

КИНЗА И ПЕТРУШКА

Эти пряные растения похожи не только внешне, но и по способу выращивания. Однако по вкусу, аромату, лечебным свойствам сильно различаются. Поэтому оба нужны в огороде для разнообразия рациона. Как их лучше сеять и чем они особенно хороши?



Рассада кинзы

Рассада петрушки



УЗНАЕМ С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ

Травки-близняшки из одного семейства зонтичных, или сельдерейных. Родственники! Кустики петрушки часто поменьше ростом (30 см), кинза (ботаническое название кориандр) выше (40-70 см). У первой более крупные яркие листья-треугольники с заостренными кончиками, вторая бледнее и круглее. Словом, внешняя

В России кориандр впервые упоминается в XVIII в. А начало массового выращивания связывают с именем графа П.И. Апраксина, который привез семена из Испании и повелел крестьянам села Красное Воронежской губернии возделывать растение.

разница не слишком заметна, зато их никогда не спутаешь благодаря сильному запаху, который у каждого растения оригинален, неповторим.

Зелень кинзы пахнет... клопами. Совсем другой аромат у ее семян - он куда приятнее, напоминает бергамот. По сути, это любимая многими специя, которую как раз и называют кориандром. Душистые, не зелеными, а хорошо вызревшими коричневыми шариками часто посыпают выпечку - например, всемирно известный бородинский хлеб.

Ну а у петрушки запах мягче - микс морковной ботвы со свежей травой. У семян он намного интенсивнее, чем у зелени.

ЛЕЧИМСЯ ПО-РАЗНОМУ

Если в кулинарии роль травок-приправок одинакова - ароматизация и витаминизация блюд, консервация закруток, про-

Кинзу-кориандр не любят многие насекомые, например колорадский жук и тля, однако у растения есть персональный именной вредитель - кориандровый семяед. Он внешне напоминает осу с блестящим черным тельцем, разделенным «талиями» на два сегмента, с усиками-антеннами и прозрачными крыльями. Злодей выедает семена изнутри. Пе-

Кориандровый семяед



ред посевом на всякий случай их стоит час прогреть при 70-75°, чтобы хоть отчасти обезопаситься.

длежащая срок хранения, то в медицине заметны расхождения. Петрушка выводит жидкости и соли из организма, снимает отеки и воспаления, лечит печень, почки, мочевой пузырь (циститы, мочекаменная болезнь).

Кинза и ее семена утлают боль, полезны при гастрите, желудочно-кишечных болезнях, борются с паразитами. Эфирное масло семян помогает при глазных болезнях - кератитах, конъюнктивитах, глаукоме. Слабая его концентрация способна при-

дать парфюмерии запах розы или гвоздики, что используется в ароматерапии и мыловарении - успокаивает и улучшает настроение. Калорий в кинзе гораздо меньше, чем в петрушке - 23 против 51 на 100 г, поэтому для похудения она эффективнее.

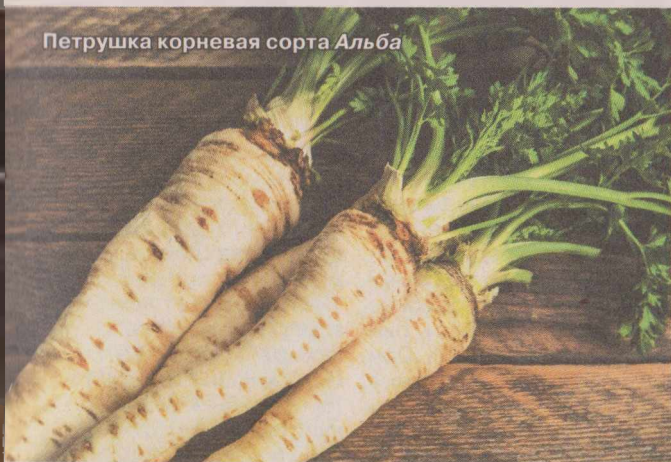
Оба растения богаты антиоксидантами и витаминами. Провитамин А поддерживает здоровье глаз и костей. Витамин С замедляет процессы старения, улучшает защитные свойства кожи, стимулирует синтез коллагена. Эти травы укрепляют иммунитет, что особенно важно во время пандемий.

В косметологии масла и экстракты входят в состав различных кремов, тоников, лосьонов по уходу за кожей и волосами. Их эффект противовоспалительный, отбеливающий и омолаживающий.

СЕМ НА РАССАДУ

Этим травам забег во времени не нужен, они успевают вызреть после прямого посева в откры-

Петрушка корневая сорта Альба





тый грунт. И все же имеет смысл выращивать их через рассаду, даже если места на подоконнике едва хватает. Потом не придется прореживать, не будет потерь из-за сорняков, которые гораздо быстрее вылезают из земли и забивают культурные растения. И витаминные листья можно начать срезать значительно раньше.

Некоторые огородники точно подсаживают рассаду кинзы и петрушки на грядки с более ценными плодовыми овощами, где они действуют как «увкуснители» и заодно отгоняют вредителей, даже мышей.

В конце марта или апреле в кассетные ячейки с рыхлой питательной почвой семена заглубляют на 1-1,5 см по 3 штуки.

Эти холодостойкие растения также сеют и под зиму. Урожай будет раньше, но примерно на 30% меньше, потому что часть семян в средней полосе неизбежно вымерзнет-вымокнет.

Ставят в поддон с опилками (слой 2-3 см), необходимыми для того, чтобы не заболочивалось дно и не заболели корешки.

Петрушка прорастает от 14 до 20 дней из-за высокой концентрации эфирных масел, препятствующих насыщению семян влагой, без чего ростки не появятся. Кинза чуть быстрее - дней за 10. При двух настоящих листиках в ячейках оставляют по одному растеньицу, остальные, более слабые, среза-

ют ножницами. И выращивают дальше как обычно, умеренно поливая и не подкармливая до высадки в открытый грунт в месячном возрасте.

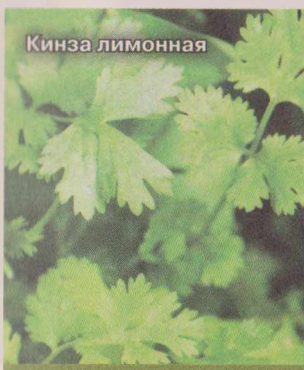
ОПРЕДЕЛЯЕМСЯ С ЦЕЛЯМИ

На зелень выращивают как ту, так и другую траву. Но на семена - только кинзу, а ради корней - только петрушку. При покупке сорта стоит знать, какие части растений вам по душе, потому что есть нюансы и в свойствах, и в выращивании.

Листовая петрушка бывает гладкой (*Наталка, Богатырь, Бриз, Катюша, Итальянский гигант, Риалто, Зеленый хрусталь*) и курдюковой (*Астра, Мооскраузе 2, Bravo, Курчаво-*

лиственная Келли, Петра, Королевский бархат, Эсмеральда, Бабушкина грядка). Последняя менее ароматна, зато более продуктивна, внешне эффектна и с успехом украшает разные блюда. Листовую петрушку можно срезать 3-5 раз за сезон при высоте 15-20 см до уровня 4-5 см от земли.

Корневая петрушка тоже не слишком духовита (сорта Сахарная, Альба, Сахарный корешок, Финал, Берлиния, Пастушка, Коники, Доброе утро). Она вызревает дольше, порой и 2 раза, поэтому позднеспелую лучше сеять на рассаду раньше, в середине марта. При посадке стараются не изгибать корешок, но лучше высажи-



Кинза лимонная

Запах клопа кинзе придает дециловый альдегид, или деканаль. В процессе сушки он почти полностью выветривается. А если листья залить кипятком, то когда вода остынет, от них повеет цитрусом. Не случайно выведен сорт Лимонный (Лимончик), в котором отчетливо различим этот аромат.



Настойка «Бородинская»

вать ее вместе с торфяным горшочком. Срезки вообще не делают: листья нужны для наращивания корнеплодов. Можно лишь изредка удалять по 1-3 наиболее развитых периферийных (не внутренних!) листа.

Сорта кинзы, дающие много зелени, называют овощными. Это Бородино, Король рынка, Пикник, Янтарь, Ажур, Дебют, Авангард, Восточный аромат, Санто, Нектар, Венера, Тайга. Для них характерно позднее цветение, крупные мясистые ароматные листья. Цветоносы сразу удаляют, иначе листья становятся жесткими, частично теряют вкус и аромат. Их и молодые побеги регулярно понемногу срезают для еды, что, в свою очередь, отсрочивает цветение.

Если кинза посеяна в феврале и первый раз срезана при высоте 10-20 см на уровне 7 см от почвы, растения дадут повторный урожай листьев. При более позднем посеве двойного сбора достичь не удастся - листья

Кинза входит в рецепт известной настойки «Бородинская» и оригинального ликера «Макадонский».

не отрастут, а оставленный стебель засохнет.

Кинза, которую выращивают на семена (Бородинский, Алексеевский 413, F, Луч), отличается более крупными зонтиками. Они поспевают дольше, но листики тоже можно понемногу срывать для еды.

Промежуточные сорта кинзы называют универсальными (Киндза-дза, Карибе, Прелесть, Поздний). У них хороши и мощные листья, и крупные семена. Первые срезают через 35-35 дней, а шарики-плодики - еще через столько же.

У кинзы, как и у петрушки, тоже есть кудрявый сорт - Шико, не с закругленными, а с сильно расчлененными листьями, почти как у укропа или спаржи. Этот сорт универсальный.

О. КОЗЛЯКОВА
Московская область