

Anghinare – o cultură de legume nefamiliară și netradițională

Автор(и): гл.ас. д-р Дима Маркова; гл. ас. д-р Боян Арnaudов, ИЗК "Марица" в Пловдив; проф. д-р Винелина Янкова, ИЗК "Марица" в Пловдив

Дата: 04.12.2017 *Брой:* 12/2017



Anghinarea (Cynara scolymus) este o plantă erbacee perenă ce aparține familiei Asteraceae (Compositae). Este cultivată pentru proprietățile sale nutriționale-gurmane și medicinale. Tradiția utilizării sale este îndelungată și datează din vremea egiptenilor, grecilor și romanilor antici. Inițial era folosită ca aliment sălbatic, dar treptat cultivarea și creșterea ei intenționată s-au impus.

Are un sistem radicular bine dezvoltat, care poate atinge până la 5 m în diametru și pătrunde la o adâncime de 90–120 cm. Planta atinge o înălțime de până la 2 m. Tulpina este scurtă și ușor ramificată, terminându-se cu

capitule mari. Frunzele sunt pinnatisectate (adânc tripartite), spinoase, de culoare argintiu-albăstrui-verzuie, cu o suprafață inferioară cenușie-păslosă. Au o lungime de 50 până la 80 cm.

Florile se dezvoltă într-un capitol mare, singular, numit și calatiu. Acesta este principala parte comestibilă a plantei și are un diametru de aproximativ 8–15 cm. Mugurele este format din numeroase solzi triunghiulari, cărnoși, aranjați ca țiglele de pe acoperiș. În funcție de tipul de anghinare, capitolul este colorat în verde sau violet, precum și în diverse nuanțe și combinații ale celor două culori. La înflorire, florile individuale sunt violet. Cele exterioare au un apendice triunghiular la vârf. Florile sunt hermafrodite (au atât organe masculine, cât și feminine) și sunt polenizate de albine. Anghinarea înflorește din iulie–august până în septembrie.

Părțile comestibile ale plantei sunt mugurii floriali neînfloriți, numiți capituli sau căpățâni. Frunzele cărnoase (bracteele) sunt de asemenea potrivite pentru consum. Capituli sunt centrali, de ordinul doi și trei, iar de la o plantă se pot obține de la 4 la 20 de căpățâni.

Pentru alimentație, se folosește inima capitulilor neînfloriți; aceasta este bogată în potasiu, proteine și vitamine. Anghinarea se consumă crudă, fiartă sau conservată. Fructele sunt semințe de aproximativ 7 mm lungime, posedând un pappus lung. Acestea se coc în perioada septembrie-octombrie.

Sunt cunoscute mai mult de 10 tipuri de anghinare, cu forme diferite de frunze, culori diferite și alte caracteristici. Acestea sunt împărțite în principal în anghinare chinezească, franceză și topinambur.

- Anghinarea chinezească – cultivată atât în Extremul Orient, cât și în Europa. Este formată din mici tuberculi și trebuie opărită înainte de îndepărtarea părții dure.

- Anghinarea franceză – singura sa parte comestibilă este mugurele. Își are originea în Africa de Nord, dar este cultivată în Europa și America.

- Topinamburul – tuberculul are un gust de nucă, cu o culoare variind de la bej la maro-roșiatic.

Pe lângă faptul că este o legumă, anghinarea este și o plantă medicinală. Proprietățile sale curative sunt cunoscute oamenilor încă din antichitate. Conține puternicul antioxidant cinarină, care nu poate fi găsit în niciun alt fruct sau legumă. Cinarina ca agent medicinal este utilizată în tratamentul hepatitei, aterosclerozei, afecțiunilor veziculei biliare și uneori în alergii și eczeme.

Capituli sunt o sursă bogată de compuși bioactivi. În medicina populară este utilizată pentru tratamentul afecțiunilor hepatice, dispepsiei, albuminuriei cronice, anemiilor postoperatorii, precum și ca diuretic și tonic

hepatic.

Anghinarea este una dintre legumele indispensabile în bucătăria dietetică. Este bogată în fibre alimentare, potasiu, calciu, fosfor, magneziu, fier, sodiu, vitamina A, B1, B2, C. În plus, conține proteine, grăsimi, carbohidrați și niacină.

Anghinarea este o plantă relativ rezistentă la frig. Condiții potrivite pentru cultivarea sa sunt verile răcoroase și umede și iernile blânde. Temperatura optimă pentru cultivarea sa este de 24°C în timpul zilei și 13°C noaptea. Este tolerantă la temperaturi ridicate (peste 30°C), dar calitatea și cantitatea părții comestibile a mugurelui floral scad. Plantele rezistă până la minus 3°C. În țara noastră, după înălțare cu paie și sol, poate ierna cu succes. Este exigentă în ceea ce privește tipul de sol, structura solului și fertilitatea solului. Solul trebuie să fie adânc lucrat. Este indicat ca solul să fie bine aprovizionat cu materie organică și umiditate, dar trebuie avut grijă să se evite înmuierea. Anghinarea se dezvoltă bine pe soluri adânci, structurate și răspunde excelent la fertilizarea cu băligar.

Pregătirea solului începe cu aratul adânc de toamnă. În acest moment se încorporează 4–5 t de băligar bine descompus, 40 kg de superfosfat și 20 kg de sulfat de potasiu pe hectar. În timpul lucrărilor de primăvară ale solului, se aplică 30 kg/ha de sulfat de amoniu.

Anghinarea se cultivă prin semănat direct, răsaduri și prin lăstari de la rizomi vechi. Practica utilizării răsadurilor este larg răspândită. În acest scop, semințele se seamănă în martie în amenajări protejate de cultură, în rânduri cu un spațiu inter-rând de 8 cm. După emergența plantulețelor, în stadiul primei frunze adevărate, acestea se răresc la un spațiu intra-rând de 7 cm. Răsadurile sunt gata să fie plantate într-un loc permanent la începutul lunii mai, când ating stadiul de 4 frunze. Acestea se transplantează pe umerii ridurilor la o distanță de 120 cm între riduri și 80 cm în rânduri. Cerințele nutriționale ale răsadurilor sunt foarte ridicate, ceea ce necesită 1–2 fertilizări de întreținere.

Când se cultivă prin plantarea lăstarilor radiculari de la plantații vechi, aceștia trebuie să aibă 10–15 cm lungime și 3–4 frunze.

Anghinarea poate fi cultivată și prin semănat direct al semințelor primăvara, când a avut loc o încălzire stabilă. Semănatul se face în gropi, câte 2–3 semințe pe groapă.

Îngrijirea în timpul perioadei de vegetație constă în îndepărtarea buruienilor și prășirea la timp, astfel încât suprafața solului să fie menținută afânată. Anghinarea este exigentă în ceea ce privește umiditatea solului, ceea

ce necesită irigare regulată. În funcție de tipul și structura solului, se efectuează irigări săptămânale. Dacă irigarea se realizează printr-un sistem picurător, intervalul dintre irigări se scurtează. Pentru a asigura cantitatea necesară de umiditate, este indicat să se utilizeze sisteme de irigare picurătoare, care reduc și consumul de apă cu până la 25% pe solurile grele argiloase. Anual, în perioada de vegetație, se efectuează 1–2 fertilizări de întreținere cu îngrășăminte minerale, doza acestora fiind determinată pe baza unei analize agrochimice a solului. Studiile au înregistrat rezultate bune de la utilizarea îngrășămintelor organice: composturi, vermicomposturi etc., care nu numai că reduc fertilizarea minerală, dar și îmbunătățesc structura solului.

Pentru a obține capitule mari, este necesar să se lase 1–2 tulpini florale cu câte 3–4 căpățâni pe o singură plantă. Este indicat să se îndepărteze lăstarii nou apăruiți.

Recoltarea începe de obicei în al doilea an după plantarea plantelor într-un loc permanent. Tăierea capitulilor începe în iunie, când acestea au atins dimensiunea caracteristică soiului și au început să se deschidă la vârf. Recoltarea este în principal manuală și, în funcție de vreme, se efectuează de 1–2 ori pe săptămână. De la 1 hectar se obțin aproximativ 4000–5000 de capitule. După recoltarea producției, tulpinile florale se taie, plantele se curăță de frunzele uscate și suprafața se prășește. Târziu în toamnă, frunzele se taie sus și plantele se înălță pentru a proteja rizomii de îngheț.