

Aronija za vaše zdravje

Aronija preprečuje nastanek rakavih obolenj, ugodno vpliva na ožilje in različne druge zdravstvene težave. Zaradi vsebnosti različnih vitaminov, mineralov in drugih koristnih snovi jo lahko posadite na vrtu ali v večjo posodo, ki jo postavite na balkon ali teraso.

Koristne snovi, ki jih vsebujejo plodovi aronije, preprečujejo, da bi se v telesu nabirale večje količine težkih kovin in snovi, ki povzročajo rakava obolenja. Uživanje domače aronije je dobro za vse, ki imajo težave z ožiljem, krvnim tlakom, priporočajo pa ga tudi kot učinkovito sredstvo v boju proti različnim boleznim (vnetje ledvic, čir na želodcu, migrena, sladkorna bolezen, izlitje krvi). Čaj iz aronije priporočajo pri slabokrvnosti in močnih krvavitvah.

Štiri- in triletno sadike aronije so že v rodnosti in rodijo takoj. Pri dvoletnih sadikah pa bo treba na pridelek še počakati, praviloma rodijo drugo leto po sajenju. Predvsem je treba izbrati primerno sorto, ki zagotavlja dober pridelek. Aronijo sorte nero odlikujejo debelejši plodovi velikosti več kot 12 mm ter velika rodnost. Med vsemi sortami ima največjo vsebnost antioksidantov. Grm sorte nero poganja številne koreninske odganjke. Črnoplodna aronija viking ima



Foto: PHOTODUNE

nekoliko manjšo koncentracijo antocianov kot nero, galicijanka ima nekoliko manjšo koncentracijo antocianov kot nero in viking, dosega pa nekaj večjo rodnost kot viking. Hugin zraste do 1,3 m in je primerna tudi za sajenje živih mej. Plodovi so sladko-kislega okusa in nekoliko manjši kot pri sorti nero.

Tabela 1: Glavne značilnosti posameznih sort aronije

SORTA/ZNAČILNOSTI	ČAS ZORENJA	OBLIKA IN OKUS PLODA	ČAS CVETENJA	UPORABNA VREDNOST	POSEBNOSTI
NERO	konec avgusta	Okrogel in debel plod sladko-kislega okusa; največji plodovi.	maj	Sladice, sokovi, marmelada, sušenje jagod, zamrzovanje, sveža poraba v kombinaciji z drugim jagodičjem ...	Med vsemi sortami ima največjo vsebnost antioksidantov, zelo velika rodnost.
HUGIN	od septembra do oktobra	Okrogle črne jagode sladko-kislega okusa, plod je nekoliko manjši kot pri sorti nero.	maj	Sladice, sokovi, likerji, marmelada, sveža poraba v kombinaciji z drugim jagodičjem ...	Primerna tudi za sajenje živih mej.
GALICIJANKA	začetek septembra	Okrogel in debel plod sladko-kislega okusa, plod je srednje velik in tehta od 0,8 do 1,1 g.	maj	Sladice, sokovi, marmelada, sušenje jagod, zamrzovanje, sveža poraba v kombinaciji z drugim jagodičjem ...	Dosega nekoliko večjo rodnost kot sorta viking.
VIKING	konec avgusta in začetek septembra	Okrogel in debel plod sladko-kislega okusa, plod je srednje velik in tehta od 1 do 1,5 g.	maj	Sladice, sokovi, marmelada, sušenje jagod, zamrzovanje, sveža poraba v kombinaciji z drugim jagodičjem ...	Zaradi izredno močne barve jo dodajamo v marmelade, sokove in druge živilske izdelke.