



Тыква – вкуснее дыни

Благодаря успехам селекции эта бахчевая культура – ближайшая родственница арбуза и дыни – теперь все чаще привлекает к себе внимание огородников средней полосы. Что же в ней примечательного: необычный размер, вкус или польза для здоровья?

Прошлой осенью на состоявшемся в Москве Всероссийском конкурсе умельцев возделывания тыкв-гигантов победителем стал огородник из Луховиц, Андрей Гусев, вырастивший огромную «толстушку» весом свыше 700 кг, размером с автомашину!

Если не конкурсы, то выставки и ярмарки с демонстрацией самых крупных тыкв каждый сезон проходят во многих российских регионах, а за рубежом они давно привычны. Однако тыква способна удивить не только внешними достоинствами, но и отменным вкусом и пользой для здоровья, что, наверное, куда важнее для большинства наших сограждан.

Дегустация с академиком

Поделюсь личным впечатлением от дегустации коллекции разнообразных тыкв, состоявшейся много лет назад во ВНИИ селекции и семеноводства овощных культур, куда автор этих строк был приглашен вместе с коллегой-журналистом, академиком Петром Федоровичем Соколом. В тот день удалось по достоинству оценить вкус лучших тыквенных сортов – подмосковных и южных.

Запомнилась приятная сладость крупноплодной мускатной тыквы из Краснодара. Но, увы, она позднеспелая, плохо приспособленная к климатическим условиям наших северных регионов. А вот даже первые, созданные для средней полосы сорта – Грибовская кустовая и Грибовская зимняя, – оказались не хуже краснодарских. Более того, соки и напитки из них превзошли ожидание: вкусом и ароматом они, скорее, напоминали изысканный десерт из тропических фруктов!

Не удивительно, что с того памятного дня я стал поклонником заинтересовавшей меня овощной культуры, собрал на своем огороде большую ее коллекцию, слежу за очередными новинками. И, конечно же, тыквенные соки, салаты и запеканки не переводятся на моем столе круглый год!

Малоизвестное о пользе тыквы

Тыква – древнейший, проверенный временем, целебный дар природы, который коренные жители Мексики по праву называют королевской овощей, используя в качестве повседневной пищи уже 5 тысяч лет. В России ее выращивают с XVI века, когда сюда завезли семена этой культуры. Однако место тыквы на наших огородах, прямо скажу, скромное. Более-менее широко тыкву возделывают, в основном, в Крыму, на Кавказе и в самых

южных областях. А вот в центральных, северных и восточных – явно недооценивают, хотя этот овощ заслуживает куда большего внимания. Тем более, если учесть, что современные скороспелые сорта практически повсюду созревают и достойны занять подобающее место среди самых ценных продуктов лечебно-диетического питания.

Согласно нынешним рекомендациям научной медицины, тыквенный сок особо полезен после инфекционных заболеваний, физических и интеллектуальных перегрузок. Он успокаивает нервную систему, способствует глубокому сну, снимает усталость, тревожность.

Наличие нежной клетчатки и пектина в мякоти объясняет эффективность этого овоща в вареном виде при желудочно-кишечных болезнях, гастрите, колите, хроническом холецистите, почечных и печеночных отеках. Периодическое потребление тыквы врачи назначают для лечения сердечно-сосудистых недугов, удаления шлаков и холестерина из организма, восстановления нормального обмена веществ, в качестве мочегонного средства.

В народной медицине издавна применяют тыквенную мякоть наружно – при ожогах, воспалениях, сыпи. Маска из той же измельченной мякоти оказывает омолаживающее и тонизирующее действие на кожу, стимулируя кровообращение.

Исключительными противовоспалительными свойствами обладают семена тыквы. Они признаны одним из лучших средств профилактики мужских онкологических заболеваний (аденомы простаты), избавления от гельминтов и паразитов кишечника.

Кстати, несколько лет назад фармакологи Волгограда создали и выпускают особый препарат для лечения печени и дерматита – «Тыквеол», который представляет собой очищенное целебное масло из тыквенных семян. Лекарство это теперь широко востребовано, но, к сожалению, не дешево. Поэтому почитатели этого средства научились изготавливать его своими руками, в домашних условиях, простым способом – заливая очищенные нежареные семечки подогретым подсолнечным маслом (1:5) с последующей выдержкой трое суток. Затем остается лишь процедить готовый масляный экстракт. Используют его по рекомендации врача.

Столь широкий диапазон лечебного действия королевской овощей объясняет наличие в ее плодах целого комплекса целебных веществ, причем в немалом количестве.

Например, сахаров в тыкве

не меньше, чем в дыне и арбузе, а минеральных веществ (особенно калия, кальция, фосфора) – вдвое больше. Много здесь и витаминов, в первую очередь, каротина – в среднем 7-10 мг в 100 г мякоти, как в моркови. И заметьте, в некоторых современных сортах этого крайне важного витамина, улучшающего зрение, повышающего невосприимчивость к инфекционным, простудным и онкологическим заболеваниям, еще больше – до 60 мг, то есть – лечебная доза!

Интересно, что комплекс целебных веществ обнаружен не только в мякоти плодов, семенах, но и в самих растениях: в частности, в 100 г тыквенных листочков – 620 мг витамина С – двадцатикратно больше, чем в апельсинах!

А вот крупные, ярко-желтые, вполне съедобные тыквенные цветы – особый источник биологически активных веществ: того же каротина, аскорбиновой кислоты, сосудостроительного витамина Р, цветочного нектара. Не случайно в Китае и Японии закрепилась многовековая традиция использования тыквенных цветов в салатах и других кулинарных изысках – их тесно укладывают на самые дорогие блюда в виде нераскрывшихся бутонов или полураскрытых цветов. Согласно недавним исследованиям отечественных ученых, они полезны и вкусны. А, кроме того, как я сам убедился в прошлом сезоне, – еще и аппетитны, украшают любые блюда. Причем, удаление с растений некоторой части цветов, с июля по сентябрь, не приносит им вреда, поскольку бутонов там многократно больше, чем требуется для завязывания плодов.

Холодостойкие сорта

Среди многочисленных, имеющихся в продаже районированных сортов тыквы (в основном, предназначенных для южных краев) я насчитал лишь десяток холодостойких, полностью вызревающих за короткое северное лето не только в средней полосе, но и даже в северных и восточных регионах страны. Такие уникалы созданы за последние десятилетия в Подмосковье, в основном, учеными вышеупомянутого ВНИИ селекции и семеноводства овощных культур – Г.А. Химич и В.П. Кушнеровой.

В отличие от своих южных «сестер», новые сорта скороспелы и способны обильно плодоносить при прохладной погоде (в среднем – по 5-7 кг с растения), а наравне с этим отличаются замечательным вкусом, повышенным содержанием сахаров (до 10-15 процентов) и каротина (до 30 мг в 100 г мякоти). А еще и с мяси-

стой толстой сочной мякотью, маленьким семенным гнездом, тонкой кожей, способные долго храниться.

Что же касается веса и размера, то большинство северных сортов некрупные, так называемые «порционные» (по килограмму), что, скорее, является достоинством.

Выращивая несколько таких новинок на своем огороде, я отмечал компактность самих кустов и высокую устойчивость к болезням и вредителям. Обычные тыквенные растения, как правило, длинноплетистые и занимают большую площадь участка. Эти же – значительно скромнее, похожие на привычные нам кабачки: чаще короткоплетистые – до 1,5-2 метров, а то и вовсе кустовые. Последним, в первую очередь, отличается Улыбка, кстати, очень душистая, с нежным ароматом дыни, созревающая уже через 85 суток после всходов, а также Грибовская кустовая. И настоятельно рекомендую целый ряд других сортов и гибридов ВНИИССОКа: например, Премьеру с нежным ароматом цитрусовых, Россиянку, выделяющуюся рекордной урожайностью (до 20 кг с одного растения). По-своему хороши Конфетка, Ольга, Веснушка.

Выращивание рассады

Из всего сортамента повышенной холодостойкостью обладают тыквы подмосковной селекции (в первую очередь, Премьера, Грибовская зимняя). Их семена прорастают при температуре +11...13° (большинство других – при температуре выше +12...14°). Однако, для прорастания +18°...23° оптимальны. Тогда срок прорастания семян сокращается до 4-5 суток.

Если скороспелые сорта

начинают созревать через 80-100 дней, то среднеспелые – через 100-110, позднеспелые – 110-140 дней после всходов. В любом случае, эта культура предпочитает длительный вегетационный период (три-четыре месяца). Поэтому в средней полосе и многих других регионах с коротким летом ее целесообразнее выращивать через рассаду. Это можно сделать за короткий срок (за 25 суток) при посеве в последней декаде апреля – начале мая на хорошо освещенном окошке, а еще удобнее – на полке застекленного балкона, где днем температура поддерживается на уровне 18...20°, а ночью – 15...18° (яркий свет и пониженная ночная температура предотвращают вытягивание и перерастание).

Семена лучше высевать по одному во вместительные конусовидные пластиковые стаканчики (по 500 мл), из которых рассаду легче высадить без травмирования корней. Почвенная смесь нужна легкая, состоящая из торфа, навозного и листового перегноя в равных долях или просто из просеянного садового компоста (холодный вначале прогревают в комнате).

Всходы поливают умеренно, через день, теплой водой. Дважды подкармливают слабым раствором (2 г/л) комплексного минерального удобрения «Сударушка» или «Семицветик», второй раз – за двое суток до высадки на огород. За неделю до этого рассаду приучают к наружному воздуху, снижая температуру на окошке с помощью проветривания или днем рассаду выносят на улицу, размещив поначалу не под солнцем, а в тени деревьев.

У качественной рассады – коренастый низкий стебель с двумя-тремя хорошо развитыми, темно-зелеными листочками. Высаживают ее в третьей декаде мая – начале июня, когда нет угрозы заморозков и устанавливается устойчивая теплая погода.

Венедикт Дадыкин,
агроном, журналист.

О МВД информирует

Операция «Должник»

Уважаемые жители Безенчукского района! Отдел МВД России по Безенчукскому району информирует, что на территории Самарской области силами ГУ МВД России по Самарской области и УФССП России по Самарской области **с 10 по 20 февраля 2022 года** проводится операция «Должник».

Если вам вынесен штраф за административное правонарушение, то в соответствии со ст. 32.2 Кодекса об административных правонарушениях он должен быть уплачен не позднее шестидесяти дней со дня вступления постановления о наложении административного штрафа в законную силу.

При отсутствии документа (либо квитанции), свидетельствующего об уплате административного штрафа по истечении 60-ти дней со дня вступления постановления в законную силу, должностное лицо направляет соответствующие материалы судебному приставу-исполнителю для взыскания суммы административного штрафа в принудительном порядке.

Кроме того, в отношении лица, не уплатившего административный штраф в установленный законом срок, составляется протокол об административном правонарушении, предусмотренном частью 1 ст. 20.25 КоАП РФ.

О. Власова,
ст. инспектор ИАЗ, капитан полиции.