

Kerti ruta-Ruta graveolens csávázatlan

Ajánlás: gyógynövény

Csávázás: csávázatlan

Életciklus: 5-7 év

Norma: 3-5 kg

Státusz: Rendelhető

Vetésidő: tavasz-ősz

A kerti ruta (*Ruta graveolens*) egy évelő, félcserje jellegű gyógynövény, amely a Balkán-félszigetről származik, de hazánkban is gyakran termesztik dísz- és gyógynövényként. Szürkészöld, szárnyasan szeldelt levelei és apró, sárga virágai miatt dekoratív megjelenésű.

Termesztése

- **Talaj és helyigény:** A kerti ruta napos vagy félsárnyékos helyet, valamint jó vízáteresztő képességű, tápanyagban gazdag talajt igényel. Szárazságtűrő képessége jó, de a pangó vizet nem tolerálja.
- **Szaporítás:** Magvetéssel vagy palántázással szaporítható. A magokat tavasszal vetik szabadföldre vagy palántanevelő ágyásba, majd a palántákat május végén ültetik ki végleges helyükre. A növényeket 40-50 cm-es sortávolságra ültetik.
- **Gondozás:** Tavasszal ajánlott a bokor ágait 15-20 cm-re visszavágni a dúsabb növekedés érdekében. A növény nem igényel különösebb gondozást, de a gyommentesítés és a talaj lazítása javasolt.

Felhasználása

- **Gyógyászat:** A kerti ruta levelei és hajtásai illóolajokat, flavonoidokat és alkaloidokat tartalmaznak. Hagyományosan görcsoldó, emésztést segítő és féreghajtó hatásai miatt alkalmazzák. Külsőleg reumás és ízületi fájdalmak kezelésére használják olaj vagy tinktúra formájában. Fontos azonban az előírt adagolás betartása, mivel túlzott mennyiségben mérgező lehet.
- **Konyha:** Erős, kesernyés íze miatt fűszerként csak kis mennyiségben használják, például halételekhez vagy tojásos fogásokhoz. Azonban a levelek érintése bőrirritációt okozhat, ezért óvatosan kell bánni vele.
- **Dísznövény:** Dekoratív megjelenése miatt gyakran ültetik kertekbe, utak szegélyezésére

vagy más évelő fűszernövényekkel együtt.

- A kerti ruta termesztése és felhasználása során mindig legyünk körültekintőek, mivel helytelen alkalmazása egészségügyi problémákat okozhat.



P R I M A G

— 1991 —