

Стевията: по-сладка, безвредна, устойчива алтернатива на захарта

Автор(и): агроном Роман Рачков, Българска асоциация по биологична растителна защита

Дата: 24.06.2025 *Брой:* 6/2025



Алтернативните земеделски култури – каквато е стевията – играят важна роля в справянето с климатичните промени.

- Захарната индустрия е ключов източник на въглероден диоксид.
- Стевията е добра алтернатива на захарта – безвредна и устойчива на промените в климата. Тя е природен подсладител с нулеви калории без ефект върху кръвната захар.

- Има значителен икономически потенциал, особено в контекста на глобалната тенденция към намаляване на употребата на захар и търсенето на по-здравословни алтернативи.
- Основните вещества в стевията, които я правят популярна и уникална: стевииози и ребаудиози са между 200 и 400 пъти по-сладки от захарозата.
- Има голям потенциал в България. В страната има опит от над три десетилетия – в Земеделския институт в Шумен успешно се отглежда стевия. Вече има и регистриран и наш сорт, който може успешно да се отглежда във всички райони на страната.
- Стевията вирее в топъл климат и е сравнително устойчива на засушаване.

От ерата на “захарното пристрастяване” към “зелената революция”

Захарната индустрия е ключов източник на въглероден диоксид (CO₂) в атмосферата и влияе пряко върху климатичните промени (241 кг еквивалент на въглероден диоксид се изпускат в атмосферата на тон произведена захар; 2406 кг – на хектар посевна площ и 26,5 кг – на тон преработена захарна тръстика). По-голямата част от общите емисии (44%) са резултат от изгаряне на отпадъци, около 20% – от използване на синтетични торове и около 18% – от изгаряне на изкопаеми горива.

Същевременно пристрастяването на европейците към захарта е ключов момент в процеса на глобализация, още когато хиляди африкански роби биват извозени до Новия континент, за да работят в плантациите със захарна тръстика. След Наполеоновите войни, с появата на захарното цвекло, захарта престава да бъде колониална стока и покорява света.

Докато в началото на миналия век Мойзес Сантяго Бертони (директор на колежа по агрономство в парагвайската столица Асунсион) не е силно заинтригуван от необичайно и уникално растение със сладък вкус – нов представител на рода *Stevia*, включващ около 280 вида – *Stevia rebaudiana Bertoni* (наричана по-долу просто стевия). Така го нарича откривателят му – на химика д-р Овид Ребауди, съдействал за направата на екстракта.

Веществата, които правят стевията популярна и неповторима, присъстват само в това растение: стевииози и ребаудиози – дитерпеноидни глюкозиди. Те са 200-400 пъти по-сладки от захарозата. Многобройни експерименти доказват, че намаляват вероятността от заболявания като аденом или рак на гърдата, както и скоростта на развитие на рак на кожата.



Цъфтяща Стевия (Stevia rebaudiana). Източник

Къде вирее стевията

Стевията е вечнозелен храст. Далеч от тропиците се отглежда като едногодишно растение и всяка година се приготвя разсад. Като многогодишно тя може да се отглежда на перваза на прозореца. Естественият ареал на сладката билка е малък – предимно долината на високопланинския приток на река Парана на границата на Парагвай и Бразилия, в началото дори се смята, че тя е толкова рядка, колкото женшена.

Растението е лесно приспособимо и бързо започва да се култивира в редица страни. Може да се отглежда почти до Арктическият кръг. В Япония първо забраняват за употреба цикламатът и сукралозата (бел. авт. изкуствени подсладители), тъй като са опасни за здравето. Затова и през 60-те години на миналия век там започват да внасят и ползват стевия и много скоро след това тя става известна като “зелена революция”. Съседните страни също се присъединяват към тази революцията. Още през 1982 г. 1000 тона стевия са използвани за хранителни цели в Япония, от които 300 тона са местно производство, а 450 тона са внесени от континентален Китай, 150 тона от Тайван, 100 тона от Тайланд и 50 тона от Южна Корея, Бразилия и Малайзия. Стевията вече присъства в почти половината от японските хранителни продукти. В Южна Америка също се отглежда много от това растение. Днес стевия се гледа промишлено и в Европа, като водещи в това отношение са Гърция и Испания. В днешно време все

повече водещи компании за храни и напитки добавят стевия към продуктите си, а достъпът до нея нараства както в магазините, така и онлайн.

Икономически потенциал

Стевията се използва основно като натурален подсладител и има значителен икономически потенциал, особено в контекста на глобалната тенденция към намаляване употребата на захар и търсенето на по-здравословни алтернативи. В днешно време натуралните подсладители все по-често се използват за заместване на захарта в хранителните продукти и напитките. Според проучването „Ново хранене 2020“ 2/3 от европейските потребители се опитват да намалят приема на захар и същевременно все повече търсят продукти без добавени захари. Ето някои от аспектите на този потенциал:

1. Растящо търсене на здравословни подсладители

С нарастващо внимание към здравето и ръст в случаите на диабет и затлъстяване, много потребители търсят заместители на захарта, които да не повишават нивото на кръвната захар. Стевията е природен подсладител с нулеви калории и няма ефект върху кръвната захар, което я прави приемлива за хора с диабет и за тези, които искат да намалят калорийния си прием. Популярността ѝ нараства в хранителната индустрия, като се използва не само в напитки и десерти, но и в различни продукти.

2. Природни продукти и органични храни

Стевията може да бъде отглеждана по органичен начин и това я прави привлекателен избор за фермерите и производителите в сферата на биологичното земеделие и натуралните продукти. В сравнение със синтетичните подсладители, тя има по-малко известни странични ефекти, с което привлича повече потребителите.

3. Предимства в производството

Стевията е устойчива на климатични условия и не изисква много ресурси за отглеждане, затова и е подходяща за различни региони по света и икономически жизнеспособна за земеделците. Може да бъде отглеждана в региони с тропичен, както и в умерен климат, какъвто имаме в България. Това доказва и потенциала ѝ за нашата страна.

4. Ниски разходи за производство и висока рентабилност

След засаждане, стевията може да бъде събирана няколко пъти годишно. Това води до висока продуктивност и сравнително ниски разходи за отглеждане. Заради висока концентрация на подсладители в листата на стевията, рентабилността на производството също се увеличава.

5. Пазар и потенциал

Стевията е широко достъпна в развиващите се и развитите пазари. Има големи търговски възможности за износ в различни части на света, включително в Азия, Европа и Съединените щати. Продуктите с добавен стевииолов подсладител са все по-разпространени.

6. Здравословни и екологични ползи

Стевията може да допринесе за намаляване на глобалното потребление на захар, което има сериозни последици за здравето и околната среда. Производството ѝ е по-екологично чисто в сравнение със захарта, изискваща по-големи площи за отглеждане и употреба на химикали.

Стевията: с потенциал в България

С растящото търсене на натурални подсладители и внимание към здравословния начин на живот и у нас, стевията има голям потенциал в България. В страната има опит от над три десетилетия – в Земеделския институт в Шумен успешно се отглежда стевия, а вече има регистриран и наш сорт „Степа”. Той се размножава по вегетативен начин, което осигурява стабилност на сортовете му характеристики. Проявява добра екологична пластичност и може успешно да се отглежда във всички райони на страната. Отличава се с относително добра устойчивост на гъбни болести и при подходящи агротехнически условия, осигурява добив на сухи листа над 250 кг/дка. В бъдеще, по-нататъшната селекция и работа по популяризиране на културата може да създаде възможности за алтернативна заетост и диверсификация на стопанските дейности в депресивните региони на България в унисон с целите ни по отношение на климата.



Сорт стевия „Стела” на Земеделски институт – Шумен. [Източник](#)

На последното земеделско изложение Агра 2025, билкови чайове с отгледана в България стевия спечелиха наградата за най-иновативен продукт.

Отглеждането на стевия в България изисква внимателно планиране и подходящи условия за отглеждане. Климатичните условия в повечето части на страната не са идеални за това растение, но с оранжерии, съвременни методи на отглеждане и правилни агрономически практики, стевията може да се култивира много успешно.

Стевия в условия на климатични промени

Стевията вирее в топъл климат и е сравнително устойчива на засушаване, но определени аспекти на климатичните промени могат да повлияят на нейния растеж и производителност. Ето някои важни моменти, свързани с влиянието на климатичните промени върху стевията:

1. Стевията предпочита топли условия и в някои по-студени региони повишаването на температурите може да създаде по-добри условия за отглеждане ѝ. Това води потенциално до разширяване на районите, в които стевията да се отглежда, например северните части на Европа.

2. Устойчивост на засушаване: Стевията издържа на засушаване в сравнение с други растения, но когато климатичните промени водят до по-дълги и по-интензивни периоди на суша, това може да се отрази на реколтата и на това растение. Изисква редовно, умерено поливане, така че устойчивото напояване ще бъде ключово за успешното отглеждане на стевия.

3. Пролетни и есенни застудявания: В региони, където зимите не са толкова сурови, но температурата през пролетта и есента варират значително, тези колебания могат да забавят растежа на стевията. Ако се засаждат ранни разсади и след това настъпят неочаквани студове, това може да увреди младите растения.

4. Разширяване на вегетационния период: В някои региони климатичните промени могат да доведат до удължаване на вегетационния период, което е полезно за стевията, тъй като така тя има повече време за растеж и събиране на сладките ѝ листа.



Алтернативните методи за справяне с климатичните промени

Алтернативните земеделски методи намаляват емисиите на парникови газове и ефекта от климатичните промени чрез определени устойчиви практики: ограничаване употребата на синтетични торове и пестициди; по-малко обработка; възстановяване на въглерода в почвите; избор на устойчиви на климатични условия култури и нови методи за земеделие. Така фермерите могат да се адаптират към

новите климатични условия като повишени температури, засушавания или чести наводнения. Тези методи осигуряват по-голяма стабилност и сигурност на хранителните ресурси в условия на климатична нестабилност.

Тези практики намаляват екологичния отпечатък на земеделието и правят фермерите по-стабилни и сигурни в контекста на промените в климата. Прилагането им е ключово за осигуряване на продоволствена сигурност и намаляване на климатичните рискове.

Климатичните промени предлагат както възможности, така и предизвикателства за отглеждането на стевия. По-високите температури в някои региони може да удължат вегетационния период и да осигурят нови области за производство. Но интензивните засушавания, екстремни температурни колебания и нестабилността на климатичните условия биха повлияли негативно на производителността и качеството на стевията. За да се справят с тези рискове, земеделците ще трябва да използват адаптивни методи на отглеждане, да инвестират в устойчиви технологии и да адаптират производствените си практики спрямо климатичните промени.

Високата сладост на стевията, съчетана с ниска ресурсна консумация, минимално екологично въздействие и съвместимост с устойчиви земеделски практики, я правят един от най-екологичните и устойчиви подсладители на съвременния пазар.

Приложение: Технология на отглеждане на стевия

Стевията се размножава чрез семена, вкореняване на резници и разделяне на храста. Разсадът се подготвя, след това двумесечните растения се засаждат в открит терен или оранжерия. Растенията през първата година от живота си растат бавно и образуват едно основно стъбло със странични разклонения. От юли до септември растежът се засилва с максимално увеличаване на вегетативната маса. През втората година се образува мощна коренова система и броят на стъблата корелира положително с броя на пъпките на коренището. В условията в България обикновено се образуват до 10-15 стъбла. В многогодишната култура броят на стъблата достига 80 броя или повече.

1. Семената се засяват повърхностно, без задълбочаване в добре навлажнен субстрат. След това се пръска с вода.
2. Контейнерите със семена се покриват със стъкло или филм и се поставят на топло място (не под +25 °C).

3. При такива условия семената на стевия покълват в рамките на 5-7 дни. 4. Когато семената поникнат, филмът се отстранява и разсадът се пренася в най-светлата и топла част на помещението.

4. През този период е необходимо да се следи температурата на въздуха и почвата, така че да не пада под +15°C.

5. Във фазата на чифт истински листа (височина на разсад 5-7 см), разсадът се трансплантира внимателно, заедно с буца пръст, в отделни саксии, като се задълбочават до първите листа.

Периодът на разсад за стевия обикновено отнема около два месеца.

Засаждането на разсад в открит терен или оранжерия се извършва, когато заплахата от пролетни слани е преминала и дневната температура се повиши до 15-20°C. Схемата на засаждане 60-70×30-20 см.

Оптималните условия за отглеждане на стевия са слънчево място, защитено от вятър и течения, и температура на околната среда 22-28°C. Стевията може да расте в различни почви, но най-подходящи са леките пясъчливи или пясъчливо глинести субстрати, наторени с хумус или компост с леко кисела (pH 5,5-6) реакция. Тежките глинести почви не са подходящи. Почвата трябва да е лека и рохкава. Стевията не се развива добре в торфените смеси. Варуването на почвата също е нежелателно. Подхранване е при необходимост (2-3 пъти през вегетационния период) с комплексни минерални торове – 25-30 г на 1 кв.м.

Прибиране на реколтата

По правило прибирането на листата започва през периода на бутонизация (периода на оформяна на цветните пъпки) и цъфтеж. Листата на стевия са многобройни и на едно растение могат да се образуват от 350 до 1200 броя, като броят до голяма степен зависи от условията на отглеждане. Сезонът на цъфтеж е от юли до септември. Прибирането на реколтата е лесно като процес: стъблото се отрязва на височина 5-10 см над земята и се суши в светло проветриво помещение.

Източник Климатека

В публикацията са използвани материали от:

1.Possibilities for Growth of Stevia in European Temperate Zones 2008, Ralf Pude 2nd Stevia Symposium KU
Leuven BE

2.Stevia a bio sweetener scope in the European Union as a commercial product, 2020, Tariq Ismail,
AMERICAN-EURASIAN JOURNAL OF SUSTAINABLE AGRICULTURE

3.Assessment of stevia (*Stevia rebaudiana*)-natural sweetener: A review, Virendra V. Panpatil, 2008

4.Селскостопанска академия – София

5.The European market potential for stevia