

# Tavžentroža na vrtu in v zdravilstvu

Ali vas zanima, kako gojimo tavžentrožo na domačem zeliščnem vrtu? Uspešni boste z vzgojo sadik ali neposredno setvijo na stalno mesto. Cvetoča stebela nabiramo v drugi polovici poletja. Njena zdravilnost je že tisočletja zelo cenjena v ljudskem zdravilstvu, vsestransko pa je uporabna tudi v kulinariki.

**T**avžentroža v naravi najbolje uspeva na sončnih in odcednih peščenih tleh z malo hranili in rahlo kislim pH. Najpogostejše jo najdemo na travnikih, ki niso gnojeni. Večina cvetočih travnikov je v zadnjih desetletjih uničena, ker jih pogosto kosijo in močno gnojijo. Najdemo jo samo na travnikih z ohranjenim naravnim ravnovesjem. Ponekod v Evropi je zaradi tega že zaščitena.

Ali ste vedeli, da je tavžentroža za gojenje na vrtu povsem nezahtevna? Najpogosteje jo gojimo na zeliščnem vrtu, ki je ločen od zelenjavnega in ni prekomerno gnojen. Najbolje je, da raste v skupini, in to v ospredju zeliščnega vrta. Gojimo jo lahko tudi v skalnjaku in slabo založenih peščenih tleh. Razmnožujemo jo tako, da jo sejemo v multiplošče in v maju presadimo na stalno mesto. Drobno seme lahko sejemo tudi na stalno mesto. To naredimo jeseni ali spomladi. Seme je zaradi lažje setve dobro pomešati z mivko. Lahko jo sejemo tudi v kombinaciji s kamilico, tako je drugi pleveli ne prerastejo. Mlade rastline

redno okopavamo, odstranjujemo plevel in po potrebi zalivamo. Med posameznimi rastlinami naj bo 10 centimetrov razdalje, med vrstama pa 20 centimetrov. Če jo sejemo na stalno mesto, je treba paziti, da semena ne pokrivamo z zemljo, ker tavžentroža kali na svetlobi. Tudi v primeru neposredne setve na stalno mesto poskrbimo, da je razdalja med dvema vrstama 20 cm. Zelišče nabiramo v poletnem času, ko cveti. Ali ste vedeli, da iz kolenc delno odrezanih stebel lahko poženejo novi cvetovi? Zato je pomembno, da rastlino odrežemo s škarjami, saj jo sicer zelo hitro izpulimo.

Grenko tavžentrožo uporabljamo pri težavah s prebavo in tekom. Pomaga tudi pri vezavi železa iz hrane, zato jo priporočajo v čajnih mešanica pri slabokrvnosti. Uporabljajo jo tudi pri zdravljenju anoreksije, protina, sladkorne bolezni in pri revmatičnem vnetju sklepov. Krepčilno deluje na prebavila in ledvice. Raziskave so pokazale, da učinkovine tavžentrože delujejo antioksidativno in zavirajo vezavo težkih kovin v telesu. Danes jo uporabljamo



FOTO: ADOBESTOCK

tudi v homeopatskem zdravljenju in sistemu zdravljenja z Bachovimi cvetličnimi esencami. Njena uporaba v kulinariki je vsestranska. V Sloveniji jo največkrat dodajamo čajnim mešanica ali jo namočimo v domače žganje.

Tavžentroža je sestavni del grenkih likerjev in aromatiziranih vin.

## Krepčilno vino iz tavžentrože

Pripravimo ga tako, da v 1,5 litra suhega belega vina dodamo 50 gramov tavžentrože, 40 gramov kamilic, 40 gramov lupine grenke pomaranče in sok dveh pomaranč. Zmes pustimo stati teden ali dva, jo potem precedimo ter spravimo v primerne steklenice. Krepčilo spijemo po potrebi, najboljše pred obrokom.

Davor Špehar, Zeleni svet

## Kako zaščitimo vrt pred divjadjo

Srne na našem vrtu vsako leto povzročijo kar nekaj škode na mladih poganjkih in brstih sadnih rastlin. V preteklosti smo poskusili z mnogimi načini, da bi jih pregnali. Postavili smo utripajoče luči, na katere so se živali navadile, in kmalu ni bilo več učinka. Jeseni smo bili uspešni z eko odganjalcem, ki ima močan vonj. Pripravek odganjanja divjad na osnovi vonja po psu in sivki. Posebne vrečke smo obesili na meji vrta. To bomo ponavljali tudi čez zimo. Na meji vrta ali sadovnjaka lahko obesite tudi človeške lase ali pa veje poškopite z mešanico jajc in vode ali pekočega čilija.



www.zelenisvet.com

Za nasvet pokličite:  
Davor 040 669 449