



Vodnik po vrtu



ZALOŽBA
KMEČKI GLAS

Nov zelenjavni vrt

Zelenjavni vrt je bil nekoč sestavni del prav vsake hiše. Danes mnogi mladi to navado opuščajo. Ko pa se družini pridružijo otroci, začnejo razmišljati o zdravi hrani in takrat se začne tudi razmišljanje o zelenjavnem vrtu, saj si doma pridelamo najbolj zdravo zelenjavo.

Zakaj bi se torej odločili za zelenjavni vrt?

V današnjem hitrem tempu življenja smo vsi postali zelo razvajeni, vse dobimo v trgovinah, zakaj bi se potem mučili z delom na vrtu. Po drugi strani pa je vse več bolezni, ki so povezane z nezdravim načinom prehranjevanja in premalo gibanja. Različni fitnesi so polni takih, ki želijo ohraniti telesno kondicijo, savne pa takih, ki želijo s potenjem izginiti »strupe« iz telesa. Za vse to je treba plačati. Pa imamo lahko prav enako telovadbo in potenje na svojem domačem vrtu. Zastoj je, pa še nekaj koristnega naredimo za svoje zdravje. Potenja je seveda samo toliko, kolikor sami hočemo.

Seveda ni telesna kondicija edini in najpomembnejši razlog za odločitev, da bomo na svojem vrtu imeli tudi zelenjavni vrt. Najpomembnejši razlog je ta, da je vsaj 8 do 10 mesecev na razpolago sveža in zdrava zelenjava. V nobenem primeru se njena kakovost ne more primerjati s kakovostjo zelenjave, ki jo kupimo v trgovskih centrih. Vsaka rastlina namreč začne takoj, ko jo odrežemo, utrgamo ali izpulimo, izgubljati najkakovostnejše snovi, tiste, zaradi katerih mi zelenjavo pravzaprav jemo. Z vsako uro, ko je zelenjava odrezana, utrgana, je teh snovi manj, z vsakim prevoženim kilometrom notranja kakovost pada. Na zunaj je zelenjava lepa,

bleščeča, znotraj pa pogosto prazna slama in voda. Torej sveža zelenjava neposredno z vrta v naši skledi ali loncu je več kakor vsi vitaminski in prehrabeni dodatki, ki jih tako poveličujejo v različnih oglasih.

Vrt je tudi krasna priložnost za skupno družinsko druženje

Tretji razlog je druženje. Družine skoraj ničesar ne počnejo več skupaj. Delo na vrtu je lahko prekrasen razlog tudi za druženje staršev in otrok. Seveda pa v ta namen ne smete majhnih otrok, ki so prav željni dela na vrtu, z njega poditi, češ nimam časa, delaš samo škodo in podobno. Potem ne pričakujte od najstnika, da bo z veseljem pomagal. Vsakemu malemu otroku se da razložiti, kaj lahko in česa ne sme na vrtu početi. Menim, da so malčki bližje zemlji kot mi in lažje izpulijo kakšen plevel. Seveda jim je treba razložiti, kaj lahko in kaj so užitne rastline. Njihovi mali prstki tudi lažje posejejo drobno seme kakor naši. Spet si je treba vzeti samo čas in jim stvari pokazati.

Pozimi, ko je zunaj še hladno in mokro, pa za mizo ali računalnikom skupaj in z otroki vred pogledamo, kaj bi si želeli posaditi ali posejati na domačem vrtu. Otroci bodo kaj hitro stvari poiskali tudi na računalniku in svetovnem spletu. Nato naredimo setveni oziroma sadilni načrt. Če jih boste prosili, bodo stvari z veseljem izrisali z računalnikom. Vendar je treba začeti z malimi, ko še imajo veselje. Če jih boste preganjali z vrta, ko so še majhni, vam tudi večji ne bodo imeli veselja in volje pomagati.

Vrtnine ljubijo sončne žarke

Najprej izberemo mesto, kjer bomo imeli svoj zelenjavni kotiček. Nekaj stvari je pomembnih. To me-



Zbiranje deževnice

sto mora biti v celoti na soncu. Ne smejo ga senčiti ne hiša ne večja drevesa ali objekti v bližini. Vrtni ne potrebujejo sončne žarke in njihovo energijo, da ustvarijo zase in za nas tako pomembne vitamine in druge koristne snovi. Na soncu bodo zdrave, bujne in uspešne, v senci pa bomo imeli z njimi večne težave.

Drug nasvet pa je, da je vrt, kolikor je le možno, v bližini kuhinjskih vrat, če jih imamo, ali vhodnih vrat v hišo. Tako nam ne bo žal tudi za vsak korenček, list peteršilja ali šopek najljubših zelišč pohiteti na vrt. Pogosto namreč moje prijateljice kljub zelenjavnemu vrtu v kuhinji uporabljajo suha zelišča. Pravijo, da nimajo časa kar naprej hoditi na vrt ponje. Pri uporabi zelišč je še veliko pomembnejše, da so sveža ali sveže posušena, čim manj polomljena in podobno. Z vsakim vonjem, ki ga oddajajo, namreč v zrak videjo njihove neprecenljivo vredne spojine. Poskusite kdaj kuhati s svežimi zelišči, potem se vam bodo jedi s kupljenimi suhimi dišavami zdele skoraj brez okusa. Pa tudi pozimi je prijetneje, če nam ni treba ravno predaleč po blatu in mrazu do vrta.

Še nekaj je treba omeniti. Zdrave zelenjave ne bomo pridelali v bližini avtomobilskih cest. Pogosto je zato treba lego vrta postaviti predvsem tako, da bo naš vrt pred slabimi vplivi vedno bolj polnih prometnic varovala hiša. S cest na našo hrano ne pa-dejo samo težke kovine izpušnih plinov, ob dežju

lahko z njih odteka tudi umazana in kemikalij polna voda, pozimi pa sredstva proti zamrzovanju ceste škodijo vsem rastlinam, za večno pa spreminjajo tudi pH zemlje. Zato je treba razmisliti tudi o rastlinah za živo mejo ob takih cestah. Če ne gre drugače, med vrtom in cesto posadimo gosto živo mejo, če je možno, pa pred tem še nasip iz zemlje. Če pa zgradijo tako cesto pozneje ob naši hiši in v razdalji manj kot 50 m od zelenjavnega (in sadnega ali zeliščnega) vrta, zahtevajte tak zemeljski nasip, ki bo omilil posledice take ceste v bližini. Kljub temu poskrbite, da boste vsa živila, pridelana v bližini goste prometnice, temeljito oprali pod tekočo vodo.

Če se le da, obrnimo grede na vrtu v smeri vzhod – zahod. Tako bodo tudi pozimi enakomerno osončene.

Če je izvedljivo, napeljemo v bližino vrta tudi vodo. Res je, da vrtnar, ki vrtnari na ekološki način, zbira deževnico. Vendar je te poleti pogosto premalo. Dokler nam bodo dovolili, bomo verjetno mnogi morali uporabljati tudi pitno vodo za zalivanje svojega vrta.

Velikost vrta

To je eno izmed najpogostejših vprašanj in težav, ko oblikujemo zelenjavni vrt. Najprej moramo vedeti, kaj si želimo na vrtu sploh pridelati. Drugo vprašanje je, koliko časa sploh še imamo na razpolago. Predlagam, da v velikosti vrta ne pretiravate. Z malo spretnosti in izkušenj se da tudi na majhnem vrtu pridelati veliko.

Če ste zelo zaposleni in nimate veliko prostega časa, se odločite samo za tako velik vrt, kolikor potrebujete zelenjave poleti za sproti, kot pravimo. Za enega družinskega člana potrebujemo okoli 10 m². Če želimo pridelati še nekaj zelenjave za pozimi, bomo potrebovali okoli 20 m² na družinskega člana. 80 m² na člana družine pa je potrebno, če želimo na svojem vrtu pridelati vso zelenjavo tudi za vkuhanje, kisanje in vzimljanje.

Da bo zelenjavni vrt hkrati tudi okras naše hiše, naj bo okoli njega še dovolj prostora za cvetlično gredo. Ta pa ima tudi povsem drug pomen. Na zelenjavni vrt bo vabila in klicala številne koristne žuželke. Te bodo oplodile naše cvetoče plodovke in pojedle ali kako drugače uničile škodljivce. Na zelenjavnem vrtu mora vedno biti tudi kaj pisanega in dišečega. Ne načrtujte si prevelikega vrta, če nimate časa, da vam ne bo obremenitev, ampak v veselje. Če pa imate dovolj časa, naj bo seveda večji.

Če želimo na vrtu gospodariti v sozvočju z naravo, naj bo v bližini vrta, a ne čisto zraven, tudi prostor za kompostni kup. Tako si bomo sami pridelali še najboljše in najbolj naravno gnojilo za svoje rastline. Dobro je tudi, da poskrbimo za primeren dostop na vrt. Morda si omislimo celo kakšno stezico.

O čem še moramo razmisliti pred začetkom dela

Tradicionalen slovenski vrt je pravokotne oblike. Zato mnogi niti ne pomislijo, da bi bila oblika lahko drugačna. Vrt je lahko tudi okroglih, vijugastih in drugačnih oblik. Seveda potrebujejo te več časa, da ga ustrezno negujemo. A včasih lahko tako zelenjavni vrt veliko lepše vključimo v celoten prostor ob hiši. Grede lahko tudi dvignemo, če imamo težave s hrbtenico. Strošek je sicer večji, a pozneje nam je delo zelo olajšano.

Vrt lahko ogradimo, če imamo pri hiši hišne ljubljence, ki bi nam lahko delali na vrtu težave. V tem primeru je treba razmisliti o materialu, stroških in podobnem. Skratka, že pred zasaditvijo zelenjavnega vrta imamo pozimi lahko veliko za razmišljati. Ker zelenjavni vrt ni nekaj za eno leto, je vredno, da si vzamemo te trenutke in o vsem dobro razmislimo.

Kako pa oblikujemo grede

Zadnja leta vedno bolj opažam, da grede na vrtu niso več oblikovane, ampak posamezne površine vrtnarji ločijo kar z deskami. Te po potrebi premikajo vsako leto in tekem leta drugam.

Naj naštejem, zakaj je ta praksa na vrtu zelo škodljiva in veliko pripomore k težavam, s katerimi se vrtnarji pogosto srečujejo.

- Osnovno pravilo, čim manj hoditi po zemlji, ne samo mokri, tudi suhi, je na vrtu, kjer so gredice vsako leto drugačne, vedno kršeno. Potke so vsako leto drugje, tako vsako leto zemljo »poškodujemo« na drugem mestu. Če ste dobri opazovalci, lahko to hitro vidite. Samo posejete špinačo tam, kjer je bila poletni deska za mejo gredice in meter levo in desno. Takoj se bo poznala razlika. Špinača jo hitro pokaže, druge vrtnine pa ne. Posledice niso vidne očem, so pa vidne v vedno več težavah na vrtu, zato naj bodo gredice trajne.
- Najbolj se izkaže vrednost trajnih gredic v deževnem poletju ali pa samo v daljšem deževnem obdobju spomladi, poleti ali jeseni. Trajne gredice se v nekaj letih zaradi rednega obdelovanja, gnojenja z organskimi gnojili dvignejo in so sčasoma dokaj visoke. Tako v deževnem vremenu voda odteka z njih po poteh, korenine rastlin



Načrt vrta je lahko narisano z roko

Mešani posevki, katere rastline lahko kombiniramo med seboj

Vrtnina	Sosed																						
	BLITVA	BOB	BROKOLI	BRSTIČNI OHROVT	BUČKE	CVETAČA	ČEBULA	ČRNA REDKEV	ČRNI KOREN	DROBNJAK	ENDIVIJA	FIŽOL – NIZEK	FIŽOL – VISOK	GRAH	JAJČEVEC	KITAJSKO ZELJE	KOLERABA	KOLERABICA	KORENČEK	KREŠA	KROMPIR	KUMARE	LUBENICE
BLITVA	●		☺	☺		☺		☺		☺		☺	☺	☺		☺		☺					
BOB		●	☺		☺	☺	☺								☺						☺	☺	☺
BROKOLI	☺		●							☺		☺	☺	☺							☺	☺	☺
BRSTIČNI OHROVT	☺	☺		●			☺					☺	☺	☺									
BUČKE		☺			●		☺					☺	☺	☺									
CVETAČA	☺	☺				●	☺			☺		☺	☺	☺									
ČEBULA		☺		☺		☺	●	☺		☺		☺	☺	☺		☺						☺	
ČRNA REDKEV	☺						●					☺	☺	☺				☺	☺			☺	
ČRNI KOREN								●				☺					☺		☺			☺	
DROBNJAK	☺						☺		●									☺				☺	
ENDIVIJA			☺							●		☺	☺	☺		☺							
FIŽOL – NIZEK	☺		☺	☺	☺	☺	☺	☺			●			☺							☺	☺	☺
FIŽOL – VISOK	☺		☺	☺	☺	☺	☺	☺				●				☺	☺			☺	☺	☺	☺
GRAH	☺		☺	☺	☺	☺	☺	☺					●	☺		☺	☺				☺	☺	☺
JAJČEVEC		☺										☺		☺	●								
KITAJSKO ZELJE	☺						☺				☺	☺	☺	☺		●							
KOLERABA																●							
KOLERABICA	☺								☺		☺	☺	☺	☺			●				☺		
KORENČEK	☺						☺	☺		☺								●	☺				
KREŠA								☺					☺						☺	●			
KROMPIR		☺										☺		☺			☺				●		
KUMARE		☺					☺	☺		☺		☺	☺	☺								●	
LUBENICE		☺										☺	☺	☺									●
MELONE		☺										☺	☺	☺									
MOTOVILEC		☺										☺	☺	☺		☺	☺					☺	
OHROVT	☺	☺					☺					☺	☺	☺							☺		
PAPRIKA		☺								☺		☺	☺	☺			☺						
PARADIŽNIK	☺				☺	☺	☺	☺		☺		☺	☺	☺							☺		
PASTINAK							☺							☺							☺		
PETERŠILJ																						☺	
POR		☺					☺		☺		☺	☺	☺	☺					☺				
RADIČ										☺		☺	☺						☺				
REPA												☺	☺										
RDEČA PESA							☺			☺		☺	☺										
REDKVICA	☺				☺							☺	☺	☺				☺	☺			☺	☺
SLADKI KOMARČEK												☺	☺	☺								☺	☺
SLADKA KORUZA		☺			☺							☺	☺	☺								☺	☺
SOLATA	☺				☺	☺	☺	☺	☺	☺		☺	☺	☺				☺				☺	
ŠPINAČA		☺	☺	☺								☺	☺								☺		
ŠPARGELJ		☺										☺	☺				☺						
ZELENA			☺	☺								☺	☺	☺		☺						☺	
ZELJE	☺	☺					☺			☺	☺	☺	☺	☺	☺							☺	

Paradižnik



● Značilnosti:

paradižnik izvira iz Južne Amerike, po vsej verjetnosti iz Peruja. V Evropo so ga prinesli okoli leta 1550, vendar so ga sprva zaradi rdeče barve plodov imeli za strupenega. Za prehrano so ga začeli gojiti šele v 18. stoletju.

Nizke, grmičaste in polvisoke sorte so zgodnejše, plodovi dozorejo bolj ali manj istočasno, zato lahko načrtujemo po njih še kakšno vrtnino, posebej če jih sadimo zelo zgodaj in pokrijemo s tuneli.

● Prehrana:

zeleni plodovi vsebujejo alkaloid solanin, ki je strupen. V zrelem paradižniku pa je veliko antioksidantov. Ti so danes v naši prehrani nujno potrebni, saj nase vežejo škodljive posledice nezdravega, stresnega življenja in nezdrave prehrane. Plod paradižnika vsebuje tudi vsaj 20 rudnin (železo, fosfor, magnezij, kalij ... in 12 vitaminov: med njimi tudi vitamine C, E in druge. Najkoristnejši je, kadar ga uživamo svežega.

● **Datumi setve:**

setev v lončke: od februarja do sredina marca.

Presajanje v rastlinjak: aprila.

Presajanje na prsto: maja.

● **Spravilo pridelka:**

od junija do konca septembra.

● **Medvrstne razdalje:**

na prostem: 70 cm, v rastlinjaku 1 m;

● **V vrsti:**

70 cm.

● **Gnojenje:**

paradižnik lahko gnojimo neposredno s preperelim hlevskim gnojem, bolje pa je, da ga gnojimo z domačim kompostom. Zelo dobro je občasno dognojevanje z gabezovimi prevrelkami, ki vsebujejo veliko kalija. Tudi gabezova zastirka tal je v ta namen dobrodošla. Z vsakim nastavkom plodov, ko so ti veliki za grahovo zrno, je zelo priporočljivo listno gnojenje s kalcijevimi listnimi gnojili, posebej v vročih in sušnih delih poletja. V tleh, kjer je pomanjkanje bora, je občasno listno dognojevanje z borovim gnojilom priporočljivo za boljšo oploditev.

● **Namakanje:**

brez namakanja plodovke ne uspevajo, potrebujejo redno in globoko namakanje. Sicer pa namakamo globoko do 30 cm vsake tri dni.

● **Dobri sosedje:**

spomladi solata, poleti: bob, bučke, čebula, česen, cvetača, črna redkev, drobnjak, nizek fižol, peteršilj, por, radič, redkvice, špargelj in zelena, bazilika, ognjič, kapucinke in meta, v avgustu: motovilec ali špinača.



● **Slabi sosedje:**

grah, krompir, sladki komarček, zelje.

● **Spravilo in skladiščenje:**

kakor vsa zelenjava paradižnik v hladilniku izgublja kakovost, zato ga trgamo sproti. Če ga nameravamo zamrzniti za zimo, ga naberemo, takoj svežega pripravimo in zamrznemo. Enako velja, če kuhamo mezgo in njej podobne pripravke za zimo.

● **Namig:**

globok in razvejen koreninski sistem vzgojimo tako, da vsakokrat, ko rastline presajamo, sadimo precej globlje. Če sami sejemo in pikiramo rastline, lahko to upoštevamo že ob pikiranju. Sejančke pustimo nekoliko v senci, da se malo bolj »potegnejo«, in jih spikiramo globoko. Čeprav lahko v literaturi piše drugače, je nujno upoštevati kolobar. Redno odstranjujemo zalistnike, v vlažnih poletjih in v rastlinjakih odstranjujemo tudi spodnje liste. Tako bo manj možnosti za razvoj glivičnih obolenj, ki pestijo paradižnik v vlažnem vremenu.

Paprika, feferoni in čili



● **Značilnosti:**

to so tri različne, samo sorodne rastline. Izhajajo iz Srednje oz. Južne Amerike. Poznamo veliko različnih oblik in barv plodov paprike. Pri nas v zadnjih letih najbolj cenimo tip »babura«, pred leti pa smo veliko bolj poznali tip paprike »paradižnik«. Vlagamo jih z osemenjem vred. Iz Srbije pa je k nam prišla tudi pečena paprika, nad katero se v zadnjih letih vedno bolj navdušujemo. Tudi ajvar je postal sestavni del slovenske kulinarike. Za ti dve jedi pa uporabljamo papriko »rog«, ki ima zelo podolgovate in na koncu zašiljene plodove. Po okusu ločimo ostre, polostre in sladke paprike. Pisani, različno obarvani in različno ostrega okusa so tudi feferoni. V zadnjih letih pa se tudi v Sloveniji lahko kupi seme pravega čilija.

● **Prehrana:**

paprika je izredno koristen in močan »paket« vitaminov in mineralov za naše telo, zato ne sme manjkati v naši prehrani. Vsebuje veliko antioksidantov, tako pomembnih v današnjem stresnem življenju, med njimi zelo veliko flavonoidov, ki skupaj z vitaminom C skrbijo za naše zdravje in odpornost. Največ ga je v sveže odtrganih plodovih.

● **Datumi setve:**

za sadike v lončke že od sredine januarja do sredine marca.

Presajanje na prosto: maja.

Uvod	3	kitajski kapus	94
Priprava zemljišča	4	redkev in redkvice	96
Prehrana rastlin	7	repa	98
Gnojenje	8	Plodovke	99
Načrt vrta	17	paradižnik	104
Namakanje	30	paprika, feferoni in čili	106
Bolezni in škodljivci na ekološkem vrtu	32	jajčevец	108
Varstvo rastlin	44	kumare	112
Pobiranje in skladiščenje vrtnin	51	bučke in buče	114
Solatnice	53	lubenice in melone	116
solata	56	momordika in čajota	117
radič	58	Korenovke	119
endivija	60	korenček	122
motovilec	62	peteršilj	124
rukola in azijske listnate rastline	63	rdeča pesa	126
užitni toliščak	64	zelena	128
Špinačnice	65	črni koren	130
špinača	68	pastinak	132
blitva ali mangold	70	Čebulnice	133
novozelandska špinača	72	čebula	136
Kapusnice in sorodnice	73	zimska čebula	138
zelje	78	por	140
koleraba	81	česen	142
cveťača	82	drobnjak in kitajski drobnjak	144
brokoli	84	šalotka	146
kolerabica	86	Gomoljnice	147
glavnati ohrovt ali kelj	88	zgodnji krompir	150
brstični ohrovt	90	sladki krompir	152
listnati ohrovt	92	topinambur	153

sladki komarček	154	sladka koruza	174
Stročnice	155	artičoka in kardij	176
fizol	158	špargelj	178
grah	160	hren	180
bob	162	rabarbara	182
čičerika	164	andska jagoda	183
soja	166	okra	184
leča	168	vrtna kreša	185
arašidi	169	kalčki	186
dolga vigna	170	Opravila na vrtu po mesecih	188
Druge vrtnine	171	Kazalo	199

Materialne avtorske pravice do tega dela so prenesene izključno na založnika. Reproduciranje v obliki tiskanja, kopiranja in distribuiranja ni dovoljeno brez založnikovega soglasja.
