



BORÓWKA BRUSZNICA

BORÓWKA BRUSZNICA

Systematyka

70

BORÓWKA BRUSZNICA

- ▣ Nazwa łacińska: *Vaccinium vitis - idaea*
- ▣ Rodzina: wrzosowate – *Ericaceae*
- ▣ Jest także zwana **borówką czerwoną**.



BORÓWKA BRUSZNICA

Opis rośliny

71

KRZEWINKA

- ❑ Występuje w północnej części Europy, Ameryki Północnej i Azji.
- ❑ Jest rośliną zimozieloną.
- ❑ Wysokość od 15 do 25 cm.
- ❑ Posiada walory ozdobne:
 - Dekoracyjne liście, kwiaty i owoce.
- ❑ Mało podatna na choroby i szkodniki.
- ❑ Liście i owoce są cennym surowcem zielarskim.



BORÓWKA BRUSZNICA

Kwiaty

72

KWIATY

- ▣ Beczułkowate lub dzwonkowate.
- ▣ Białe lub różowe, zwisające, zebrane w grona.
- ▣ Pierwsze kwitnienie przypada na połowę maja, drugie na przełomie lipca i sierpnia.





BORÓWKA BRUSZNICA

Owoce

OWOCE

- Mała, kulista, błyszcząca, czerwona jagoda.
- Jagody dojrzewają w sierpniu i po raz drugi w październiku.
- Smak kwaskowaty z lekką goryczką.



BORÓWKA BRUSZNICA

Owoce – wartość użytkowa

74

WARTOŚĆ UŻYTKOWA

- Owoce borówki są doskonałym surowcem na przetwory:
 - Soki
 - Kompoty
 - Dżemy
 - Galaretki
 - Konfitury podawane najczęściej do ciemnych mięs i dziczyzny.
- Galaretka borówkowa jest podstawą prawdziwego sosu Cumberland (oryginalny sos angielski, podawany na zimno do potraw z dziczyzny).



BORÓWKA BRUSZNICA

Owoce – wartość odżywcza

75

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

- Owoce zawierają:
 - Antocyjany
 - Garbniki
 - Pektyny
 - Kwasy organiczne
 - Kwas benzoesowy (naturalny konserwant, hamuje fermentację)
 - Witaminy – A, B₁, B₂, PP, C.
 - Czerwony barwnik – ideinę – niespotykany w owocach innych gatunków roślin sadowniczych (ideina – antocyjan obecny m.in. kapuście czerwonej).



BORÓWKA BRUSZNICA

Owoce, liście – działanie lecznicze

76

WŁAŚCIWIŚCI PROZDROWOTNE

- Borówka brusznica jest powszechnie stosowana w ziołolecznictwie.
- **Owoce** wykazują działanie:
 - Antyseptyczne.
 - Moczopędne.
 - Lecznicze w kamicy nerkowej.
i w kamicy żółciowej.
 - Regulujące czynności trawienne.
 - Uszczelniające naczynia włosowate.
- **Liście:**
 - Wywar z liści jest doskonałym środkiem przeciwreumatycznym.



ŚWIDOŚLIWA



ŚWIDOŚLIWA

- ▣ Nazwa łacińska: *Amelanchier canadensis*
- ▣ Rodzina: wrzosowate – *Rosaceae*
- ▣ Znanych jest kilkadziesiąt (25-30) gatunków, najbardziej popularne to:
 - Świdośliwa jajowata: *Amelanchier ovalis*.
 - Świdośliwa kanadyjska: *Amelanchier canadensis*.



KRZEW

- ❑ Duży krzew lub małe drzewko, wysokości 2-3 m.
- ❑ Występuje w Kanadzie i w krajach europejskich: Finlandia, Litwa, Łotwa.
- ❑ Jest gatunkiem bardzo mało wymagającym.
- ❑ Nie wymaga ochrony przed chorobami i szkodnikami.
- ❑ Jest rośliną dekoracyjną.
- ❑ Nadaje się na osłony przeciwwietrzne i żywopłoty.



KWIATY

- ❑ Kwiaty białe lub kremowe z wąskimi płatkami.
- ❑ Zebrane w grona na wierzchołkach pędów.
- ❑ Rozwijają się wcześnie, na początku maja.
- ❑ Są samopylne.



OWOCE

- ▣ Dojrzałość zbiorczą osiągają już w dwa miesiące po kwitnieniu, w drugiej połowie czerwca
- ▣ Owoce kuliste, jabłkowate, o średnicy ok. 5 – 15 mm.
- ▣ Początkowo czerwone, a po dojrzewaniu ciemnoczerwone, granatowe.



WARTOŚĆ ODŻYWCZA

- Owoce zawierają:
 - Kwas jabłkowy
 - Prowitaminę A
 - Witaminy C i B
 - Związki mineralne:
 - Żelazo
 - Potas
 - Wapń
 - Miedź
 - Kobalt



WŁAŚCIWOŚCI PROZDROWOTNE

- ▣ **Owoce** stanowią doskonałe uzupełnienie niedoborów witamin i soli mineralnych w naszych organizmach.
- ▣ Napary i nalewki z **kwiatów** pomocne w:
 - Leczeniu schorzeń serca.
 - Obniżeniu nadciśnienia tętniczego.



WARTOŚĆ UŻYTKOWA

- Owoce soczyste, o przyjemnym słodkim smaku.
- Nadają się do bezpośredniego spożycia.
- Można je wykorzystać do przygotowania przetworów:
 - Dżemy
 - Konfitury
 - Galaretki
 - Soki
 - Kompoty
 - Dodatek do ciast.





AKTINIDIA

AKTINIDIA – MINI KIWI

Systematyka

86

AKTINIDIA

- ▣ Nazwa łacińska: *Actinidia arguta*
- ▣ Rodzina: aktinidiowate – *Actinidiaceae*



AKTINIDIA – MINI KIWI

Opis rośliny

87

PNĄCZE

- ❑ Wieloletnie, długowieczne pnącze, pochodzące z Chin.
- ❑ Pędy owijają się prawoskrętnie wokół podpór i osiągają długość 10-20 m.
- ❑ Dobrze znosi polskie warunki klimatyczne.
- ❑ Odporne na temp. od – 20 do – 30°C.
- ❑ Roślina dwupienna.
- ❑ Wyróżnia się wysoką dekoracyjnością od wiosny do jesieni.



AKTINIDIA – MINI KIWI

Kwiaty

88

KWIATY

- ▣ Małe, białe, różowate, lekko pachnące.
- ▣ Kwitną pod koniec kwietnia lub w maju.



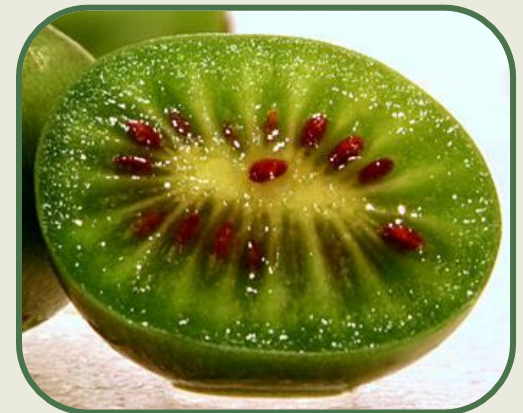
AKTINIDIA – MINI KIWI

Owoce

89

OWOCE

- ▣ Jagoda owalna, o długości od 2,5 do 3,5 cm.
- ▣ Zielone lub z czerwonobrazowym rumieńcem
- ▣ W przekroju podobne do owoców kiwi.
- ▣ Dojrzewają sierpień – wrzesień.



AKTINIDIA – MINI KIWI

Owoce – wartość użytkowa



90

WARTOŚĆ UŻYTKOWA

- Owoce nadają się do bezpośredniego spożycia.
- Ponadto owoce można:
 - Zastosować jako dodatek do sałatek owocowych i warzywnych.
 - Dodawać do pieczonych ciast.
 - Przerabiać na marmoladę, dżem.
 - Wykorzystać miąższ owocu w przemyśle kosmetycznym.
 - W domu można stosować jako maseczkę na twarz.



AKTINIDIA – MINI KIWI

Owoce – wartość odżywcza

91

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

- Owoce mają bardzo mało sodu, ale dużo potasu.
- Zawierają także:
 - Wapń
 - Żelazo
 - Magnez
 - Fosfor
 - Cynk
 - Kwas foliowy
- Są bogate w witaminy A, E, K i z grupy B.
- Są jednym z najbogatszych źródeł witaminy C.



AKTINIDIA – MINI KIWI

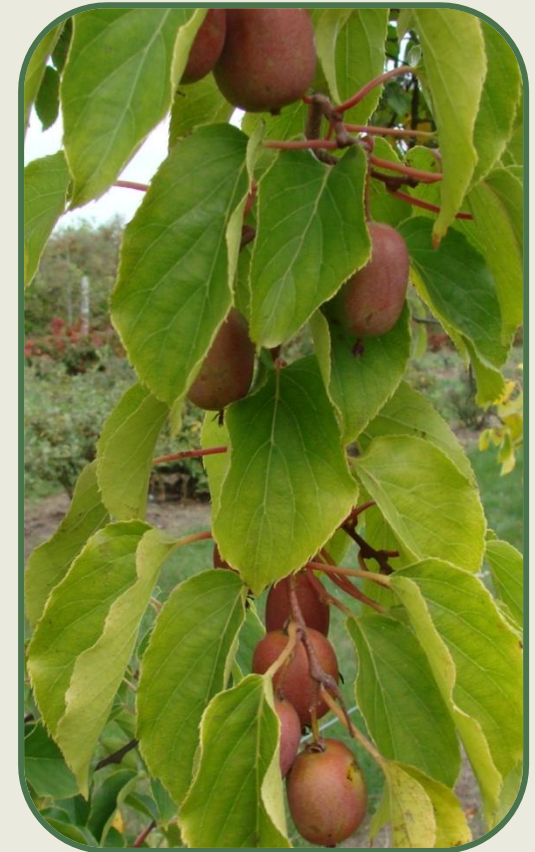
Owoce – działanie lecznicze

92



WŁAŚCIWOŚCI PROZDROWOTNE

- Owoce o cennych wartościach w:
 - Zapobieganiu przeziębieniom.
 - Ułatwianiu leczenia grypy.
 - Kojącym działaniu na system nerwy.
 - Oczyszczaniu organizmu z toksyn.
 - Przeciwdziałaniu zmianom miażdżycowym.
 - Regulacji pracy układu pokarmowego.



A close-up photograph of vibrant green leaves with serrated edges and prominent veins. The leaves are densely packed and fill most of the frame. In the bottom right corner, there is a dark green rounded rectangular box with a white border containing white text.

**DZIĘKUJĘ
ZA UWAGĘ**