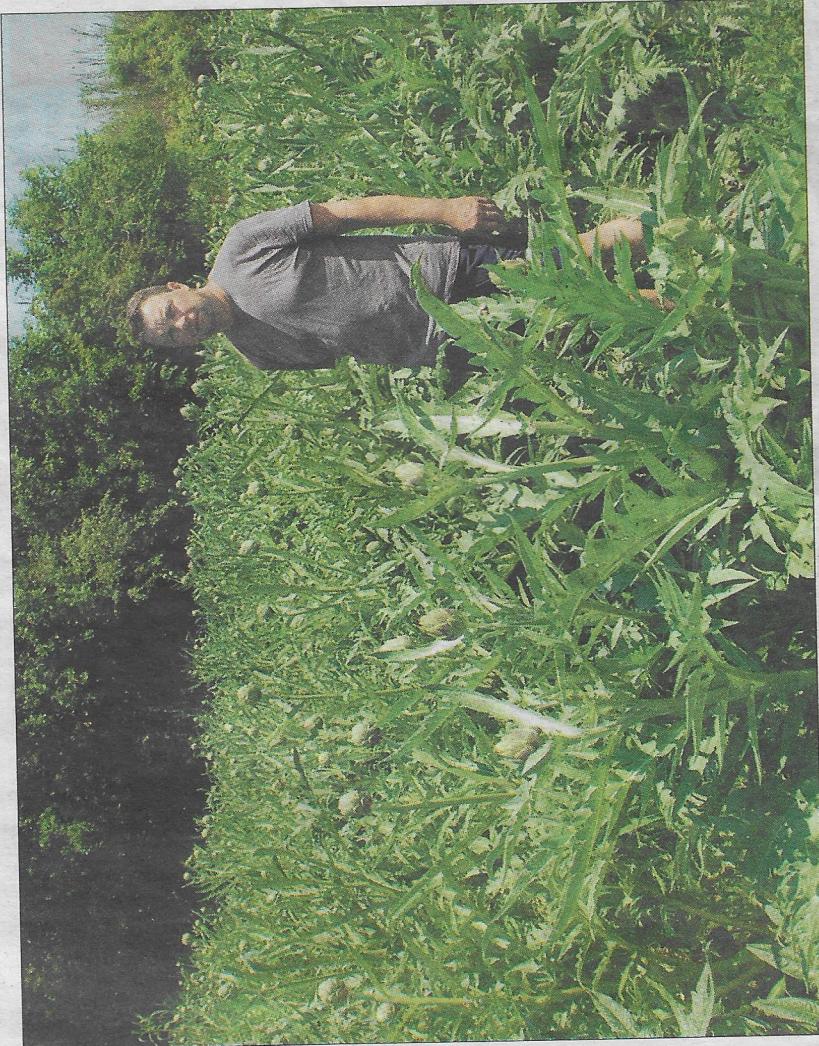


Novi nasadi artičok na Obali

Artičoka čisti in regenerira organizem



Franco Giassi iz Strunjana prideluje artičoke že več let.



Robert Bolčič ima v nasadu več sort artičok.



Dragica Heric

Artičoka je okusna delikatesna vrtnina ali kar zdravilna rastlina, ki jo pridelujejo v topeljših krajih. Na Obali najdemo posamezne gramicke v zavetju ob ohniščah, ob robovih njiv za prepečitev zarasti, nekateri jo imajo tudi kot okrasno rastlino. Potem ko se je jesenskemu prazni-



Dragica Heric

Artičoka je okusna delikatesna vrtnina ali kar zdravilna rastlina, ki jo pridelejejo v toplejših krajih. Na Obali najdemo posamezne grmičke v zavetju ob ohnišicah, ob robovih njiv za preprečitev zarasti, nekateri jo imajo tudi kot okrasno rastlino. Potem ko se je jesenskemu praznku kalcija v Strunjancu pridružil še spomladanski praznik artičok, je na Obali nastalo nekaj novih nasadov. Artičoke so tako dodatna ponudba na kar nekaj kmetijah.

V strunjanskih nasadih že od nekdaj raste avtohtonoma, kulinarično slastna, zdravilna, a premalo poznana istrska artičoka, zato so se pred leti v Turističnem društvu Solinar v Strunjancu odločili, da jo naredijo prepoznavno. Enega večjih, če ne največjih nasad avtohtonih istriških artičok ima predsednik društva Solinar Franco Giassi. Njegove artičoke so na lepi sončni legi, kakršno rastlina tudi zahteva, zato vsako leto v maju ali juniju, odvisno od vremena, nasad zacetvi v svoji vijolični barvi. Na njihovi izletniški kmetiji poleg drugih dobrobit spomladanskem času ponujajo najrazličnejše jedi in degustacije iz istrskih artičok. Iz listov pa pripravljajo tudi čaj.

Artičoke lahko skuhamo v slani vodi, jih začinimo s soljo, poprom in oljčnim oljem ter uživamo kot samostojno jed, hladno ali toplo prilog.

Artičoke kot trajni nasad

Bolčičeva kmetija v Luciji nad Portorožem ima nasad artičok na samem vrhu, od koder je lep razgled na portoroški zaliv. Lega je odlična za rast artičok, za Bolčičeve pa odlična kulinarična poslastica in obenem dodatna po-



Uživamo sočno mesnatno srećico. (Fotografija: Marijeta Hrovatin)

Na istih teh artičoka lahko raste od pet do sedem let.

Posebna sorta artičok z bodicami na koncu cvetnih listov

lo težko pridobiti, saj je trajni nasad artičok štirkratnik kmetijskih površin.

NE PRENESE NIZKIH TEMPERATUR

Za artičoko so nevarne že temperature okrog -3 °C. Optimalna temperatura za vzgojo artičoke v toplem podnebju je 20 °C. Zahteva bogata, plohdna, dobro odcedna tla. Suše ne prenaša, zato je ob pomanjkanju padavin potrebno namakanje. Zelo dobro reagira na gnojenje z organskimi gnaji, kar rastlino olhranja

je treba saditke vzgojiti iz semena.

Artičoka razvije zelo dober koreninski sistem. Rastlina raste v obliki razvijanega grma in pri tem formira velike, narezane srebrno zelenе liste. Odvisno od sorte zraste meter do 1,5 metra visoko. Pred zimou se grm poreže do višine 30 centimetrov in se ga zaščiti pred mrazom.



zdroavo in bolj odporno na bolezni in škodljivce. Jana Bolčič, svetovalka za zelenjadarstvo pri Kmetijsko-gospodarskem zavodu Nova Gorica, še pove, da se artičoke razmnožuje vegetativno, in sicer konec avgusta ali v začetku septembra. Matična rastlina na podzemnem delu ali rizomu formira več stranskih pogonjkov, ki se jih izreže skupaj s korenino. Na vsaki matični rastlini pa se pusti le tri glavne poganjke, saj bo tako rastlina dobro rastla in razvila sočne cvetne popke. Nove rastline morajo imeti razviti do pet pravih listov in del korenine.

Pri generativnem načinu razmnoževanja pa je treba saditke vzgojiti iz semena.

Artičoka razvije zelo dober koreninski sistem. Rastlina raste v obliki razvijanega grma in pri tem formira velike, narezane srebrno zelenе liste. Odvisno od sorte zraste meter do 1,5 metra visoko. Pred zimou se grm poreže do višine 30 centimetrov in se ga zaščiti pred mrazom.

DVA DO TRIJE GLAVNI POPKI IN NEKAJ MANJŠIH

Cvetne popke tragojo naslednje leto od maja do junija na najboljših legah pa lahko še ne-



Povsem nov nasad, v katerem raste 150 artičokih grmov, je v strunjanski

pred leti v Turističnem društvu Solinar v Strunjanu odločili, da jo naredijo prepoznavno. Enega večjih, če ne največjih nasad avtohtonih istriških artičokov ima predsednik društva Solinar Franco Giassi. Njegove artičoke so na lepi sončni legi, kakršno rastlina tudi zahteva, zato vsako leto v maju ali juniju, odvisno od vremena, nasad zacetvi v svoji vijolčni barvi. Na njihovi izletniški kmetiji poleg drugih dobro v spomladanskem času ponujajo najrazličnejše jedi in degustacije iz istriških artičokov. Iz listov pa pripravljajo tudi čaj.

Artičoke lahko skuhamo v slani vodi, jih začinimo s soljo, poprom in oličnim oljem ter uživamo kot samostojno jed, hladno ali toplo prilog.

ARTIČOKE KOT TRAJNI NASAD

Bolčičeva kmetija v Luciji nad Portorožem ima nasad artičok na samem vrhu, od koder je lep razgled na portoroški zaliv. Lega je odlična za rast artičokov, za Bolčiceve pa odlična kulinarična poslastica in obenem dodatna pos-

nudba ob ostalih pridelkih. Že sedaj je v nasadu več sort artičok, ki se med seboj razlikujejo po barvi in obliki, medtem ko je okus vseh približno enak. Tudi v novem nasadu, ki so ga zasadili lani, raste poleg avtohtonih istrske sorte še nekaj drugih, italijanskih sort. Poleg vijolične istrske sorte je še svetlo zelena, ki je bolj podolgovata, pa sorta, ki ima na koncu cvetnih listov bodice, in sorta, katere cvet je bistveno večji od ostalih sort. Gospodar Robert Bolčič bo tako z novim nasadom artičok izpolnil obljubo mladega prevzemnika za širitev pridelovalnih površin, ki jih je na območju ze-

Uživamo sočno mesnatno sredico. (Fotografija: Marijetka Hrovatin)

Na istih tleh artičoka lahko raste od pet do sedem let.

lo težko pridobiti, saj je trajni nasad artičok štirikratnik kmetskih površin.

NE PRENESE NIZKIH TEMPERATUR

Za artičoko so nevarne že temperature okrog -3 °C. Optimalna temperatura za vzgojo artičoke v toplem podnebju je 20 °C. Zahaja bogata, plodna, dobro odcedna tla. Suše ne prenaša, zato je ob pomanjkanju padavin potrebno namakanje. Zelo dobro reagira na gomiljenje z organskimi gnojili, kar rastlino ohranja do pet pravih listov in del korenine.

Artičoka ima številne zdravilne učinke. Spodbuja delovanje jetre, ledvic in izločanje žolčka. Tako se zmanjša možnost za nastanek kamnov ali peska v žolčnem mehurju. Znižuje holesterol v krvi in čisti strupe iz telesa. Liste artičoke lahko posušimo in jih uporabljamo za zdravilne čaje.

Posebna sorta artičok z bodicami na koncu cvetnih listov

zdravo in bolj odporno na bolezni in škodljivce. Jana Bolčič, svetovalka za zelenjadarstvo pri Kmetijsko-gozdarskem zavodu Nova Gorica, še pove, da se artičoke razumnožuje vegetativno, in sicer konec avgusta ali v začetku septembra. Maticna rastlina na podzemnem delu ali rizomu formira več stranskih poganjkov, ki se jih izreže skupaj s korenino. Na vsaki matični rastlini pa se pusti le tri glavne pogananke, saj bo tako rastlina dobro rasta in razvila sočne cvetne popke. Nove rastline morajo imeti razvith do pet pravih listov in del korenine. Pri generativnem načinu razmnoževanja pa je treba sadike vzgojiti iz semena.

Artičočka razvije zelo dober koreninski sistem. Rastlina raste v obliku razvijanega grma in pri tem formira velike, narezane srebrno zelene liste. Odvisno od sorte zraste meter do 1,5 metra visoko. Pred zimou se grm poreže do višine 30 centimetrov in se ga zaščiti pred mrazom.

Povsem nov nasad, v katerem raste 150 artičokih grmov, je v strunjanski dolini uređil Matjaž Mladenčič iz Dobrave pri Izoli. Zasadil je stranske poganjke matičnih rastlin, ki rastejo ob domaciji. Kot je povedal, bodo cvetove letos porabil sami skupaj s prijatelji, ko se bodo grmčki uspešno razrasli in bo cvetov več, jih bo tudi prodajal.



DVA DO TRIJE GLAVNI POPKI IN NEKAJ MANJŠI

Cvetne popke trgajo naslednje leto od maja do junija, na najboljših legah pa lahko še nekoliko prej oz., ko se zunanjii listi oddvoijo od srednjih listov. Da prehitro ne ovenijo, je treba popke odrezati na 15 do 20 centimetrov dolgem steblu. Na eni rastlini zrastejo dva do trije glavni cvetni popki, preostali popki, teh je lahko od štiri do deset, so manjši. Pri artičoki uživamo okusna socvetja, ki jih lahko pripravljamo na več načinov. Artičokina sočna socvetja lahko pečemo, cyremo, kuhamo, polnimo z različnimi nadevi in kuhamo z dodatkom oljčnega olja. Serviramo jih lahko z različnimi paradižnikovimi omakami in preliv. Steblo sočnih socvetij lahko blanširamo v juhah in enolončnicah. Mesnate srčke socvetij lahko tudi vlagamo v oljčno olje in jih uporabljamo kot prilogu k drugim jedem.

Artičoka je včelineta rastlina, ki ne preneše nizkih temperatur. Leta 1996, ko je bila huda pozeba, so bili mladi nasadi artičok na Obali povsem uničeni.