

Тикве – здраве, укусне и лако се гаје

Автор(и): проф. д-р Хриска Ботева, ИЗК "Марица", ССА

Дата: 30.03.2024 Брой: 3/2024



Rezime

Tikve nalaze povoljne uslove za rast i razvoj u našoj zemlji, pri čemu su bela i muskatna tikva šire rasprostranjene, dok se obična tikva gaji u ograničenom obimu na privatnim gazdinstvima. Plodovi se koriste za stočnu hranu, u kulinarstvu kao pečeni i kuvani, ili u prerađivačkoj industriji za pripremu marmelada, kompota i drugih proizvoda. Tikva je hranljiva namirnica, može se uklopiti u mnoge dijetе, budući da je relativno niskokalorična, a istovremeno veoma niskomasna, i ima veći nutritivni skor od drugih moćnih namirnica kao što su prokelj, karfiol, kupus i šargarepa. Tikve sadrže antioksidanse kao što su alfa-karoten, beta-karoten i beta-kriptoksantin. Oljuštene i pržene semenke tikve sadrže esencijalne aminokiseline važne za organizam, i bogate su proteinima, vitaminima i mineralima kao što su gvožđe, cink, bakar i fosfor.

Ključna tačka u tehnologiji proizvodnje je izbor odgovarajuće sorte. Sortna struktura: Plovdivska 48/4; Raketa 38/1; Australian Butter (*Cucurbita maxima*); Bilinka (*Cucurbita maxima*); Blue Kuri (*Cucurbita maxima*); Angelic (*Cucurbita moschata*); Muskatna tikva 51-17; Long-necked (*Cucurbita moschata*) – poreklom iz SAD; Bush Butternut (*Cucurbita moschata*), itd.

Da bi se obezbedili visoki i stabilni prinosi, mora se poštovati tehnologija proizvodnje: izbor polja i priprema zemljišta; načini setve; nega useva tokom vegetacionog perioda; mere zaštite biljaka i skladištenje.

Poreklo, rasprostranjenost i ekonomski značaj

Tikve su jednogodišnje zeljaste biljke iz porodice *Cucurbitaceae*. Poreklo tikvi nije u potpunosti razjašnjeno. Smatra se da bela tikva (*Cucurbita maxima*) i muskatna tikva (*Cucurbita moschata*) potiču iz Amerike, dok obična tikva potiče iz Centralne Azije i Afrike. Poznato je oko 30 sorti tikve.

U našoj zemlji tikve nalaze povoljne uslove za rast i razvoj. Kada i odakle su tikve unete u Bugarsku nije poznato, ali većina podataka o njihovoj upotrebi datira nakon 16. veka. Bela i muskatna tikva su šire rasprostranjene, dok se obična tikva gaji u ograničenom obimu na privatnim gazdinstvima. Ovaj svestrani jarko narandžasti povrtni plod nije ograničen samo na desert. Plodovi se koriste za stočnu hranu, u kulinarskom kao pečeni i kuvani, ili u prerađivačkoj industriji za pripremu marmelada, kompota i drugih proizvoda. Mogu se koristiti i za pripremu smoothie-a, pečenih proizvoda, supa, salata, itd. Bogate zalihe hranljivih materija u tikvi čine je zdravom hranom za celogodišnju potrošnju. Tikva je hranljiva namirnica koja može pružiti određene zdravstvene benefite i može se uklopiti u mnoge dijetete.

Plodovi tikve imaju visoku nutritivnu i biološku vrednost i dobre organoleptičke osobine. Njihov hemijski sastav varira u zavisnosti od sorte i načina gajenja.

Tikve sadrže antioksidanse kao što su alfa-karoten, beta-karoten i beta-kriptoksantin. Visok sadržaj beta-karotena, koji se u organizmu pretvara u vitamin A, može ojačati imuni sistem i važan je za očuvanje vida, posebno sa godinama. Plodovi sadrže velike količine vitamina C, mineralnih soli i vitamina, kalijuma i fosfora, vitamina E, riboflavina, bakra i mangana.

Tikve su takođe jedan od najboljih izvora luteina i zeaksantina, dve jedinjenja povezane sa nižim rizikom od makularne degeneracije i katarakte povezanih sa starenjem.



Ukupno gledano, može se konstatovati da su tikve relativno niskokalorične, a istovremeno veoma niskomasne, i imaju veći nutritivni skor od drugih zimskih povrća. Tikve pokazuju veći skor nutritivne gustine od drugih moćnih namirnica kao što su prokelj, karfiol, kupus i šargarepa.



Oljuštene i pržene, semenke tikve su takođe veoma korisne i ukusne. One sadrže esencijalne aminokiseline važne za organizam. Ublažavaju glavne simptome adenoma ili upale prostate, kao što su često mokrenje, bol, itd. Pored toga, semenke su bogate proteinima, vitaminima i mineralima kao što su gvožđe, cink, bakar i fosfor.

Sortna struktura i karakteristike sorti



Plovdivska 48/4 – Bugarska sorta bele tikve otvorenog oprašivanja. Biljka je bujna. Stablo je puzeće, dugačko 4–5 m. Plodovi su veoma veliki, prosečne težine 10 kg, okrugli ili spljošteno-okrugli. Njihova površina je glatka, sivo-bela. Meso je debelo 4–5 cm, žuto-narandžasto. Konzistencija je masna i ukus je veoma dobar. Sorta je visokorodna, relativno kasna. Vegetacioni period je 130–135 dana. Plodovi imaju veoma dobru transportabilnost.

Raketa 38/1 – Bugarska sorta. Biljka je bujna. Stablo doseže 4–6 m. Plodovi su srednje veliki, 6–7 kg, cilindričnog oblika. Kore je sivo-bela. Meso je narandžasto, debelo oko 4 cm.

Muskatna tikva 51-17 – Sorta otvorenog oprašivanja. Stablo doseže dužinu od 3–4 m i jako je razgranato. Plodovi su izduženo kruškolikog oblika, dugački 40–50 cm. Prosečna težina je 8 kg. Njihova površina je glatka i blago segmentirana. Kore je tanka i meka, narandžasto-okor, sa dobro izraženim voštanim premazom. Meso je gusta, narandžasto, nežno i masno pri konzumaciji. Sorta je visokorodna, sa vegetacionim periodom od 130 dana.

Long-necked (*Cucurbita moschata*) – Sorta tikvi tipa "violina" koja se gaji u našoj zemlji. Biljka je veoma bujna i hrani prosečno 2–4 ploda težine od 3 do 6 kg. Njihova boja je bež. Kada se peče (bez šećera) konzistencija je nežna, blago zrnasta, a ukus je slabo izražen. Čuvarljivost je veoma dobra. Sorta potiče iz SAD.

Zhemchuzhina (*Cucurbita moschata*) – Ruska sorta muskatne tikve. Srednje rana. Prosečna težina – 6–8 kg. Plodno meso je debelo, u potpunosti sastavljeno od debelih vlakana, koja ipak nisu gruba. Ukus je dobar do veoma dobar, sa karakterističnom aromom.



Bush Butternut (*Cucurbita moschata*) – jedna od retkih sorti muskatne tikve sa kratkim stabljikama. Retko prelaze 1 m u dužinu, dosežući 2 m samo u veoma dobrim godinama. Ovo omogućava mnogo gušći sklop – sadnja 1 x 1 m ili čak gušća. Sa ovom karakteristikom one su idealan izbor za ljude koji vole muskatne tikve, ali čija bašta nije dovoljno velika za "standardne" sorte. Ova sorta je jedna od najranije zrelih unutar vrste muskatne tikve (*C. moschata*). Tikve teže između 700 g i 1,5 kg. Na jednoj biljci se formira prosečno 3–5 plodova. Njihova čuvarljivost je do 12 meseci. Konzistencija je nežna, vlažna, bez vlakana. Ukus je veoma dobar.

Danka Polka - Squash – Prva poljska sorta tikve gajena za seme. Plodovi srednje veličine, okrugli, zeleni, kasnije narandžasto-zeleni, sa tankom srži, ispunjeni mnogim ukusnim semenkama. Prinos semena doseže 1500 kg po ha. Tikve su pogodne za kulinarsku upotrebu za pripremu supa, jela i deserta.



Sampson F1 – Sorta je tako nazvana zbog svoje snage. Veoma bujna, lisnata biljka sa puzećom (penjačom) stabiljkom. Širok spektar otpornosti olakšava zaštitu biljaka i omogućava postavljanje većeg broja plodova.

Preporučena gustina do 500 biljaka/da. Plodovi su spljošteno-okrugli, blago rebrasti, ujednačeni, 5–7 kg. Sija siva boja spolja i tamno narandžasta iznutra, sa odličnim ukusnim osobinama i veoma malom semenom šupljinom.

Prosečno 2–3 ploda po biljci.

Veoma dobra transportabilnost i čuvarljivost – više od pet meseci.

Otpornosti: HR: ZYMV, WMV, PRSV



Havana F1 – Ova sorta je značajno ranija od standardnih tikvi tipa violine. Preporučena gustina do 900 biljaka/da. Plodovi su svetlo braon spolja i žuto-narandžasti iznutra sa nijansom lešnika. Semena šupljina je veoma mala, težina je 1,2 kg. Ove plodove koriste mnoge maloprodajne mreže zbog svoje pogodne veličine – jedna tikva = jedna porcija. Prosečno više od 4–5 plodova po biljci. Odlična čuvarljivost – do sledeće sezone. Otpornosti: HR: Px, ZYMV.



Matilda F1 – hibridna sorta tikve kompanije Enza Zaden. Odlična ravnoteža između snažnog rasta i dobrog formiranja plodova. Veoma uravnotežen rast pogodan za različite uslove.