

## Kitajska šisandra



Šisandra je plezalka, ki jo v vrtovih gojimo v obliki brajde, podobno kot aktinidijo in trto. Ta izjemno zdravilna sadna vrsta prihaja iz Kitajske. Njena posebnost pa je tudi mešanica petih okusov, ki jih zaznamo, ko zaužijemo zrele jagode.

## Glavne lastnosti šisandre



**KLIKNITE TUKAJ** za podrobnejši opis in naročilo šisandre.

Šisandra je lesnata, listopadna vzpenjavka. V mesecu **avgustu oblikuje rdeče jagode v grozdu podobno kot ribez**, ki jih obiramo septembra do oktobra. V Kitajski in Rusiji jo uporabljajo v medicinske namene.

Ime Wu-Wei-Zi v prevodu pomeni sadež petih okusov, ti pa so: sladko, slano, kislo, grenko in pekoče. Vsi okusi so hkrati izraženi v zrelih jagodah. Jesensko listje se obarva v rumeno barvo.

## Opraševanje šisandre

Ženski in moški cvetovi so formirani na isti rastlini. Prva leta se lahko dogodi, da rastlina razvije le moške cvetove, kasneje pa **tvori tako ženske, kot tudi moške cvetove**. Šisandra zato ne potrebuje še druge rastline za oprašitev. Cveti od maja do junija. Cvetovi so beli in se obarvajo rahlo rožnato.

**KLIKNITE TUKAJ** za ogled sadik sadnega drevja.

**KLIKNITE TUKAJ** za ogled sadik jagodičja.

\*\*

**KLIKNITE TUKAJ** za sadjarsko svetovalne knjige.

**KLIKNITE TUKAJ** za BIO past proti voluharju.

**KLIKNITE TUKAJ** za orodje, ki ga uporabljamo v vrtu in sadovnjaku.

Za več informacij in pomoč pri nakupu nas lahko tudi pokličite na 031 848 038.

## Rodni les

Šisandra tvori **rodne brste na lanskoletnem lesu**. Moški cvetovi se formirajo na spodnjih delih poganjkov, višje so ženski cvetovi in vmes naletimo na mešane brste.

## Rez šisandre

Vse vzpenjavke so znane po svoji bujni rasti. Šisandra ima bolj zmerno rast in raste manj bujno kot trta ali aktinidija. Prirast je cca 1m/leto. **Odstranjujemo stare poganjke in jih nadomeščamo z novo rastjo. Z rezjo v predpomladanskem času pustimo poganjke, kjer so se lansko leto formirali cvetni brsti in pustimo, da bodo tudi letos odgnali novi poganjki.**

Odstranimo vso šibko rast ali jo prikrajšamo na en do dva brsta, da vzpodbudimo močne poganjke. Star les prikrajšamo na nekaj brstov, ali ga izrežemo, če je pregosto. Prav tako odstranimo že jeseni prekomerno rast, saj ji na ta način odvzamemo nekaj energije. Odstranjujemo tudi koreninske odganjke, ki jih lahko uporabimo za razmnoževanje.

## Razmnoževanje

**Šisandro najlažje razmnožimo s potaknjenci, še lažje pa z grebeničenjem.** Dolge enoletne poganjke jeseni zakopljemo v jarke, kjer se zlahka ukoreninijo. Razmnožujemo jo tudi s koreninskimi odganjki, redkeje s semenom.

# Gojitvene oblike

Šisandra zraste tudi do 10 metrov. Gojimo jo v obliki brajde, ob stenah, zidovih ali z njo prekrijemo škarpe. Že pred sajenjem šisandre, uredimo močno armaturo, kamor bomo pripenjali in usmerjali osnovne ogrodne poganjke, kjer bomo kasneje gojili rodni les.

## Klimatske in talne zahteve šisandre

**Šisandra je popolnoma prezimna.** Zdrži temperature tudi do -30 °C. Izberimo ji polsenčno do senčno lego ob vzhodnih, severovzhodnih in severozahodnih zidovih hiš ali v senci višjih dreves. Ne uspeva dobro na polnem soncu.

Pred sajenjem je potrebno zemljo dobro pripraviti. Pri sajenju je potrebno skopati nekoliko širšo jamo in jo napolniti z zelo hranljivo kompostno kiselkasto zemljo.

**Za dobro rast potrebuje vlažno, kiselkasto zemljo bogato s humusom in kompostom.** Dodamo ji šoto ali zemljo za rododendrone in borovnice, ter organsko zastirko z lubja, slame ali drugih lesnih sejancev. **Dognojujemo z fiziološko kislimi gnojili za rododendrone in borovnice.**

**Prva leta po sajenju jo redno namakamo.** Šisandra ne uspeva dobro v suhi zemlji, zato še posebno pozornost posvečajmo v sušnih poletno – jesenskih mesecih, ki sovpadajo z zorenjem jagod. Pazimo le, da voda ne zastaja, zato v glinastih tleh uredimo tudi dobro drenažo.

## Obiranje in skladiščenje šisandre

Šisandro obiramo že v avgustu in nato septembru. **Jagode lahko uživamo sveže, vendar le-ti niso okusni.** Dnevna doza suhih jagod je omejena na nekaj gramov, zato jih predvsem sušimo. Dnevna merica znaša 2 – 3 čajne žličke suhih plodov. Uporabni niso le plodovi. Na kitajskem uporabljajo vse dele rastline, tudi posušene liste in vejice za pripravo čajev. Suhe jagode uporabljamo za čaj ali svežo porabo. Z zdravilnimi snovmi so bogata predvsem semena, iz katerih pridelujejo tudi hladno stiskano olje.

## Zdravilni učinki šisandre

O zdravilnosti šisandre je narejenih mnogo študij in raziskav. Šisandra zavira rast rakavih celic, zmanjšuje utrujenost, deluje pozitivno na dihala, deluje proti poapnenju žil, vpliva na boljše delovanje jeter, znižuje možnost srčnega infarkta ima številne učinke na umsko in fizično sposobnost telesa, povečuje spolno slo, odpravlja stres, pomaga pri depresiji, zvišuje splošno vitalnost, ter še številne druge pozitivne učinke na človeški organizem.

## Zeleni svet priporoča:

Poskrbite za zdravje iz domačega sadnega vrta in posadite šisandro.

**KLICKNITE TUKAJ** za podrobnejši opis in naročilo šisandre.

\*\*

**KLICKNITE TUKAJ** za ogled sadik sadnega drevja.

**KLICKNITE TUKAJ** za ogled sadik jagodičja.

\*\*

**KLICKNITE TUKAJ** za sadjarsko svetovalne knjige.

**KLICKNITE TUKAJ** za BIO past proti voluharju.

**KLICKNITE TUKAJ** za orodje, ki ga uporabljamo v vrtu in sadovnjaku.

Za več informacij in pomoč pri nakupu nas lahko tudi pokličite na 031 848 038.