

Written by elit74

Tuesday, 23 October 2012 12:33 - Last Updated Thursday, 17 January 2013 02:22



Written by elit74

Tuesday, 23 October 2012 12:33 - Last Updated Thursday, 17 January 2013 02:22



Цени на фиданки Годжи Бери:

- Двугодишен храст - 7,00 лв.
- Тригодишен храст - 10,00 лв.

Годжи Бери Goji berry, Лиций, Мерджан, Лициум, (Lycium Barbarum, Lycium Chinense, Wolfberry) - азиатско растение от семейство Solanaceae. Годжи бери е родственик на картофа, домата, които принадлежат към семейство картофови. Поради изключителните си лечебни и хранителни стойности, богатия червено-оранжев цвят и приятния плътен вкус, китайският, монголският и тибетският народ са отглеждали растение преди около 5 хиляди години. За да се запази плода, той се изсушава до консистенция, близка до тази на стафидата.

Разстояние на засаждане: При промишлено отглеждане **2-2.5 м** между редовете и **1.5-1.80 м**

между растенията вътре в реда, и

1.5 м

между редовете,

1 м

вътре в реда за домашни градинки или по-малки насаждения, при които

обработването ще бъде ръчно.

Goji berry е Добре разклонен храст, който има многобройни тънки, изправени леторасти, достигащ височина и ширина до 2,5-3 метра.

ИЗКЛЮЧИТЕЛНО СТУДОУСТОЙЧИВО РАСТЕНИЕ ! Може да се отглежда на **над 1 000-1 200 метра**

надморска височина! Непретенциозно растение, което с успех може да се

отглежда на всякакъв вид почви

-от

глинести

до

песакливи

и

бедни

, на почви с

алкална

и

кисела реакция

!

Най-добре се развива на слънчеви места защитени от силните ветрове. Не понася силните засушавания и прекомерното преовлажняване.

Цветовете са бледо лилави с дълги дръжчици, красиви, появяващи се в пазвите на листата по един или няколко. Цъвтежът е през юли и август-продължителен.

Листата са тясно елиптични, сивозелени.

Плод - Оранжево-червен, дребен. Познато е като храната на столетниците, използва като виагра, активно бори раковите клетки и целулитата, преждевременното стареене на кожата и редица сериозни заболявания. Регулира и подобрява работата на имунната система. Плодовете на Годжи Бери активно участва при борба с диабета, хипертонията, алергичните реакции и астмата. Консумирайте goji berry ако се чувствате уморени или отпаднали, имате болка в очите или зрението Ви изневерява.... Лиций пречиства организма от токсични вещества. Годжи Бери е полезна билка за черния дроб, бъбреците, очите, подсилва организма, дава енергия.

Плодовете на Годжи бери съдържат редица жизненоважни микроелементи – фосфор, цинк, калций, желязо, мед, калий, магнезий, натрий и селен, витамини B1, B2, B6, A, E, C. Според последните проучвания, количествата витамин С в лиция са приблизително 500 пъти повече от тези в Цитрусите. Смята се, че това е плодът с най-високи съдържания на витамин С сред всички познати до момента.

Известно е още като "Плодова Виагра", "Търсач на Удоволствия", "Скульптор на Целулитата", "Императорското плодче"

Растението Годжи бери се отглежда много лесно. Растат във всякакъв вид почва (даже и най-бедната). Доста са сухоустойчиви и издържат на сянка, въпреки че на слънце плододават по-обилно. Растенията започват да плододават на втората година след засаждането, а около четвъртата встъпват в пълно плододаване. Цветовете се появяват рано през лятото, а плодовете се берат до падането на сланите.

Годжи бери се използва освен за добив на плодове и за жив плет и декорация в цветната градина.

Годжи бери може да се консумира директно или след накисване в хладка вода за

около 10 минути.Препоръчителната дневна доза на тибетския плод 20-30 грама дневно,преди хранене. Може да се приготви и запарка като 2 супени лъжици лиций се сваряват в 0,5 литра вода.

В китайската медицина ГОДЖИ БЕРИ се използва при:

- Главоболие
- Високо кръвно налягане
- Импотентност,полово безсилие
- Диабет
- Ракови болести
- Преждевременно остаряване
- Недостиг на енергия и кръв
- Слабо зрение и очни заболявания
- Умора,отпадналост
- Висок холестерол в кръвта
- Шум в ушите
- Хроничен хепатит
- Анемия
- Безсъние
- Слаба имунна система
- Бъбречна недостатъчност
- Фригидност,стерилитет
- Сперматорея
- Остеопороза
- Атеросклероза
- Болки в кръста и коленете и др.

Основни елементи съдържащи се в Goji Berry:

Полизахариди – изпълняват редица функции,сред които подобряване структурата на чревния епител,повишаване усвояването на минерали,регулиране нивото на глюкоза в кръвта,понижаване нивото на рН,като по този начин се редуцира риска от рак на дебелото черво,стимулиране дейността на имунната система. Полизахаридите също така имат антиоксидантни свойства и антиейджинг ефект;

Бетакаротин – каротиноид,съдържащ се в храни с оранжево-червен цвят като тиква,моркови,сьомга и годжи бери. Бетакаротинът е основен елемент в синтеза на мастнорастворимия витамин А,който има отношение към нормалното развитие на организма,доброто зрение,клетъчната структура,здравето на костите,зъбите и кожата;

Зеаксантин – каротиноид,който има централно значение като пигмент в ретината;

Витамин С – годжи бери има високо съдържание на витамин С (20 милиграма на 100 грама) – същото съдържание като при портокалите;

Селен – има изявено антиоксидантно действие,а съдържанието му в годжи бери е

равно на необходимия дневен прием;

Желязо – желязото участва в много метаболитни процеси,но преди всичко е незаменим градивен елемент на хемоглобина. Недостигът на желязо в организма води до появата на желязодефицитна анемия. Смята се,че годжи бери е сред растенията с най-високо съдържание на желязо;

Цинк – годжи бери може да бъде източник на 20% от необходимата дневна доза цинк,който от своя страна участва в синтеза на протеини,ДНК и на повече от 100 ензима. Той е ключов фактор в редица основни клетъчни функции;

Калций – основен градивен материал на зъбите и костите,елемент с многобройни функции,важен за сърдечната дейност,невропроводимостта и респективно мускулната дейност,хормоналната и ензимна обмяна,както и за преноса на вещества през клетъчните мембрани. Годжи бери съдържа между 8-10% от препоръчителната дневна доза калций;

Калий – освен,че е електролит и ензимен ко-фактор,калий,използван като заместител на натрия в хранителния ни режим,може трайно да понижи високото кръвно налягане.

Този текст е защитен с авторски права,при използването му посочете източника:(Овощен разсадник "ЕЛИТ"- www.razsadnik-elit.com)