu diversi ġimgħat biex jiġġermina. **L-aħjar post:** Il-berry goji jeħtieġ post xemxi u jista j'itthawwiel faċilment minnhabba r-reżistenza tiegħu għall-ġlata. **Kura ottimali:** L-arbuwxell huwa robust u faċli biex jieħu hsiebu. Peress li jista j'ikber sa 80 centimetru fis-sena, għandek tisqija b'mod estensiv, speċjalment matul il-ġimgħat niexfa tas-sena. Fil-harifa tista t'neħhi l-fergħat mejta u fir-rebbiegħa tat-tieni sena tista taqta lura għal sitt fergħat ewlenin. Rendimenti tajbin diġà jistgħu jkunu mistennija mill-tielet sena. Hsada Wara l-hsada fl-aħħar tas-sajf, il-goji berries sfortunatament jistgħu jittgawdu u jiġu pproċessati friski biss għal perjodu ta żmien relattivament qasir. Madankollu, jistgħu jitnixxfu tajjeb hafna f'dehydrator jew fil-forn f'massimu ta' 40° Celsius u bil-bieba tal-forn kemmxejn miftuħa. **Fix-xitwa:** Il-goji berry huwa meqjus li jifilhu għall-ġlata sa -30 ° Celsius u għalhekk għandu jgħix anke l-aktar xtiewi horox mingħajr ilment. Ir-rimjiet jistgħu jiffriżaw lura hafna fix-xitwa, iżda l-pjanta tiegħek terġa tinbet tajjeb fir-rebbiegħa, speċjalment mill-baži u l-erja tal-għerqu. **Il-ġeneru Lycium jappartjeni għall-familja nightshade. Bħal fil-każ tal-bush tat-tadam, il-partijiet tal-pjanti huma velenużi. Imma ovvjament mhux il-frott.**



Medicinale Planten - Goji-Bes

Lycium chinensis

Bevat meer B-vitamines en antioxidanten dan enig ander fruit

Lycium chinense groeit uit tot een bladverliezende, slechts licht doornige struik tot twee meter hoog. Na de bloei ontwikkelt de struik vanaf augustus zijn krachtige vruchten. Actieve krachten: De zoete gojibes is een traditioneel onderdeel van de Chinese geneeskunde en bevat meer B-vitamines en antioxidanten dan enig ander fruit. Thee: Giet 250 ml kokend water over twee theelepels gedroogde gojifruit en laat het 10 tot 15 minuten trekken. Geniet met of zonder fruit. In de keuken: de rode, ovale en vitaminerijke vruchten kunnen rauw of gedroogd worden gegeten of verwerkt tot sap en jam. Ze zijn ook geschikt als smaakings ingrediënt in muesli of als heerlijke fruitcomponent in cake. **Natuurlijke locatie:** De oorsprong van de gojibes ligt in Eurazië en komt daar voor in China, Taiwan, Japan, Korea, Nepal en Pakistan. **Succesvolle teelt:** Binnen kweken uit zaden is het hele jaar mogelijk. Om de kiemkracht van de zaden te vergroten, dient u de zaden eerst 24 uur in water op kamertemperatuur te laten weken. Strooi de zaden dan eenvoudig over de vochtige potgrond. Rek vershoudfolie over de kweekbak en prik een paar gaatjes in de folie. 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 het kweekvat op een lichte en warme plaats met 20 tot 25 ° Celsius en houd de kweekgrond vochtig, maar niet nat. Het ontkiemen duurt meestal enkele weken. **De beste locatie:** De gojibes heeft een zonnige standplaats nodig en kan door zijn vorstbestendigheid goed geplant worden. **Optimale verzorging:** De struik is robuust en gemakkelijk te verzorgen. Omdat hij jaarlijks tot 80 centimeter kan groeien, moet je hem flink water geven, vooral tijdens de droge weken van het jaar. In de herfst kunt u de afgestorven takken weghalen en in het voorjaar van het tweede jaar kunt u zes hoofdtakken terugsnijden. Vanaf het derde jaar zijn goede opbrengsten te verwachten. Oogst: na de oogst in de nazomer kunnen gojibessen helaas maar relatief kort vers worden gegeten en verwerkt. Ze kunnen echter heel gemakkelijk worden gedroogd in een dehydrator of in de oven op maximaal 40 ° Celsius met de ovendeur iets open. **In de winter:** De gojibes wordt als vorsthard tot -30 ° Celsius beschouwd en zou daarom zelfs de zwaarste winters zonder klachten moeten overleven. Hoewel de scheuten in de winter veel terugvriezen, zal je plant dan in het voorjaar vooral vanuit de basis en het wortelgedeelte weer goed uitlopen. **Het geslacht Lycium behoort tot de nachtschadefamilie. Net als bij de tomatenstruik zijn de delen van de plant giftig. Maar natuurlijk niet de vrucht.**



Gojibær

Lycium chinensis

Inneholder mer vitamin B og Antioksidanter enn noen annen frukt

Lycium chinense vokser til en løvfellende, bare litt tornet busk opp til to meter høy. Etter blomstring utvikler busken sine kraftige frukter fra august. Aktive krefter: En tradisjonell ingrediens i kinesisk medisin, den søte gojibæren inneholder flere B-vitaminer og antioksidanter enn noen annen frukt. Te: Hell 250 ml kokende vann over to teskjeer tørket gojifrukt og la trekke i 10 til 15 minutter. Nyt med eller uten frukt. På kjøkkenet: De røde, lange ovale og vitaminrike fruktene kan spises rå eller tørket eller bearbeides til juice og syltetøy. De egner seg også som smaksings ingrediens i müsli eller som en deilig fruktkomponent i kaker. **Naturlig beliggenhet:** Opprinnelsen til gojibæret er i Eurasia og finnes der i Kina, Taiwan, Japan, Korea, Nepal og Pakistan. **Vellykket dyrking:** Å dyrke fra frø innendørs er mulig hele året. For å øke spireevnen til frøene bør du først bløtlegge frøene i vann ved romtemperatur i 24 timer. Deretter drysser du bare frøet over den fuktige voksende jorda. Strekk matfilm over kulturkaret og stikk noen hull i filmen. 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. Det tar vanligvis flere uker å spire. **Den beste beliggenheten:** Gojibæret trenger en solrik plassering og kan enkelt plantes ut på grunn av frosthårheten. **Optimal omsorg:** Busken er robust og lettstelt. Siden den kan vokse opp til 80 centimeter i året, bør du vanne den mye, spesielt i de tørre ukene i året. Om høsten kan du fjerne de døde greinene og om våren det andre året kan du kutte ned til seks hovedgrener. Gode avlinger kan forventes allerede fra det tredje året. Innhøsting: Etter høsting på sensommeren kan gojibær dessverre kun nytes og bearbeides ferske i en relativt kort periode. De kan imidlertid tørkes veldig godt i en dehydrator eller i ovnen ved maks 40° Celsius og med ovnsdøren litt åpen. **Om vinteren:** Gojibæret anses som frostbestandig ned til -30° Celsius og bør derfor overleve selv de hardeste vintrene uten å klage. Skuddene kan fryse tilbake kraftig om vinteren, men planten din vil spire godt igjen om våren, spesielt fra bunnen og rotområdet. **Slekten Lycium tilhører nattskygefamilien. Som med tomatbusken er plantedelene giftige. Men selvfølgelig ikke frukten.**



Jagoda Goji

Lycium chinensis

Zawiera więcej witamin z grupy B i przeciwutleniaczy niż jakikolwiek inny owoc

Lycium chinensis jest letnią zielenią, tylko lekko rozgałęzionym i lekko kolczastym krzewem, który dorasta do metrów. Po kwitnieniu i do sierpnia produkuje czerwone, podłużne i okragłe owoce, które można spożywać na surowo lub suszone, a także przetworzone soki lub dżemy. Słodką jagodą goji jest tradycyjną częścią medycyny chińskiej i zawiera więcej kompleksu witamin z grupy B i przeciwutleniaczy niż jakikolwiek inny owoc. Uwaga: gatunek Lycium należy do rodziny psiankowatych (Solanaceae) i podobnie jak w przypadku innych roślin z tego rodzaju, części rośliny są toksyczne, z wyjątkiem oczywiście jagód! Substancje czynne: Słodką jagodą goji jest tradycyjną częścią medycyny chińskiej i zawiera więcej witamin B i przeciwutleniaczy niż jakikolwiek inny owoc. Herbata: dwie łyżeczki suszonych owoców goji zalać 250 ml wrzącej wody i odstawić na 10 do 15 minut. Ciesz się z owocami lub bez. W kuchni: czerwone, podłużne owalne owoce są bogate w witaminy i można je spożywać na surowo lub suszone lub przetworzone na sok i dżem. Jagody Goji nadają się również jako dodatek smakowy do musli lub jako pyszna porcja owoców w ciastach. **Naturalne położenie:** Chiński Wolfberry pochodzi z Eurazji, zwłaszcza z Chin, Tajwanu, Japonii, Korei, Nepalu i Pakistanu. **Udana uprawa:** Rozmnażanie nasion w pomieszczeniach jest możliwe przez cały rok. Aby zwiększyć zdolność kiełkowania, należy umieścić nasiona na około 24 godziny w misce z letnią wodą do gruntowania. Następnie rozłóż nasiona na wilgotnym kompoście doniczkowym i przykryj pojemnik na nasiona przezroczystą folią, aby zapobiec wysychaniu ziemi. Nie zapomnij zrobić dziur w przezroczystej folii i zdejmować 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° do 25° Celsjusza i utrzymuj ziemię wilgotną, ale nie mokrą. Zwykle kiełkowanie trwa kilka tygodni. **Najlepsza lokalizacja:** Wilczomlecz chiński lubi być trzymany w słonecznym miejscu, a ponieważ jest mrozoodporny, łatwo go sadzić. **Optimalna pielęgnacja:** Wilczomlecz chiński to mocna i beztraska roślina, która może rosnać rocznie około 80 cm. Szczególnie w porze suchej potrzebuje dostatecznego podlewania. Jesienią można odciąć obumarłe gałązki, a wiosną drugiego roku życia roślinę można przyciąć z powrotem do sześciu głównych gałęzi. Po trzech latach można już spodziewać się dobrych zbiorów. **W zimie:** Wilczyca chińska okazała się mrozoodporna do -30° Celsjusza i powinna znieść nawet surowe zimowe pory roku. Odmrożone kiełki ponownie wystrzelą na wiosnę, zwłaszcza na dnie iw okolicy korzeni. **Uwaga: Lycium należy do rodziny psiankowatych (Solanaceae). Części roślin są trujące. Ale oczywiście nie owoce.**



Goji berry

Lycium chinensis

Contém mais vitamina B e Antioxidantes do que qualquer outra fruta

Lycium chinense cresce em um arbusto de folha caduca, apenas ligeiramente espinhoso, de até dois metros de altura. Após a floração, o arbusto desenvolve seus poderosos frutos a partir de agosto. Poderes ativos: Um ingrediente tradicional na medicina chinesa, o doce goji berry contém mais vitaminas do complexo B e antioxidantes do que qualquer outra fruta. Chá: Despeje 250 ml de água fervente sobre duas colheres de chá de frutas goji secas e deixe em infusão por 10 a 15 minutos. Saboreie com ou sem fruta. Na cozinha: As frutas vermelhas, ovais compridas e ricas em vitaminas podem ser consumidas cruas ou secas ou transformadas em sucos e geléias. Eles também são adequados como ingrediente aromatizante em muesli ou como um delicioso componente de frutas em bolos. **Localização natural:** A origem da goji berry está na Eurásia e é encontrada lá na China, Taiwan, Japão, Coreia, Nepal e Paquistão. **Cultivo bem sucedido:** Cultivar a partir de sementes dentro de casa é possível durante todo o ano. Para aumentar a capacidade de germinação das sementes, deve-se primeiro mergulhar as sementes em água à temperatura ambiente por 24 horas. Em seguida, simplesmente polvilhe a semente sobre o solo úmido em crescimento. Estique o filme plástico sobre o recipiente de cultura e faça alguns furos no filme. 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. Geralmente leva várias semanas para germinar. **A melhor localização:** O goji berry precisa de um local ensolarado e pode ser facilmente plantado devido à sua resistência ao gelo. **Cuidado ideal:** O arbusto é robusto e fácil de cuidar. Como pode crescer até 80 centímetros por ano, você deve regá-lo bastante, especialmente durante as semanas secas do ano. No outono você pode remover os galhos mortos e na primavera do segundo ano você pode cortar até seis galhos principais. Bons rendimentos já podem ser esperados a partir do terceiro ano. Colheita: Após a colheita no final do verão, as bagas de goji infelizmente só podem ser apreciadas e processadas frescas por um período de tempo relativamente curto. No entanto, podem secar muito bem no desidratador ou no forno a uma temperatura máxima de 40° Celsius e com a porta do forno ligeiramente aberta. **No inverno:** O goji berry é considerado resistente ao gelo até -30° Celsius e deve, portanto, sobreviver até mesmo aos invernos mais rigorosos sem reclamar. Os brotos podem congelar severamente no inverno, mas sua planta brotará novamente bem na primavera, especialmente na base e na área da raiz. **O gênero Lycium pertence à família das beladonas. Tal como acontece com o tomateiro, as partes da planta são venenosas. Mas claro que não a fruta.**



Plante medicinale - Bacă Goji

Lycium chinensis

Conține mai multe vitamine B și antioxidanți decât orice alt fruct

Lycium chinense crește într-un arbust de foioase, doar ușor spinos, de până la doi metri înălțime. După înflorire, arbustul își dezvoltă fructele puternice din august. Puteri active: Boabele dulci de goji sunt o componentă tradițională a medicinei chineze și conțin mai multe vitamine B și antioxidanți decât orice alt fruct. Cea: Se toarnă 250 ml apă clocotită peste două lingurițe de fructe goji uscate și se lasă să se absoarbă timp de 10 până la 15 minute. Bucurați-vă cu sau fără fructe. În bucătărie: Fructele roșii, ovale și bogate în vitamine pot fi consumate crude sau uscate sau transformate în suc și gem. Sunt, de asemenea, potrivite ca ingredient aromat în muesli sau ca o componentă delicioasă de fructe în tort. **Locație naturală:** Originea boabelor de goji se află în Eurasia și apare acolo în China, Taiwan, Japonia, Coreea, Nepal și Pakistan. **Cultivare de succes:** Cultivarea din semințe în interior este posibilă pe tot parcursul anului. Pentru a crește capacitatea de germinare a semințelor, trebuie mai întâi să înmuiți semințele în apă la temperatura camerei timp de 24 de ore. Apoi presărați semințele peste solul umed de ghiveci. Întindeți folia alimentară peste recipientul de cultivare și introduceți câteva găuri în film. Acest lucru protejează pământul de uscare. 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. De obicei durează câteva săptămâni până la germinare. **Cea mai bună locație:** Boabele de goji au nevoie de o locație însorită și pot fi plantate bine datorită rezistenței sale la îngheț. **Îngrijire optimă:** Arbustul este robust și ușor de întreținut. Deoarece poate crește până la 80 de centimetri anual, ar trebui să-l udati pe scară largă, mai ales în timpul săptămânilor uscate ale anului. Toamna puteți îndepărta ramurile moarte și în primăvara celui de-al doilea an puteți tăia pe șase ramuri principale. Se pot aștepta randamente bune începând cu al treilea an. Recoltare: După recoltare la sfârșitul verii, fructele de goji pot fi din păcate savurate și prelucrate proaspete doar pentru o perioadă relativ scurtă de timp. Cu toate acestea, pot fi uscate foarte bine într-un dehidratator sau în cuptor la maximum 40° Celsius cu ușa cuptorului ușor deschisă. **În iarnă:** Boabele de goji sunt considerate rezistente la îngheț până la -30° Celsius și, prin urmare, ar trebui să supraviețuiască chiar și celor mai grele ierni fără să se plângă. Deși lăstarii îngheață mult iarnă, planta dvs. va răsări apoi bine primăvara, mai ales din bază și din zona rădăcinii. **Genul Lycium aparține familiei solanelor. Ca și în cazul tufișului de roșii, părțile plantei sunt otrăvitoare. Dar, desigur, nu fructul.**



Läkemedelsväxter - Gojibär

Lycium chinensis

Innehåller mer B-vitaminer och antioxidanter än någon annan frukt

Lycium chinense växer till en lövfällande, bara något taggig buske upp till två meter hög. Efter blomningen utvecklar busken sina kraftfulla frukter från augusti. Aktiva krafter: Den söta gojibäret är en traditionell del av kinesisk medicin och innehåller mer B-vitaminer och antioxidanter än någon annan frukt. Te: Håll 250 ml kokande vatten över två teskedar torkad gojifrukt och låt den branta i 10 till 15 minuter. Njut av med eller utan frukt. I köket: De röda, ovala och vitaminrika frukterna kan ätas råa eller torkas eller göras till juice och sylt. De är också lämpliga som smakämne i müsli eller som en utsökt fruktkomponent i tårta. **Naturligt läge:** Gojibärets ursprung är i Eurasien och förekommer där i Kina, Taiwan, Japan, Korea, Nepal och Pakistan. **Framgångsrik odling:** Att odla från frön inomhus är möjligt året runt. För att öka fröns spiringskapacitet bör du först blöta fröna i vatten vid rumstemperatur i 24 timmar. Strö sedan helt enkelt fröna över den fuktiga krukvägen. Sträck folie över odlingsbehållaren och sticka några hål i filmen. 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 lätt och varm plats med 20 till 25 ° Celsius och håll odlingsjorden fuktig men inte våt. Det tar vanligtvis flera veckor för spiring. **Den bästa platsen:** Gojibäret behöver ett soligt läge och kan planteras ut bra på grund av dess frostmotstånd. **Optimal vård:** Busken är robust och lätt att sköta. Eftersom den kan växa upp till 80 centimeter årligen bör du vattna den mycket, särskilt under de torra veckorna på året. På hösten kan du ta bort de döda grenarna och på våren det andra året kan du skära ner på sex huvudgrenar. Bra avkastning kan förväntas från det tredje året. Skörd: Efter skörden på sensommaren kan gojibär tyvärr bara avnjutas och bearbetas färskt under relativt kort tid. De kan dock torkas mycket enkelt i en dehydrator eller i ugnen vid maximalt 40 ° C med ugnsluckan något öppen. **På vintern:** Gojibäret anses frosthärdigt ner till -30 ° Celsius och bör därför överleva även de hårdaste vintrarna utan klagomål. Skotten fryser mycket igen på vintern, men din växt kommer att gro igen på våren, särskilt från basen och rotområdet. **Släktet Lycium tillhör nattsuggfamiljen. Som med tomatbusken är delarna av växten giftiga. Men naturligtvis inte frukten.**



Gojibeere

Lycium chinensis

Enthält mehr Vitamin-B und Antioxidantien als jede andere Frucht

Lycium chinense rastie v opadávy, len mierne trnitý ker vysoký až dva metre. Po odkvutí krík od augusta vyvíja svoje mohutné plody. Aktivne sily: Sladké bobule goji, tradičná zložka čínskej medicíny, obsahuje viac vitamínov B a antioxidantov ako akékoľvek iné ovocie. Čaj: Dve čajové lyžičky sušeného plodu goji zalejte 250 ml vriacej vody a nechajte 10 až 15 minút lúhovať. Vychutajte si s ovocím alebo bez. V kuchyni: Červené, dlhé oválne plody bohaté na vitamíny sa môžu konzumovať surové alebo sušené alebo spracované na štavu a džem. Hodia sa aj ako dochucovacia prísada do müsli alebo ako lahodná ovocná zložka do koláčov. **Prirodzená poloha:** Pôvod bobule goji je v Eurázii a nachádza sa tam v Číne, Taiwane, Japonsku, Kórei, Nepále a Pakistane. **Úspešná kultivácia:** Pestovanie zo semien v interiéri je možné po celý rok. Aby ste zvýšili klíčivosť semien, mali by ste semená najskôr na 24 hodín namočiť do vody pri izbovej teplote. Potom jednoducho posypte osivo cez vlhkú rastúcu pôdu. Natiahnite prílnavú fóliu na nádobu s kultúrou a urobte do nej niekoľko otvorov. 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 udržiajte pôdu v črepníku vlhkú, ale nie mokrá. Klíčenie zvyčajne trvá niekoľko týždňov. **Najlepšie umiestnenie:** Kustovníca potrebuje slnečné miesto a vďaka mrazuvzdornosti sa dá ľahko vysádzať. **Optimálna starostlivosť:** Krík je robustný a nenáročný na starostlivosť. Keďže za rok môže narásť až o 80 centimetrov, mali by ste ju hojne zalievať, najmä počas suchých týždňov v roku. Na jeseň môžete odstrániť odumreté konáre a na jar v druhom roku zrezať späť na šesť hlavných vetiev. Dobré úrody možno očakávať už od tretieho roku. Zber: Po zbere koncom leta sa plody goji bohužiaľ dajú vychutnávať a spracovávať čerstvé len relatívne krátky čas. Dajú sa však veľmi dobre sušiť v sušičke alebo v rúre pri maximálne 40° Celzia a s mierne otvorenými dvierkami rúry. **V zime:** Kustovníca je považovaná za mrazuvzdornú až do -30° Celzia, a preto by mala bez problémov prežiť aj tie najtuhšie zimy. Výhonky môžu v zime silne zmrznúť, ale vaša rastlina na jar opäť dobre vyraší, najmä zo základne a koreňovej oblasti. **Rod Lycium patrí do čeľade nočných. Rovnako ako pri rajčinovom kríku sú časti rastlín jedovaté. Ale samozrejme nie ovocie.**



Goji jagode

Lycium chinensis

Vsebuje veľa vitamínu B inAntioxidanti kot katero koli drugo sadje

Lycium chinense zraje v do dva metra visok listopaden, le rahlo trnat grm. Po cvetenju grm od avgusta razvije močne plodove. Aktivne moči: sladka goji jagoda, tradicionalna sestavina kitajske medicine, vsebuje več vitamínov B in antioksidantov kot katero koli drugo sadje. Čaj: Dve čajni žlički posušenega sadja goji prelíte z 250 ml vrele vode in pustite stati 10 do 15 minut. Uživate s sadjem ali brez. V kuhinji: Rdeče, dolge ovalne in z vitamini bogate plodove lahko uživamo surove ali posušene ali predelane v sok in marmelado. Primerni so tudi kot aromatična sestavina v mäslih ali kot okusna sadna sestavina v tortah. **Naravni habitat:** Izvor goji jagod je v Evraziji in jih najdemo na Kitajskem, Tajvanu, Japonskem, v Koreji, Nepalu in Pakistanu. **Navodila za gojenje:** Gojenje iz semen v zaprtih prostorih je možno vse leto. Da bi povečali kalivost semen, morate semena najprej za 24 ur namočiti v vodi pri sobni temperaturi. Nato preprosto potresite seme po vlažni rastni zemlji. Preko posode s kulturo napnite živilsko folijo in v folijo prebodite nekaj lukenj. 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. Običajno traja nekaj tednov, da vzklje. **Najboljša lokacija:** Goji jagode potrebujejo sončno lego in jih je zaradi svoje odpornosti proti zmrzali enostavno posaditi. **Optimalna nega:** Grm je robusten in enostaven za nego. Ker lahko zraje do 80 centimetrov na leto, ga obilno zalivamo, še posebej v suhih tednih v letu. Jeseni lahko odstranite odmrle veje, drugo leto spomladi pa porežite na šest glavnih vej. Dobre pridelke lahko pričakujemo že od tretjega leta. Trgatev: Po obiranju pozno poleti lahko goji jagode žal uživamo in predelamo sveže le relativno kratek čas. Lahko pa se zelo dobro posušijo v dehidratorju ali v pečici na največ 40° Celzija in pri rahlo odprtih vratih pečice. **V zimskem času:** Jagode goji veljajo za odporne proti zmrzali do -30° Celzija, zato bi morale brez pritoževanja preživeti tudi najostreje zime. Poganjki lahko pozimi močno pomrznejo, vendar bo vaša rastlina spomladi znova dobro pognala, zlasti na dnu in koreninskem predelu. **Rod Lycium spada v družino nočnih senk. Tako kot pri grmu paradižnika so deli rastline strupeni. A sadja seveda ne.**



Baya de Goji

Lycium chinensis

Contiene más vitamina B y antioxidantes que cualquier otra fruta

Lycium chinensis es un arbusto de hoja caduca, poco ramificado y ligeramente espinoso, que alcanza hasta dos metros de altura. Después de la floración, a partir de agosto, el arbusto desarrolla su fruta ovalada, de color rojo y rica en vitaminas que, se puede comer cruda o desecada, igualmente se pueden elaborar en zumo o mermelada. Las bayas de Goji son una parte tradicional de la medicina china y contiene más vitamina B y antioxidantes que cualquier otra fruta. Precaución: El Lycium pertenece a las plantas solanáceas como por ejemplo el arbusto de tomate, las partes de la planta son venenosas, excepto la fruta. Propiedades activas: La baya dulce de goji es un ingrediente tradicional de la medicina china y contiene más vitamina B y antioxidantes que cualquier otra fruta. Té: Vierta 250 ml de agua hirviendo sobre dos cucharaditas de fruta seca de goji y déjela reposar durante 10 o 15 minutos. Disfrutar con o sin fruta. En la cocina: Los frutos rojos, oblongos y ovalados, ricos en vitaminas, se pueden comer crudos o secos o se pueden convertir en zumo y mermelada. También son adecuados como ingrediente de sabor en el muesli o como un delicioso componente de fruta en los pasteles. **Ubicación natural:** El origen de las bayas de Goji se encuentra en Eurasia y allí en China, Taiwán, Japón, Corea, Nepal y Pakistán. **Cultivo exitoso:** La semilla se puede criar en interior durante todo el año. Mantenga las semillas durante 24 horas en agua a temperatura ambiente, para hidratarlas y aumentar la germinación de las mismas. Espárzalas después sobre sustrato húmedo. 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 entre 20 y 25 grados y mantenga el sustrato húmedo, pero no mojado. La germinación tarda por lo general varias semanas. **La mejor ubicación:** La baya de goji requiere un sitio soleado y puede ser plantada tranquilamente en exterior debido a su resistencia a las heladas. **Cuidado óptimo:** El arbusto es robusto y fácil de mantener. Durante las semanas más secas del año sobre todo, debe regarlo abundantemente ya que el arbusto puede crecer hasta 80 centímetros al año. En otoño se pueden cortar las ramas muertas y en primavera del segundo año, puede hacer una poda hasta dejarle con seis ramas principales. A partir del tercer año ya se esperan buenas cosechas. **En el invierno:** La baya de goji se considera resistente hasta -30 grados y por lo tanto sobrevive hasta los más duros inviernos. Los brotes en invierno se congelan, pero en primavera vuelven a brotar, sobre todo desde la base y las raíces.



Bobule goji

Lycium chinensis

Obsahuje více vitamínu B a Antioxidanty než jakékoli jiné ovoce

Lycium chinense roste v opadavý, jen mírně trnitý keř do výšky dvou metrů. Po odkvětu keř od srpna vyvíjí své silné plody. Aktivní síly: Sladké bobule goji, tradiční složka čínské medicíny, obsahují více vitamínů B a antioxidantů než jakékoli jiné ovoce. Čaj: Dvě čajové lžičky sušeného plodu goji zalijte 250 ml vroucí vody a nechte 10 až 15 minut louhovat. Vychutnejte si s ovocem nebo bez. V kuchyni: Červené, dlouhé oválné plody bohaté na vitamíny lze konzumovat syrové nebo sušené nebo zpracovávat na šťávu a džem. Hodí se také jako dochucovací přísada do müsli nebo jako lahodná ovocná složka do koláčů. **Přírozená poloha:** Původ kustovnice je v Eurasii a nachází se tam v Číně, Tchaj-wanu, Japonsku, Koreji, Nepálu a Pákistánu. **Úspěšné pěstování:** Pěstování ze semínek v interiéru je možné po celý rok. Aby se zvýšila klíčivost semen, měli byste semena nejprve namočit na 24 hodin do vody při pokojové teplotě. Pak jednoduše posypte semínkem vlhkou pěstební půdou. Natáhněte přilnavou fólii přes kultivační nádobu a propíchněte do fólie několik otvorů. To chrání půdu před vysycháním. Fólii byste měli odstraňovat na 2 hodiny každé dva až tři dny. Tím se zabrání tvorbě plísní 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 obvykle trvá několik týdnů. **Nejlepší umístění:** Kustovnice potřebuje slunné stanoviště a díky mrazuvzdornosti ji lze snadno vysadit. **Optimální péče:** Keř je robustní a nenáročný na péči. Vzhledem k tomu, že může dorůst až 80 centimetrů za rok, měli byste ji hojně zalévat, zejména v suchých týdnech roku. Na podzim můžete odstranit odumřelé větve a na jaře druhého roku seříznout zpět na šest hlavních větví. Dobré výnosy lze očekávat již od třetího roku. Sklizeň: Po sklizni v pozdním létě lze plody goji bohužel vychutnávat a zpracovávat čerstvé jen relativně krátkou dobu. Velmi dobře se však dají sušit v sušičce nebo v troubě při maximálně 40° Celsia a s mírně otevřenými dvířky trouby. **V zimě:** Kustovnice je považována za mrazuvzdornou až do -30° Celsia, a proto by měla bez problémů přežít i ty nejkrutější zimy. Výhonky mohou v zimě silně zmraznout, ale vaše rostlina na jaře znovu dobře vyraší, zejména ze základny a kořenové oblasti. **Rod Lycium patří do čeledi hluchavkovitých. Stejně jako u keře rajčete jsou části rostlin jedovaté. Ale samozřejmě ne ovoce.**



Goji meyvesi

Lycium chinensis

Daha fazla B vitamini içerir ve Diğer meyvelerden daha antioksidanlar

Lycium chinense, iki metre yüksekliğe kadar yaprak döken, sadece hafif dikenli bir çalıya dönüşür. Çiçek açtıktan sonra, çalı güçlü meyvelerini Ağustos'tan itibaren geliştirir. Aktif Güçler: Çin tıbbında geleneksel bir bileşen olan tatlı kurt üzümü, diğer tüm meyvelerden daha fazla B vitamini ve antioksidan içerir. Çay: İki çay kaşığı kurutulmuş goji meyvesinin üzerine 250 ml kaynar su dökün ve 10 ila 15 dakika demlenmesini bekleyin. İster meyveli ister meyvesiz tadını çıkarın. Mutfakta: Kırmızı, uzun oval ve vitamin açısından zengin meyveler çiğ veya kurutulmuş olarak yenilebilir veya meyve suyu ve reçel haline getirilebilir. Ayrıca müslide aroma maddesi olarak veya keklerde lezzetli meyve bileşeni olarak uygundur. **Doğal konum:** Kurt üzümünün anavatanı Avrasya'dır ve burada Çin, Tayvan, Japonya, Kore, Nepal ve Pakistan'da bulunur. **Başarılı yetiştirme:** İç mekanlarda tohumlardan büyüme tüm yıl boyunca mümkündür. Tohumların çimlenme kapasitesini arttırmak için öncelikle tohumları 24 saat oda sıcaklığında suda bekletmelisiniz. Ardından, tohumu nemli büyüyen toprağın üzerine serpin. Kültür kabının üzerine streç film çekin ve filmde birkaç delik açın. 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. Çimlenmesi genellikle birkaç hafta sürer. **En iyi konum:** Goji berry güneşli bir yere ihtiyaç duyar ve donmaya karşı dayanıklılığı nedeniyle kolayca ekilebilir. **Optimum bakım:** Çalı sağlam ve bakımı kolaydır. Yılda 80 santimetreye kadar büyüyebildiği için, özellikle yılın kurak haftalarında bolca sulamalısınız. Sonbaharda ölü dalları kaldıracak ve ikinci yılın ilkbaharında altı ana dalı kesebilirsiniz. Üçüncü yıldan itibaren iyi verimler beklenebilir. Hasat: Yaz sonundaki hasattan sonra, goji meyveleri ne yazık ki sadece nispeten kısa bir süre için taze olarak tüketilebilir ve işlenebilir. Bununla birlikte, bir kurutucuda veya maksimum 40°C sıcaklıktaki fırında ve fırın kapağı hafif açıkken çok iyi kurutulabilirler. **Kışın:** Kurt üzümü -30°C'ye kadar dona dayanıklı olarak kabul edilir ve bu nedenle en sert kışları bile şikayet etmeden hayatta kalmalıdır. Sürgünler kışın şiddetli bir şekilde donabilir, ancak bitkiniz ilkbaharda, özellikle taban ve kök bölgesinden tekrar iyi bir şekilde filizlenecektir. **Lycium cinsi, itüzümü ailesine aittir. Domates çalışında olduğu gibi bitki kısımları zehirlidir. Ama tabii ki meyve değil.**



Goji bogyo

Lycium chinensis

Több B-vitamint és Antioxidáns, mint bármely más gyümölcs

A Lycium chinense legfeljebb két méter magas lombhullató, csak enyhén tűskés cserjévé nő. A virágzás után a cserje augusztustól fejleszteti erőteljes termését. **Természetes elhelyezkedés:** A goji bogyo eredete Eurázsiaból származik, és ott található Kínában, Tajvanon, Japánban, Koreában, Nepálban és Pakisztánban. **Sikeres termesztés:** A beltéri magvak termesztése egész évben lehetséges. A magvak csírázókéességének növelése érdekében először 24 órán át szobahőmérsékleten vízbe kell áztatni. Ezután egyszerűen szórja a vetőmagot a nedves termőtalajra. Nyújtson ragasztófóliát a tenyészedényre, és szúrjon ki néhány lyukat a fóliába. 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 magcserépet világos és meleg helyre, ahol a hőmérséklet 20-25°C, és a virágföldet tartsa nedvesen, de ne nedvesen. Általában több hétig tart a csírázás. **A legjobb hely:** A goji bogyo napos helyet igényel, fagyállósága miatt könnyen kiültethető. **Optimális gondozás:** A cserje robusztus és könnyen gondozható. Mivel évente akár 80 centiméterre is megnőhet, bőven kell öntözni, különösen az év száraz heteiben. Ősszel lehet eltávolítani az elhalt ágakat, a második év tavaszán pedig hat fő ágra visszavágni. A harmadik évtől már jó termésekre lehet számítani. Szüret: A nyár végi betakarítás után a goji bogyókat sajnos csak viszonylag rövid ideig lehet frissen fogyasztani és feldolgozni. De nagyon jól száríthatók szárítóban vagy sütőben maximum 40°C-on, kissé nyitott sütőajtó mellett. **Télen:** A goji bogyo -30°C-ig fagyállónak számít, ezért a legzordabb teleket is panasz nélkül túl kell élnie. A hajtások télen erősen visszafagyhatnak, de tavasszal újra jól kihajt a növény, különösen a tövéből és a gyökér területéről.

: : : : :



ゴジベリー

Lycium chinensis

他のどの果物よりも多くのビタミンBと抗酸化物質が含まれています

Lycium

chinensisは夏の緑で、数メートルまで成長する、わずかに枝分かれし、軽くスパイクされた低木植物です。開花後、8月以降、生または乾燥のいずれかで食べることができる赤色で長めの丸いビタミンが詰まった果物、および加工ジュースやジャムを生産します。甘いゴジベリーは漢方薬の伝統的な部分であり、他のどの果物よりも多くのビタミンB複合体と抗酸化物質を含んでいます。注意：Lycium種はナス科（ナス科）に属しており、その属の他の植物と同様に、もちろんベリーを除いて、植物の一部は有毒です！

活性剤：甘いゴジベリーは漢方薬の伝統的な部分であり、他のどの果物よりも多くのビタミンBと抗酸化物質を含んでいます。お茶：小さじ2杯の乾燥ゴジフルーツに250mlの沸騰したお湯を注ぎ、10〜15分間浸します。果物の有無にかかわらずお楽しみください。キッチンで：赤くて長い楕円形の果物はビタミンが豊富で、生で食べるか、乾燥させるか、ジュースやジャムに加工することができます。ゴジベリーは、ミューズリーの香料やケーキのおいしいフルーツ部分としても適しています。

自然な場所: チャイニーズウルフズベリーはもともとユーラシア、特に中国、台湾、日本、韓国、ネパール、パキスタンから来ています。

栽培成功:

屋内での種子繁殖は一年中可能です。発芽性を高めるために、プライミングのためにぬるま湯を入れたボウルに種子を約24時間入れてください。その後、湿った培養土に種を広げ、土が乾かないように種容器を透明なフィルムで覆います。クリアフィルムにいくつかの穴を開け、2日または3日ごとに約2時間完全にオフにすることを忘れないでください。そうすれば、培養土にカビが発生するのを防ぐことができます。種子容器を摂氏20度から25度の間の明るく暖かい場所に置き、地球を湿らせませんが、湿らせないでください。通常、発芽までに数週間かかります。

最高のロケーション: クコの実は日当たりの良い場所に保管するのが好きで、耐霜性があるので簡単に植えることができます。

最適なケア:

クコの実は丈夫で気楽な植物で、年間約80cm成長します。特に乾季には十分な水やりが必要です。秋には枯れた小枝を切り落とすかもしれません。2年目の春には、植物を剪定して6つの主要な枝に戻すことができます。3年後、あなたはすでに豊作を期待することができます。

冬に: チャイニーズウルフズベリーは、摂氏-

30度まで耐霜性があり、厳しい冬の季節にも耐えられるはずで、凍傷の芽は春に、特に底部と根元部で再び発芽します。

注意: Lyciumはナイトシェードファミリー（ナス科）の一部です。植物の部分は有毒です。しかしもちろん、果物ではありません。

SKU: 15236 / Gojibeere