

JUODASIS SERBENTAS

JUODŲJŲ SERBENTŲ UOGOS - DAUGIASĖKLĖS, SULTINGOS, AROMATINGOS.

ŽYDI BALANDŽIO- GEGUŽĖS, O UOGOS PRISIRPSTA LIEPOS - RUGPJŪČIO MĖNESIAIS.

VISOS AUGALO DALYS PASIŽYMI STIPRIU, JAM BŪDINGU SPECIFINIU KVAPU.

JUODIEJI SERBENTAI YRA LABAI MAISTINGI. JUOSE GAUSU VITAMINO C, E, B GRUPĖS VITAMINŲ, YRA LENGVAI VIRŠKINAMI.

JUODIEJI SERBENTAI MAISTUI VARTOJAMI NUO SENO. VARTOJAMOS ŠVIEŽIOS BEI PERDIRBTOS UOGOS: SULTYS, UOGIENĖS, ŽELĖ, TRINTOS, ŠALDYTOS ARDŽIOVINTOS UOGOS.

ŽIEMĄ IR PAVASARĮ, KAI TRŪKSTA VITAMINŲ, NAUDINGA GERTI JUODŲJŲ SERBENTŲ UOGŲ, LAPŲ ARBATĄ.

ĮDOMU TAI, KAD JUODŲJŲ SERBENTŲ PIGMENTAS NAUDOJAMAS KAIP NATŪRALUS MAISTO IR TEKSTILĖS DAŽIKLIS.





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

RAUDONASIS SERBENTAS

RAUDONASIS SERBENTAS - TAI VIDUTINIO DYDŽIO UOGAKRŪMIS.

AUGALAS ŽYDI GEGUŽĖS, O UOGAS NOKINA LIEPOS - RUGPJŪČIO MĖNESIAIS.

UOGOS YRA APVALIOS, RAUDONOS, SALDŽIARŪGŠTĖS. PRINOKUSIOS UOGOS GALI ILGAI KABOTI ANT KRŪMO ŠAKELIŲ IR JŲ MAISTINĖ VERTĖ NEKINTA.

RAUDONIEJI SERBENTAI YRA PUKUS VITAMINŲ, SKAIDULŲ IR KITŲ VERTINGŲ MEDŽIAGŲ ŠALTINIS. RAUDONIEJI IŠ VISŲ SERBENTŲ RŪŠIŲ YRA RŪGŠČIAUSI.

RAUDONUOSIUS SERBENTUS GALIMA VALGYTI ŠVIEŽIUS, VIRTI UOGIENĘ, ŠALDYTI, GAMINTI MARMELADĄ, KOMPOTĄ, SIRUPĄ. DŽIOVINTOS UOGOS IŠSAUGO ~90 % SAVO NATURALIŲ MAISTINIŲ SAVYBIŲ.





VIŠUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

BALTASIS SERBENTAS

BALTASIS SERBENTAS - TAI DAUGIAMETIS ŠAKOTAS KRŪMAS, GALI UŽAUGTI NET IKI 2,5 METRO. ŽYDI BALANDŽIO - GEGUŽĖS MĖNESIAIS.

VAISIAI SKINAMI LIEPOS VIDURYJE.

UOGOS DIDELĖS, SKANIOS, SU LENGVU RŪGŠČIU POSKONIU.

DAUGELIS BALTŲJŲ SERBENTŲ UOGŲ SUNOKUSIOS LIEKA KABĖTI ANT KRŪMO, NENUKRENTA. VĒLYVŲJŲ VEISLIŲ UOGAS GALIMA VALGYTI IKI PAT ŠALNŲ.

SERBENTŲ UOGOS VALGOMOS ŠVIEŽIOS, ŠALDYTOS, IŠ JŲ VERDAMA UOGIENĖ, KOMPOTAS, GAMINAMAS MARMELADAS, SIRUPAS, ŽELĖ, SULTYS.

LAPUOSE IR PUMPURUOSE SUSITELKUSIŲ ETERINIŲ ALIEJŲ KOMPONENTAI NAUDOJAMI PARFUMERIJOJE. UOGOS, LAPAI IR PUMPURAI DAŽNAI BŪDAVO VARTOJAMI LIAUDIES MEDICINOJE.

BALTŲJŲ SERBENTŲ UOGOS BEI JŲ PRODUKTAI GERINA SKRANDŽIO IR ŽARNYNO VEIKLĄ. ŠIŲ SERBENTŲ UOGOS GAIVINA, MALŠINA TROŠKULĮ, GERINA APETITĄ.





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

AKTINIDIJA

AKTINIDIJA YRA DAUGIAMETIS VIJOKLINIS AUGALAS. JŲ BŪNA IR MOTERIŠKOS, IR VYRIŠKOS GIMINĖS. TODĖL NORINT, KAD ŠIE AUGALAI DERĖTŲ, BŪTINA PASISODINTI IR VIENŲ, IR KITŲ.

AKTINIDIJŲ ŽIEDAI - BALTI, AROMATINGI.

VAISIAI - GELSVAI ŽALSVOS SPALVOS, MĖSINGOS UOGOS SU DAUGYBE SMULKIŲ SĖKLŲ.

AKTINIDIJŲ UOGOS ARBA VAISIAI VADINAMI KIVIAIS DĖL SAVO KIVIUS PRIMENANČIO SKONIO BEI IŠVAIZDOS. JIE GALI SKIRTIS FORMA, DYDŽIU, ODELĖS PLAUKUOTUMU IR SPALVA. PO ODELE PATI VALGOMOJI DALIS TAIP PAT SKIRIASI SPALVA, SULTINGUMU, SKONIU.

AKTINIDIJŲ UOGOS VERTINAMOS DĖL JOSE ESANČIO DIDĖLIO KIEKIO VITAMINO C - SUVALGĘ VOS KELIS VAISIUS, GAUSITE VISĄ PAROS DOZĘ, KAS YRA YPAČ SVARBU ŠALTUOJU METŲ LAIKU.

AKTINIDIJOS GALI BŪTI ŠALDOMOS, DŽIOVINAMOS, IŠ JŲ VERDAMOS UOGIENĖS, DŽEMAI, KOMPOTAI, GAMIŅAMOS SULTYS, SIRUPAI. YPAČ VERTINGOS ŠVIEŽIOS AKTINIDIJOS. TRINTOS SU CUKRUMI IŠSILAIKONET 12 MĖNESIŲ.





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

AGRASTAS

AGRASTAS - DAUGIAMETIS UOGAKRŪMIS.

VAISIUS - UOGA SU KOTELIU, APVALUS ARBA PAILGAS, PLIKAS ARBA PLAUKUOTAS.

PAGAL UOGŲ SPALVĄ AGRASAI SKIRIAMI Į RAUDONUOSIUS, BALTUOSIUS, ŽALIUOSIUS IR GELTONUOSIUS.

AUGALAI SAVIDULKIAI ARBA APDULKINAMI VĖJO IR ĮVAIRIŲ VABZDŽIŲ.

UOGOS NAUDOJAMOS UOGIENĖMS, DESERTAMS, MARMELADUI, SULTIMS GAMINTI, VALGOMOS ŠVIEŽIOS. ILGAM LAIKYMUĮ UOGOS GALI BŪTI ŠALDOMOS, KONSERVOJAMOS, DŽIOVINAMOS ŠALTYJE.

AGRASTŲ UOGOSE YRA: VITAMINO C BEI B GRUPĖS VITAMINŲ, PEKTINŲ, KALIO, CINKO, GELEŽIES. UOGAS GALIMA PELNYTAI PRISKIRTI PRIE "SUPERMAISTO".





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

AVIETĖ

AVIETĖ - ERŠKĖTINIŲ ŠEIMOS DAUGIAMETIS PUSKRŪMIS.

ŽYDI BIRŽELIO - LIEPOS MĖNESIAIS.

UOGOS PRINOKSTA LIEPOS - RUGPJŪČIO MĖNESIAIS.

PRINOKUSIOS UOGOS BŪNA RAUDONOS, GELTONOS, TAMSIOS SPALVOS.

YRA NE VIENA AVIEČIŲ RŪŠIS: ARKTINĖ, GERVUOGINĖ, PURPURINĖ AVIETĖ, KATUOGĖ.

LAUKINĖS AVIETĖS AUGA DRĖGNOSE VIETOSE, KRŪMYNUOSE, PAMIŠKĖSE.

AVIETĖ - VAISTINIS AUGALAS. DŽIOVINTOS UOGOS IR JAUNILAPAI NAUDOJAMI LIAUDIES MEDICINOJE.

AVIETĖS - PUKUS VAISTAS NUO PERŠALIMO, TODĖL SUNEGALAVUS GERIAMA AVIEČIŲ ARBATA. ŠVIEŽIOS UOGOS TURI DAUG VITAMINŲ, GERINA VIRŠKINIMĄ.

AVIETĖS NE TIK PADEDA PALAIKYTI ĮVAIRIAS KŪNO SISTEMAS, GERINA NUOTAIKĄ, BĖT IR YRA PUKUS SMALIŽIŲ PASIRINKIMAS.

LAUKINIŲ KRŪMŲ AVIETĖS AROMATINGESNĖS IR GERIAU IŠSILAIKO SUDŽIŪVUSIOS.





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

ŠILAUOGĖ

SODINĖ ARBA AUKŠTOJI ŠILAUOGĖ YRA KILUSI IŠ ŠIAURĖS AMERIKOS.

LIETUVOS MIŠKUOSE AUGA JŲ „PUSSESERĖS“ - MĖLYNĖS, BRUKNĖS, SPANGUOLĖS IR VAIVORAI.

ŠILAUOGĖS ŽYDI BALTAI GELŠVAIS ŽIEDELIAIS GEGUŽĖS MĖNESĮ.

ŠILAUOGIŲ VEISLĖ KAZPLISZKA YPAČ ATSPARI ŠALČIAM, JI GALI ATLAIKYTI DAUGIAUNEI -30°C.

ŠILAUOGĖS - "JAUNYSTĖS" UOGOS, NES JOSE SUKAUPIAMAS DIDŽIAUSIAS ANTIOKSIDANTŲ KIEKIS.

JAPONIJOJE ŠILAUOGĖS VADINAMOS AKIŲ UOGOMIS, NES JOS GALI APSAUGOTI NUO GLAUKOMOS IR KATARAKTOS.

AMERIKOS KOLONISTAI ŠILAUOGES VIRDAVO PIENE, IŠGAUDAVO NORIMĄ SPALVĄ IR DAŽYDAVO ĮVAIRIAS MEDŽIAGAS.





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

GERVUOGĖ

LOTYNIŠKASIS GERVUOGĖS VARDAS RUBUS REIŠKIA RAUDONAS.

MANOMA, KAD GERVUOGĖS KILĘ IŠ VIDURŽEMIO REGIONO.

ŽYDI GEGUŽĖS- LIEPOS MĖNESIAIS.

PIRMOS UOGOS SUNOKSTA RUGPJŪČIO MĖNESĮ.

GALI UŽAUGTI IKI 2 METRŲ AUKŠČIO IR 5 METRŲ PLOČIO.

GERVUOGES MĖGSTA IRBITĖS- IŠ JŲ NEŠA NEKTARĄ.

GERVUOGĖSE APSTU A, C, E, K, P, PP, B GRUPĖS VITAMINŲ.

ĮSPŪDINGA GERVUOGIŲ RŪŠIS MILŽINAS, UOGA GALI SVERTI IKI 25 G, KRŪMO DERLIUS IKI 35 KG.





VISUOMENĖS APLINKOSAUCIŅIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

VYNUOGĖ

VYNUOGĖS ŽEMĖJE AUGA JAU 65 MILIJONUS METŲ.
ŠIUO METU YRA ŽINOMA NET 8000 VYNUOGIŲ
VEISLIŲ.

IŠ VYNUOGIŲ YRA SPAUŽIAMOS SULTYS, VERDAMA
UOGIENĖ, SUDŽIOVINUS VYNUOGES GAUNAMOS
VISŲ TAIP MĖGSTAMOS RAZINOS.

KAI KURIOSE EUROPOS ŠALYSE YRA TRADICIJA
PASKUTINĘ METŲ DIENĄ SUVALGYTI 12 VYNUOGIŲ IR
SUGALVOTI 12 NORŲ. GERIAUSIA SUVALGYTI ŠIAS
VYNUOGES, LAIKRODŽIUI MUŠANT 12 VALANDĄ.
TIKIMA, KAD TADA NORAI IŠSIPILDYS!





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

SEDULA

TAI AUGALAS, KURIS DAŽNAI BŪNA MAŽO MEDŽIO AR KRŪMO FORMOS. DAUGUMOS RŪŠIŲ LAPAI PRIEŠINIAI. ŽIEDAI SUDARYTI IŠ KETURIŲ VAINIKLAPIŲ, DAŽNIAUSIAI BALTI, GELTONI, RAUSVI. VAISIUS - KAULAVAISIS SU VIENA AR DVIEM SĖKLOMIS. DIDELĖ DALIS SEDULOS GENTIES AUGALŲ AUGINAMI KAIP DEKORATYVINIAI.

SEDULA GALI UŽAUGTI NUO 3 IKI 10 METRŲ AUKŠČIO. ŠIUO METU YRA ŽINOMA IKI 50 SEDULOS RŪŠIŲ.

GELTONŽIEDĖ SEDULA YRA VIDUTINIO ARBA STAMBAUS DYDŽIO LAPUOTIS KRŪMAS ARBA NEDIDELIS MEDIS, UŽAUGANTIS IKI 5-12 M AUKŠČIO, SU TAMSIAI RUDOMIS ŠAKOMIS IR ŽALSVOMIS ŠAKELĖMIS. PRAŽIŠTA ANKSTYVĄ PAVASARĮ, GEROKAI PRIEŠ PASIRODANT LAPAMS. VAISIUS - PAILGAS RAUDONAS KAULAVAISIS. NAUDINGOS NE TIK GELTONŽIEDĖS SEDULOS UOGOS, BET IR LAPAI, KURIUOSE YRA VITAMINŲ E IR C. UOGOS NAUDOJAMOS SULTIMS, SIRUPAMS AR UOGIENĖMS GAMINTI.

GELTONŽIEDĖS SEDULOS YRA KRYŽMADULKIAI AUGALAI IR GERAI DERA TIK AUGDAMOS GRUPĖSE NETOLI VIENA KITOS.





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

SVARAINIS

SVARAINIAI YRA LAIKOMI LIETUVIŠKOMIS CUKINIJOMIS.

REGISTRUOTAS DIDŽIAUSIAS PASAULYJE SVARAINIS SVĖRĖ 2.34 KG, JO ILGIS BUVO 21.5 CM, APIMTIS - 68 CM.

VIDURAMŽIAIS SVARAINIS BUVO LAIKOMAS MONARCHŲ IR ARSITOKRATŲ MAISTU, KAIP DIDYBĖS ŽENKLAS.

SVARAINIAI YRA LAIKOMI VIENAIŠ SENIAUSIŲ VAISINIŲ KULTŪRŲ, KURIAŲ ŽMONĖS PRADĖJO AUGINTI MAŽDAUG PRIEŠ 4 TŪKSTANČIUS METŲ.

PRINOKUSIAME SVARAINYJE DEŠIMTADALĮ JO SUDARO CUKRUS.

TARP VIDURŽEMIO JŪROS REGIONO GYVENTOJŲ SVARAINIAI SIMBOLIZAVO MEILĘ IR VAISINGUMĄ.





VISUOMENĖS APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“

SAUSMEDIS

MANOMA, KAD SAUSMEDIS ATSIKADO KINIJOJE, O VĖLIAU BUVO ATVEŽTAS Į EUROPAŲ IR ŠIAURĖS AMERIKAŲ.

KINIJOJE ŠIOS UOGOS DAŽNIAUSIAI NAUDOJAMOS PERŠALIMO LIGOMS IR GRIPUI GYDYTI.

VALGOMASIS SAUSMEDIS YRA ILGAAMŽIS KRŪMAS, AUGANTIS 30-40 METŲ.

JIE YPAČ ATSPARŪS ŠALČIAMS, ATLAIKO IKI - 45°C TEMPERATŪRĄ.

SAUSMEDŽIO UOGAS GALIMA NAUDOTI KAIP NATŪRALŲ SALDIKLĮ VIETOJ CUKRAUS AR MEDAUS.

MINIMALUS CUKRUS UOGOSE TURI BŪTI 12 %, O NAUJŲ VEISLIŲ UOGOSE DAŽNAI BŪNA 13-14 %, TUOMET JOS YRA TIKRAI GARDŽIOS.





VISUOMENES APLINKOSAUGINIO ŠVIETIMO PROJEKTAS
„GAMTOS PAŽINIMO LINK – AŠ IR TU VAISKRŪMIUS AUGINAME IR TYRINĖJAME KARTU“