



Gojenje špinače



Špinača je vrtnina, ki razvije veliko listne mase in je dobrodošla v vsakem vrtu. Je tudi rastlina, ki nas spomladi med prvimi razveseli s svežim pridelkom. Jedilnik popestri tudi v jesenskem in poletnem času.

Celoten članek:

<http://zelenisvet.com/gojenje-spinace>

V prehrani špinačo cenimo, ker je bogata z vitaminom C in E, vsebuje nekaj vitamina A, B1, B2, B6 in veliko rudninskih snovi (K, Na, Ca, Mg, P).

Čas setve špinače in razdalja sajenja

Da špinača ne požene v cvet jo sejemo spomladi in jeseni. Če vzgajamo lastne sadike s koreninsko grudo jo sejemo že od januarja naprej. Setev na prosto opravimo lahko že marca in aprila. Zadnji rok za setev v spomladanskem času je začetek maja.

Setev špinače na prazne grede lahko opravimo tudi konec poletja (sredina avgusta-sredine septembra), to uživamo še v tekočem letu. Če jo želimo uživati naslednjo pomlad jo sejemo septembra in oktobra. Ljubitelji vrtnarjenja jo sejejo tudi v poletnem času (julij) in to v senco višjih rastlin (visok fižol, paradižnik, kumarice na opori).

Špinačo je dobro sejati v vrste, ki naj bodo med sabo oddaljene dobrih 20 cm, v vrsti jo lahko sejemo bolj na gosto.

Dobri sosedje špinače

Visok fižol in paradižnik sta primerna soseda poletnim setvam. Primerni zelenjavni sosedje so tudi krompir, kapusnice (zelje, redkvice, redkev,...), čebula, sladka koruza, bazilika, jagode, zelena, pastinak in bob. Neprimerni sosedi sta rdeča pesa in blitva.

Gnojenje špinače in zalivanje

Za gnojenje špinače je uporaben predvsem domač kompost in druga organska gnojila. Špinača ne rabi posebnega gnojenja, če jo umestimo na gredo, ki je bilo predhodno gnojena s hlevskim gnojem, kompostom ali drugimi organskimi gnojili. Takrat je dovolj samo rahljanje tal in rastlina je normalno prehranjena.

Špinačo nikoli ne gnojimo z mineralnimi dušičnimi gnojili, tako se uspešno izogibamo preveliki količini nitratov v špinači, saj v tleh ni preveč dušika!

Špinače spomladi in jeseni ni treba zalivati, saj je v tem obdobju dovolj padavin, če jo sejemo poleti z zalivanjem ohranjamo vlažna tla, kar omogoča boljšo kalitev.

Bolezni in škodljivci pri špinači

Od bolezni in škodljivcev jo napadajo viroze, plesen, pesna muha in miši. Če gnojite pretirano se bodo v večjem številu pojavljale tudi uši.

Pri špinači smo pozorni na kolobar, tako bo težav z boleznimi manj. Včasih listi rumenijo zaradi zbitih tal, zato jo redno okopavamo. Podobne težave se bodo pojavile, če bo v tleh zastajala voda.

Spravilo in shranjevanje

Špinača se zelo dobro obrašča, zato jo režemo sproti za svežo porabo. Če jo ne moremo pojesti takoj jo blanširamo in shranimo v zamrzovalniku. Osvežilen je tudi svež špinačni sok.

Zelo mlade liste lahko uporabimo tudi za pripravo solat. Pri večjih listih peclje odstranimo, saj vsebujejo škodljive snovi. To je še posebno pomembno pri prehrani otrok. Ob pogrevanju špinače se nitrati spremenijo v škodljive nitrite, zaradi katerih obstaja nevarnost zastrupitve, zato špinače ne shranjujemo za naslednji obrok.

Celoten članek:

<http://zelenisvet.com/gojenje-spinace>

© Zeleni svet



➔ Delite nasvet tudi z vašimi prijatelji!