



SAFLAX®



DE-ÖKO-039
EU- / Nicht-EU-Landwirtschaft

Tips



About © : Contact SAFLAX -

Beta vulgaris



..... Български BG 2



..... Dansk DK 2



..... Deutsch DE 2



..... English UK 2



..... Eesti EE 3



..... Suomalainen FI 3



..... Français FR 3



..... Ελληνική GR 3



..... Gaeilge IE 4



..... íslenskur IS 4



..... Italiano IT 4



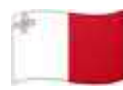
..... Hrvatski HR 4



..... Latviešu LV 5



..... Lietuvių kalba LT 5



..... Malti MT 5



..... Nederlands NL 5



..... Norsk NO 6



..... Polski PL 6



..... Português PT 6



..... Românesc RO 6



..... Svenska SE 7



..... Slovensky SK 7



..... Slovenski SI 7



..... Español ES 7



..... Český CZ 8



..... Türkçe TR 8



..... Magyar HU 8



..... 日本語 JP 9



БИО - Цвекло - Киоджа

Beta vulgaris

Традиционно италианско цвекло с атрактивни надписи

Chioggia е традиционно италианско цвекло с розова кора и привлекателна плът с бели/червени пръстени. Бяло-червените им пръстени отворят са хубав контраст с иначе обичайното наситено червено оцветяване. При готвене обаче червените и белите ивици се засичат една в друга. Цвеклото е с ниско съдържание на калории, универсално, лесно за обработка и съдържа високо съдържание на фолиева киселина, калий, витамин В и желязо. Цвеклото има най-добър сладък/пикантен аромат, когато е събрано младо. Следователно напълно порасналата ряпа трябва да се яде, когато е с диаметър не повече от 6 сантиметра. Цвеклото може да се измие, обели и настърже за сурови салати. Не само груката, но и младата зеленина е подходяща за консумация във варена форма. Може да се приготвя на пара или да се използва суров в смесени салати или да се готви като спанак. За да сготвите цвеклото, усучете или отрежете листата на около 5 сантиметра. След това зеленчуците се варят с кората за около 40 минути. Като алтернатива можете също да ги изпечете във фолио във фурната при 150 ° по Целзий за 2 или 3 часа. **Естествено местоположение:** Първоначално цвеклото идва от крайбрежните райони на Средиземно море. Днес обаче той е роден в цяла Централна Европа. **Успешно отглеждане:** Цвеклото може да се сее през пролетта от средата на април до началото на юни. За да покълнат по-бързо твърдите семена, трябва да ги наkisнете в стайна топла вода за една нощ преди сеитба. Разхлабете почвата възможно най-fino, нанесете малко компост и направете бразда за семена с дълбочина около 2 сантиметра, в която посейте семената на около 25 сантиметра едно от друго и ги покрийте с пръст. Можете също така да култивирате предварително цвекло в саксии на закрито, така че да може да бъде събрано по-рано. Сеитбата се извършва през март. Поставете саксията за отглеждане на светло и топло място с 20 до 25° по Целзий и поддържайте субстрата за отглеждане влажен, но не мокър. Поникването обикновено става след три до пет седмици. Когато кълновете се появят през април, можете да засадите цвеклото. **Най-доброто местоположение:** Изберете слънчево, защитено място. **Оптимална грижа:** Цвеклото расте почти навсякъде и е доста невзискателно. Поливайте постоянно, така че дълбоко достигащите корени също да получат вода. Трябва обаче да избягвате преовлажняване. От началото на образуването на грудки обаче трябва да добавяте разреден тор от оман или коприва към водата за напояване на всеки две до три седмици или да поддържате растението с органичен зеленчуков тор. **През зимата:** Преди замръзване трябва да извадите останалите грудки от земята. Те могат да се съхраняват дълго време в кутии, пълни с пясък. Лехите ще бъдат прясно засети следващата пролет.



BIO - Rødbeder - Chioggia

Beta vulgaris

Traditionel italiensk rødbeder med attraktive markeringer

Chioggia er en traditionel italiensk rødbede med et lyserødt skind og et smukt hvidt/rødt kød. Deres hvid-røde ringe indeni er en flot kontrast til den ellers sædvanlige dybe røde farve. Ved madlavning løber de røde og hvide striber dog ind i hinanden. Rødbeder er lavt i kalorier, alsidige, nemme at forarbejde og indeholder en høj andel af folinsyre, kalium, vitamin B og jern. Rødbederne har den bedste søde/krydrede aroma, når de høstes unge. Fuldvoksne majroer bør derfor spises, når de ikke er mere end 6 centimeter i diameter. Rødbeder kan vaskes, skrælles og rives til råsalater. Ikke kun knolden, men også den unge grønne er velegnet til indtagelse i kogt form. Den kan dampes eller bruges rå i blandede salater, eller koges som spinat. For at koge rødbeden skal du sno eller skære bladene ned til cirka 5 centimeter. Herefter koges grøntsagerne med skindet på i cirka 40 minutter. Alternativt kan du også bage dem i folie i ovnen ved 150° Celsius i 2 eller 3 timer. **Naturlig beliggenhed:** Oprindeligt kommer rødbeden fra kystområderne i Middelhavet. I dag er den dog hjemmehørende i hele Centraleuropa. **Succesfuld dyrkning:** Rødbeder kan sås om foråret fra midten af april til begyndelsen af juni. For at de hårde frø skal spire hurtigere, bør du lægge dem i blød i stuevarmt vand natten over inden såning. Løsn jorden så fint som muligt, arbejd lidt kompost i og lav en frøfur på cirka 2 centimeter dyb, hvori du sår frøene med cirka 25 centimeters mellemrum og dækker med jord. Du kan også forkultivere roer i potter indendørs, så de kan høstes tidligere. Såning finder sted i marts. Placer vækstpotten et lyst og varmt sted med 20 til 25° Celsius og hold vækstsubstratet fugtigt, men ikke vådt. Spiring sker normalt efter tre til fem uger. Når spirene kommer frem i april, kan du plante rødbeden ud. **Den bedste beliggenhed:** Vælg et solrigt, beskyttet sted. **Optimal pleje:** Rødbeder vokser næsten overalt og er ret krævende. Vand konstant, så de dybtgående rødder også får vand. Du bør dog undgå vandfyldning. Fra begyndelsen af knolddannelsen bør du dog tilsætte fortyndet vallør- eller brændenældegødning til vandingsvandet hver anden til tredje uge eller støtte planten med en organisk vegetabilsk gødning. **Om vinteren:** Før frosten skal du få eventuelle resterende knolde op af jorden. De kan opbevares i lang tid i kasser fyldt med sand. Bedene bliver så nysået næste forår.



BIO - Rote Beete - Chioggia

Beta vulgaris

Traditionelle italienische Rote Beete mit attraktiver Zeichnung

Chioggia ist eine traditionelle italienische Rote Beete mit einer rosafarbenen Haut und attraktiv weiß / rot geringeltem Fleisch. Ihre weiß - roten Ringe im Innern sind ein hübscher Kontrast zu der sonst üblichen tiefroten Färbung. Beim Kochen verlaufen die roten und weißen Streifen allerdings ineinander. Rote Beete sind kalorienarm, vielseitig verwendbar, einfach zu verarbeiten und enthalten einen hohen Anteil an Folsäure, Kalium, Vitamin B und Eisen. Das beste süß / würzige Aroma besitzt die Beete, wenn sie jung geerntet wird. Ausgewachsene Rüben sollten daher bei maximal 6 Zentimetern Durchmesser verzehrt werden. Rote Beete kann gewaschen, geschält und für Rohkostsalate gerieben werden. Nicht nur die Knolle, sondern in gekochter Form ist auch das junge Grün zum Verzehr geeignet. Es kann gedünstet oder roh in gemischten Salaten verwendet oder wie Spinat gekocht werden. Zum Kochen der Roten Beete drehen oder schneiden Sie die Blätter auf circa 5 Zentimeter herunter. Dann wird das Gemüse für etwa 40 Minuten mit der Schale gekocht. Alternativ können Sie sie auch im Ofen bei 150 ° Celsius für 2 oder 3 Stunden in Folie ausbacken. **Naturstandort:** Ursprünglich stammt die Rote Beete von den Küstengebieten des Mittelmeeres. Heute ist sie jedoch in ganz Mitteleuropa heimisch. **Anzucht:** Die Aussaat der Roten Beete kann im Frühjahr ab Mitte April bis Anfang Juni erfolgen. Damit die harten Samen schneller keimen, sollten Sie sie vor der Aussaat über Nacht in raumwarmem Wasser einweichen. Lockern Sie den Boden möglichst feinkrümig auf, arbeiten Sie etwas Kompost ein und ziehen Sie eine etwa 2 Zentimeter tiefe Saatrille, in die Sie die Samen im Abstand von circa 25 Zentimetern ausbringen und mit Erde bedecken. Sie können Rote Beete auch im Topf im Haus vorkultivieren, damit sie früher geerntet werden können. Die Aussaat erfolgt dann bereits im März. Stellen Sie das Anzuchtgefäß an einen hellen und warmen Ort mit 20 bis 25° Celsius und halten Sie das Anzuchtsubstrat feucht, aber nicht nass. Die Keimung erfolgt zumeist nach drei bis fünf Wochen. Wenn die Sprösslinge im April erscheinen, können Sie die Rote Beete auspflanzen. Allerdings benötigen die Pflanzen dann noch einen Frostschutz. **Standort:** Wählen Sie einen sonnigen, windgeschützten Standort. **Pflege:** Rote Beete wächst fast überall und ist recht anspruchslos. Wässern Sie konstant, damit auch die tief reichenden Wurzeln Wasser bekommen. Staunässe sollten Sie allerdings vermeiden. Ab Beginn der Knollenbildung sollten Sie aber alle zwei bis drei Wochen verdünnte Beinwell- oder Brennnesselsalbe ins Gießwasser geben oder die Pflanze mit einem BIO-Gemüsedünger unterstützen. **Im Winter:** Vor dem Frost sollten Sie alle verbliebenen Knollen aus dem Boden holen. Sie können in mit Sand gefüllten Kisten noch lange gelagert werden. Im kommenden Frühjahr wird die Beete dann frisch ausgesät.



Organic - Beetroot - Chioggia

Beta vulgaris

Traditional Italian Beetroot with attractive markings

Chioggia is a traditional Italian Beetroot with a pinkish skin and appealing white and red ringed fruit flesh. The white-red rings of the inside make a nice contrast to the usually deep-red colouring, although the rings will fade during cooking. Beetroot is low in calories, very versatile and easy to prepare, and contains high amounts of folic acid, potassium, vitamin B and iron. Beetroot has the sweetest or most aromatic flavour when the fruits are harvested while still young. Grown Beetroots should therefore only be eaten when the size is not more than 6 cm in diameter. Beetroot can be washed, peeled and grated as ingredient for raw vegetable salad. Not only the tuber, but also the young green parts are edible when cooked. They can be steamed, cooked like spinach or used raw in mixed salads. For cooking: cut the leaves back to 5 cm and boil the whole vegetable in its skin for about 40 minutes. As another option, you can also bake the Beetroot in tin foil in an oven for about 2 to 3 hours at 150° Celsius. **Natural location:** Beetroot originated in the coastal areas of the Mediterranean. Today it can be found everywhere in Central Europe. **Successful cultivation:** Sowing can be done in spring from mid April until beginning of June. To stimulate germination you should soak the seeds in lukewarm water overnight. Break up the soil properly, mix it with some compost and prepare a seed furrow around 2 cm deep. Place the seeds approximately 25 cm apart from each other inside the seed furrow and cover them with earth. You may as well start propagation in a pot indoors, if you aim for an early harvest of the Beetroot. In that case, sowing takes place already in March. Place the seed container somewhere bright and warm with a temperature between 20° and 25° Celsius and keep the substrate moist, but not wet. The germination usually takes place after three to five weeks. After the seedlings come up in April you can plant your Beetroot out, but it will still need some frost-protection. **The best location:** Pick a sunny and wind-sheltered place for cultivation. **Optimal care:** Beetroot is relatively undemanding and can grow almost everywhere. Water the plant properly to make sure that its deep reaching roots will get enough water, but avoid water-logging. With the beginning of the tuber formation you should add thinned comfrey or nettle will to the irrigation water, or you provide the plant with some organic vegetable fertilizer. **In the winter:** Before the frost you should dig up all remaining tubers. They can still be stored in boxes filled with sand for a long time to come. You can sow the Beetroot during next spring again.



ORGAANILINE - punapeet - Chioggia

Beta vulgaris

Traditsiooniline Itaalia punapeet atraktiivsete märgistega

Chioggia on traditsiooniline Itaalia punapeet, millel on roosa koor ja atraktiivne valge/punase rõngaga viljaliha. Nende valge-punased rõngad sees on kena kontrast muidu tavalisele sügavpunasele värvusele. Süüa tehes jooksevad aga punased ja valged triibud omavahel kokku. Peet on madala kalorsusega, mitmekülgne, kergesti töödeldav ning sisaldab suures koguses foolhapet, kaaliumi, B-vitamiini ja rauda. Peedil on parim magus/vürtsikas aroom, kui see on noorelt koristatud. Seetõttu tuleks täiskasvanud kaalikast süüa, kui nende läbimõõt ei ületa 6 sentimeetrit. Toorsalatite jaoks võib peeti pesta, koorida ja riivida. Mitte ainult mugul, vaid ka noor roheline sobib tarbimiseks keedetud kujul. Seda saab aurutada või kasutada toorelt segasalatites või küpsetada nagu spinatit. Peedi keetmiseks keerake või lõigake lehed alla umbes 5 sentimeetrit. Seejärel küpsetatakse kõõvililju koorega umbes 40 minutit. Teise võimalusena võite neid ka fooliumis küpsetada ahjus temperatuuril 150 °C 2 või 3 tundi. **Looduslik asukoht:** Algselt pärineb punapeet Vahemere rannikualadelt. Tänapäeval on see aga levinud kogu Kesk-Euroopas. **Edukas kasvatamine:** Peeti võib külvata kevadel aprilli keskpaigast juuni alguseni. Et kõvad seemned kiiremini idaneks, tuleks neid enne külvi üle öö toasoojas vees leotada. Kobestage muld võimalikult peeneks, töötage komposti sisse ja looge umbes 2 sentimeetri sügavune seemnevagu, millesse külvate seemned umbes 25 sentimeetri kaugusele ja katate mullaga. Võite peeti ka siseruumides pottides eelkultiveerida, et neid saaks varem koristada. Külv toimub märtsis. Asetage kasvupott valgusküllasesse ja sooja kohta, mille temperatuur on 20–25 °C, ning hoidke kasvusubstraati niiskena, kuid mitte märjana. Idanemine toimub tavaliselt kolme kuni viie nädala pärast. Kui aprillis tärkavad võrsed, võite peedi välja istutada. **Parim asukoht:** Valige päikeseline ja varjatud koht. **Optimaalne hooldus:** Punapeet kasvab peaaegu kõikjal ja on üsna vähenõudlik. Kasta pidevalt, et ka sügavale ulatuvad juured vett saaksid. Siiski peaksite vältima vettimist. Mugulate moodustumise algusest peale tuleks aga iga kahe-kolme nädala tagant kastmisvette lisada lahjendatud hariliku või nõgesesõnnikut või toetada taime orgaanilise kõõviljaväetisega. **Talvel:** Enne külma tuleks kõik allesjäänud mugulad maapinnast välja tuua. Liivaga täidetud kastides säilivad need pikka aega. Peenrad külvatakse siis värselt järgmisel kevadel.



LUOMU - Punajuuri - Chioggia

Beta vulgaris

Perinteinen italialainen punajuuri houkuttelevilla merkeillä

Chioggia on perinteinen italialainen punajuuri, jolla on vaaleanpunainen kuori ja viehättävä valkoinen punainen rengasliha. Niiden valko-punaiset renkaat sisällä ovat mukava kontrasti muuten tavalliselle syväpunaiselle värykselle. Kypsennyksen aikana punaiset ja valkoiset raidat kuitenkin törmäävät toisiinsa. Punajuuret ovat vähäkalorisia, monipuolisia, helppoja käsitellä ja sisältävät runsaasti foolihappoa, kaliumia, B-vitamiinia ja rautaa. Punajuurilla on paras makea/mausteinen aromi, kun ne korjataan nuorena. Täysikasvuiset naurit tulisi siksi syödä, kun niiden halkaisija on enintään 6 senttimetriä. Punajuuret voidaan pestä, kuoria ja raastaa raakalaattia varten. Ei vain mukula, vaan myös nuori vihreä soveltuu kulutukseen keitettyinä. Se voidaan höyryttää tai käyttää raakana sekalaateissa tai keittää kuten pinaatti. Kypsennä punajuurta kiertämällä tai leikkaamalla lehdet noin 5 senttimetrin pituisiksi. Sitten vihanneksia kypsennetään kuorineen noin 40 minuuttia. Vaihtoehtoisesti voit myös paistaa niitä foliossa uunissa 150 asteessa 2 tai 3 tuntia. **Luonnollinen sijainti:** Alun perin punajuuri on peräisin Välimeren rannikkoalueilta. Nykyään se on kuitenkin kotoisin koko Kesk-Euroopasta. **Onnistunut viljely:** Punajuurta voidaan kylvää keväällä huhtikuun puolivälistä kesäkuun alkuun. Jotta kovat siemenet itävät nopeammin, liota niitä huoneenlämpöisessä vedessä yön yli ennen kylvöä. Löysää maaperää mahdollisimman hienoksi, työstä kompostiin ja luo noin 2 senttimetriä syvä kylvöväko, johon kylvät siemenet noin 25 senttimetrin etäisyydelle toistaan ja peität mullalla. Voit myös esiviljellä punajuuria ruukuissa sisätiloissa, jotta ne voidaan korjata aikaisemmin. Kylvö tapahtuu maaliskuussa. Aseta kasvatusruukku valoisaan ja lämpimään paikkaan, jonka lämpötila on 20–25 °C, ja pidä kasvualustaa kosteana, mutta ei märkänä. Itäminen tapahtuu yleensä kolmen tai viiden viikon kuluttua. Kun itut ilmestyvät huhtikuussa, voit istuttaa punajuuren pois. **Paras sijainti:** Valitse aurinkoinen, suojainen paikka. **Optimaalinen hoito:** Punajuuri kasvaa lähes kaikkialla ja on melko vaatimaton. Kastele jatkuvasti, jotta myös syväle ulottuvat juuret saavat vettä. Veden kerääntymistä kannattaa kuitenkin välttää. Mukuloiden muodostumisen alusta lähtien kasteluvetene tulee kuitenkin lisätä laimennettua raunioyrtti- tai nokkoslanttaa kahden tai kolmen viikon välein tai tukea kasvua luomukasvilannoitteella. **Talvella:** Ennen pakkasia on poistettava kaikki jäljellä olevat mukulat maasta. Niitä voidaan säilyttää pitkään hiekalla täytetyissä laatikoissa. Penkit kylvetään sitten vasta ensi keväänä.



BIO - Betterave - De Chioggia

Beta vulgaris

Betterave italienne traditionnelle avec un dessin attractif

La chioggia est une betterave italienne traditionnelle avec une peau rose et une chair rayée blanche/rouge attractive. Ses anneaux blancs/rouges à l'intérieur présentent un beau contraste avec sa coloration rouge foncée habituelle. Cependant, les bandes rouges et blanches coulent l'une dans l'autre pendant la cuisson. Les betteraves sont hypocaloriques, polyvalentes, faciles à traiter et contiennent une quantité importante d'acide folique, de potassium, de vitamine B et de fer. La betterave a le meilleur arôme doux/épicié lorsqu'elle est jeune au moment de la récolte. Les betteraves mûres doivent donc être consommées lorsqu'elles ont un diamètre de 6 cm au plus. La betterave peut être lavée, pelée et râpée pour les salades de crudités. En plus des bulbes, la jeune verdure cuite est aussi comestible. Elle peut être utilisée crue ou étuvée dans les salades mixtes, ou cuite comme l'épinard. Pour cuire la betterave, tournez ou coupez les feuilles d'environ 5 cm vers le bas. Ensuite, le légume est cuit avec la peau pendant environ 40 minutes. Vous pouvez aussi cuire la betterave au four à 150 °C dans du film pendant 2 ou 3 heures. **Emplacement naturel:** La betterave provient des zones côtières de la Méditerranée. Cependant, elle se trouve désormais dans toute l'Europe centrale. **Culture réussie:** L'ensemencement de la betterave peut avoir lieu en printemps de mi-avril jusqu'à début juin. Avant l'ensemencement, vous devez tremper les graines dans de l'eau à température ambiante et les laisser la nuit pour que les graines dures germent plus rapidement. Mettez des trous les plus fins possibles dans la terre, incorporez un peu de compost et creuser un sillon de semis d'environ deux centimètres de profondeur dans lequel vous mettez les graines séparées d'environ 25 centimètres et recouvrez le sillon avec de la terre. Vous pouvez aussi préculter deux betteraves en pots à la maison pour qu'elles puissent être récoltées plus tôt. L'ensemencement a lieu en mars dans ce cas. Mettez le récipient dans un endroit lumineux et chaud à 20 à 25 °C et gardez le substrat humide mais pas mouillé. En général, la germination a lieu après trois à cinq semaines. Si les pousses apparaissent en avril, vous pouvez repiquer la betterave. Cependant, les plantes ont encore besoin d'une protection antigel pendant cette période. **Le meilleur emplacement:** Choisissez un emplacement ensoleillé et protégé du vent. **Soins optimaux:** La betterave croît presque partout et est très peu exigeante. Arrosez-la constamment pour que les racines profondes reçoivent de l'eau aussi. Cependant, vous devez éviter l'eau stagnante. Vous devez mettre du purin de consoude ou d'ortie dilué dans l'eau d'arrosage ou soutenir la plante avec un engrais potager BIO toutes les deux à trois semaines. **En hiver:** Vous devez extraire tous les tubercules restants du sol avant le gel. Ils peuvent être stockés dans des boîtes remplies de sable pendant de longues périodes. La betterave est ensuite fraîchement semée le printemps suivant.



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ - Παντζάρια - Chioggia

Beta vulgaris

Παραδοσιακό ιταλικό παντζάρι με ελκυστικά σημάδια

Το Chioggia είναι ένα παραδοσιακό ιταλικό παντζάρι με ροζ φλούδα και ελκυστική λευκή/κόκκινη σάρκα. Τα λευκά-κόκκινα δαχτυλίδια τους στο εσωτερικό είναι μια ωραία αντίθεση με τον κατά τα άλλα συνηθισμένο βαθύ κόκκινο χρωματισμό. Κατά το μαγείρεμα, όμως, οι κόκκινες και άσπρες ρίγες πέφτουν μεταξύ τους. Τα παντζάρια είναι χαμηλά σε θερμίδες, ευέλικτα, εύκολα στην επεξεργασία και περιέχουν υψηλή αναλογία φυλλικού οξέος, καλίου, βιταμίνης Β και σιδήρου. Τα παντζάρια έχουν το καλύτερο γλυκό/πικάντικο άρωμα όταν συλλέγονται νεαρά. Επομένως, τα πλήρως καλλιεργημένα γογγύλια πρέπει να καταναλώνονται όταν δεν έχουν διάμετρο μεγαλύτερη από 6 εκατοστά. Τα παντζάρια μπορούν να πλυθούν, να ξεφλουδιστούν και να τριφτούν για ωμές σαλάτες. Όχι μόνο ο κόνδυλος, αλλά και το νεαρό πράσινο είναι κατάλληλο για κατανάλωση σε μαγειρεμένη μορφή. Μπορεί να μαγειρευτεί στον ατμό ή να χρησιμοποιηθεί ως βάση για μαγειρευτές σαλάτες ή να μαγειρευτεί όπως το σπανάκι. Για να φήσετε τα παντζάρια, στρίψτε ή κόψτε τα φύλλα σε περίπου 5 εκατοστά. Στη συνέχεια τα λαχανικά ψήνονται με τη φλούδα για περίπου 40 λεπτά. Εναλλακτικά, μπορείτε επίσης να τα ψήσετε σε αλουμινοχάρτο στο φούρο στους 150 βαθμούς Κελσίου για 2 ή 3 ώρες. **Φυσική τοποθεσία:** Αρχικά, το παντζάρι προέρχεται από τις παράκτιες περιοχές της Μεσογείου. Σήμερα, όμως, είναι εγγενές σε όλη την Κεντρική Ευρώπη. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Το παντζάρι μπορεί να σπαρθεί την άνοιξη από τα μέσα Απριλίου έως τις αρχές Ιουνίου. Για να φυτρώσουν γρηγορότερα οι σκληροί σπόροι, θα πρέπει να τους βυθίσετε σε ζεστό νερό για μια νύχτα πριν από τη σπορά. Χαλαρώστε το χώμα όσο πιο λεπτό γίνεται, δουλέψτε σε λίγο λίπασμα και δημιουργήστε ένα αυλάκι σπόρου βάθους περίπου 2 εκατοστών, μέσα στο οποίο σπέρνετε τους σπόρους σε απόσταση περίπου 25 εκατοστών μεταξύ τους και σκεπάζετε με χώμα. Μπορείτε επίσης να προκαλλιεργήσετε παντζάρια σε γλάστρες σε εσωτερικούς χώρους, ώστε να μπορούν να συγκομιστούν νωρίτερα. Η σπορά γίνεται τον Μάρτιο. Τοποθετήστε τη γλάστρα σε ένα φωτεινό και ζεστό μέρος με θερμοκρασία 20 έως 25° Κελσίου και διατηρήστε το υπόστρωμα αναπνευστικό υγρό αλλά όχι υγρό. Η βλάστηση εμφανίζεται συνήθως μετά από τρεις έως πέντε εβδομάδες. Όταν τα λάχανα εμφανιστούν τον Απρίλιο, μπορείτε να φυτέψετε τα παντζάρια. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Επιλέξτε μια ηλιόλουστη, προστατευμένη τοποθεσία. **Βέλτιστη φροντίδα:** Το παντζάρι φυτρώνει σχεδόν παντού και είναι αρκετά μη απαιτητικό. Ποτίζετε συνεχώς για να παίρνουν νερό και οι βαθιές ρίζες. Ωστόσο, θα πρέπει να αποφεύγετε την υπερχειλίση. Από την αρχή του σχηματισμού κονδύλων, ωστόσο, θα πρέπει να προσθέτετε αραιωμένη κοπριά από κομπόστ ή τσουκνίδα στο νερό άρδευσης κάθε δύο έως τρεις εβδομάδες ή να υποστηρίξετε το φυτό με οργανικό φυτικό λίπασμα. **Το χειμώνα:** Πριν από τον παγετό, θα πρέπει να βγάλετε τους εναπομείναντες κονδύλους από το έδαφος. Μπορούν να αποθηκευτούν για μεγάλο χρονικό διάστημα σε κουτιά γεμάτα με άμμο. Στη συνέχεια, τα κρεβάτια θα σπαρθούν πρόφρατα την επόμενη άνοιξη.



ORGÁNACHA - Biatas - Chioggia

Beta vulgaris

Biatas traidisiúnta na hIodáile le marcanna tarraingteacha

Is biatas traidisiúnta Iodálach é Chioggia le craiceann bándearg agus feoil fáinneach bán/dearg tharraingteach. Tá a gcuid bán - fáinní dearga taobh istigh i gcodarsnacht deas leis an dath dearg domhain is gnách. Nuair a bhíonn tú ag cócaireacht, áfach, ritheann na stripes dearg agus bán isteach ar a chéile. Tá beets íseal i calraí, ilúsáideach, éasca le próiseáil agus tá cion ard aigéad fólach, potaisiam, vitimín B agus iarann iontu. Bíonn an t-aroma milis/spicy is fearr ag na beets nuair a bhaintear óg iad. Ba chóir tornapaí lánfhásta a ithe mar sin nuair nach bhfuil siad níos mó ná 6 ceintiméadar ar trastomhas. Is féidir beets a nite, a scafa agus a ghrátáil le haghaidh sailleíd amh. Ní hamháin an tiúbair, ach freisin tá an glas óg oiriúnach le caitheamh i bhfoirm bruite. Is féidir é a steamed nó a úsáid amh i sailleíd mheasctha, nó bruite mar spionáiste. Chun an biatas a chócaráil, casadh nó gearr na duilleoga síos go dtí thart ar 5 ceintiméadar. Ansin bruitear na glasraí leis an gcráiceann ar feadh thart ar 40 nóiméad. Nó, is féidir leat iad a bhácaíl freisin i scragall san oigheann ag 150 ° Celsius ar feadh 2 go 3 uair an chloig. **Suíomh nádúrtha:** Ar dtús, tagann an biatas ó limistéir chósta na Meánmhara. Inniu, áfach, tá sé dúchasach do Lár na hEorpa ar fad. **Saothrú rathúil:** Is féidir biatas a chur san earrach ó lár mhí Aibreáin go dtí tús mhí an Mheithimh. Ionas go bpéacann na síolta crua níos tapúla, ba chóir duit iad a sáithiú in uisce te seomra thar oíche roimh chur. Scaoil an ithir chomh mín agus is féidir, oibrigh i roinnt múirín agus cruthaigh clais síolta thart ar 2 ceintiméadar ar doimhneacht, ina gcuireann tú na síolta thart ar 25 ceintiméadar óna chéile agus clúdaigh le hithir. Is féidir leat beets a réamhshaothrú freisin i bpotatí taobh istigh ionas gur féidir iad a bhaint níos luaithe. Tarlaíonn cur i mí an Mhárta. Cuir an pota fáis in áit gheal agus theaght 20 go 25 ° Celsius agus coinnigh an tsubstráit atá ag fás tais ach gan a bheith fliuch. Tarlaíonn péacadh de ghnáth tar éis trí nó cúig seachtaine. Nuair a bhíonn na sprouts le feiceáil i mí Aibreáin, is féidir leat an biatas a phlandáil. **An suíomh is fearr:** Roghnaigh áit ghrianmhar, faoi dhéan. **Cúram is fearr is féidir:** Fásann biatas beagnach i ngach áit agus tá sé sách gan éileamh. Uisce i gcónaí ionas go bhfaigheann na fréamhacha domhain-sroichte uisce freisin. Mar sin féin, ba chóir duit a sheachaint waterlogging. Ó thús foirmiú tiúbair, áfach, ba chóir duit comfrey caolaithe nó aoileach nettle a chur leis an uisce uisciúcháin gach dhá nó trí seachtaine nó tacú leis an bplanda le leasachán glasraí orgánacha. **Sa gheimhreadh:** Roimh an sioc, ba chóir duit aon tiúbair atá fágtha a bhaint as an talamh. Is féidir iad a stóráil ar feadh i bhfad i mboscaí líonadh le gaineamh. Cuirfear na leapacha ansin san earrach seo chugainn.



LÍFRÆT - Rauðrófa - Chioggia

Beta vulgaris

Hefðbundin ítalsk rauðrófa með aðlaðandi merkingum

Chioggia er hefðbundin ítalsk rauðrófa með bleiku hýði og aðlaðandi hvítt/rautt hringlaga hold. Hvítir - rauðir hringir þeirra að innan eru falleg andstæða við annars venjulega djúprauða litinn. Við matreiðslu renna hins vegar rauðu og hvítu rendurnar hvor í aðra. Rauðrófur eru lágar í kalórium, fjölhæfar, auðveldar í vinnslu og innihalda hátt hlutfall af fólínsýru, kalíum, B-vítamín og járn. Rófurnar hafa besta sæta/skrýddaða ilminn þegar þær eru tindar ungar. Fullvaxnar rófur ætti því að borða þegar þær eru ekki meira en 6 sentimetrar í þvermál. Rófur má þvo, afhýða og rífa í hrásalöt. Ekki aðeins hnýði, heldur einnig unga græna er hentugur til neyslu í soðnu formi. Það má gufa eða nota hrátt í blönduð salöt, eða eldað eins og spinat. Til að elda rauðrófuna skaltu snúa eða skera blöðin niður í um það bil 5 sentimetrar. Síðan er grænmetið soðið með hýðinu á í um 40 mínútur. Að öðrum kosti er líka hægt að baka þær í álpappír í ofni við 150 ° Celsius í 2 eða 3 klukkustundir. **Náttúruleg staðsetning:** Upphaflega kemur rauðrófan frá strandsvæðum Miðjarðarhafsins. Í dag er það hins vegar upprunnið í allri Mið-Evrópu. **Árangursrík ræktun:** Die Aussaat der Roten Beete kann im Frühjahr ab Mitte April bis Anfang Juni erfolgen. Damit die harten Samen schneller keimen, sollten Sie sie vor der Aussaat über Nacht in raumwarmem Wasser einweichen. Lockern Sie den Boden möglichst feinkrumig auf, arbeiten Sie etwas Kompost ein und ziehen Sie eine etwa 2 Zentimeter tiefe Saatrinne, in die Sie die Samen im Abstand von circa 25 Zentimetern ausbringen und mit Erde bedecken. Sie können Rote Beete auch im Topf im Haus vorkultivieren, damit sie früher geerntet werden können. Die Aussaat erfolgt dann bereits im März. Stellen Sie das Anzuchtgefäß an einen hellen und warmen Ort mit 20 bis 25 ° Celsius und halten Sie das Anzuchtsubstrat feucht, aber nicht nass. Die Keimung erfolgt zumeist nach drei bis fünf Wochen. Wenn die Sprösslinge im April erscheinen, können Sie die Rote Beete auspflanzen. Allerdings benötigen die Pflanzen dann noch einen Frostschutz. **Besta staðsetningin:** Veldu sólríkan, skjólsælan stað. **Besta umönnun:** Rauðrófur vex nánast alls staðar og er frekar lítið krefjandi. Vökvaðu stöðugt þannig að djúpt ræturnar fái líka vatn. Hins vegar ættir þú að forðast vatnslosun. Frá upphafi hnýðimyndunar ættir þú hins vegar að bæta útpynntri kornóttu eða netluáburði í áveituvatnið á tveggja til þriggja vikna fresti eða styðja plöntuna með lífrænum jurtaáburði. **A veturna:** Fyrir frostið ættir þú að ná öllum hnýði sem eftir er úr jörðinni. Hægt er að geyma þau í langan tíma í óskjum fylltum með sandi. Beðin verða svo nýsáð næsta vor.



BIO - Barbabietola - Chioggia

Beta vulgaris

Tradizionale barbabietola rossa italiana dalla forma attraente

La Chioggia è una barbabietola italiana tradizionale con una buccia rosa e un'incantevole polpa rugosa bianco-rossa. I suoi anelli bianco-rossi all'interno formano un bel contrasto con l'abituale colore rosso intenso. Alla cottura, tuttavia, le strisce bianche e rosse si fondono l'una con l'altra. Le barbabietole rosse hanno un basso contenuto di calorie, sono versatili, facili da preparare e contengono alti livelli di acido folico, potassio, vitamina B e ferro. La barbabietola possiede il miglior sapore dolce-speziato se raccolta da giovane. Le barbabietole cresciute dovrebbero quindi essere consumate quando misurano massimo 6 centimetri di diametro. La barbabietola può essere lavata, sbucciata e grattugiata cruda in insalata. Non solo il tubero, ma anche l'ortaggio giovane in forma bollita è adatto al consumo. Può essere cotta a vapore o consumata cruda in insalata mista, oppure cotta come gli spinaci. Per cucinare la barbabietola, girare o tagliare le foglie a circa 5 centimetri dall'ortaggio. Quindi cuocere le verdure con la buccia, per circa 40 minuti. In alternativa, è possibile cuocerle in forno a 150 ° C per 2 o 3 ore in carta stagnola. **Posizione naturale:** Originariamente la barbabietola proviene dalle zone costiere del Mar Mediterraneo. Oggi, tuttavia, è autoctona in tutta l'Europa centrale. **Coltivazione riuscita:** La semina delle barbabietole rosse può avvenire in primavera, da metà aprile all'inizio di giugno. Affinché i semi duri germinino più velocemente, è consigliabile immergerli in acqua tiepida durante la notte prima di seminarli. Dissodare il terreno nel modo più fine possibile, aggiungere un po' di concime e formare delle buche profonde 2 cm in cui spargere i semi, a una distanza di circa 25 centimetri tra loro, poi ricoprire il terreno. È possibile anche pre-coltivare le barbabietole rosse in vaso, in modo da poterle raccogliere prima. Si possono seminare già a marzo. Posizionare il recipiente di coltura in un luogo luminoso e caldo, tra 20° e 25° C e mantenere il substrato di coltivazione umido, ma non bagnato. La germinazione richiede in genere da tre a cinque settimane. Se i germogli compaiono in aprile, si possono trapiantare le barbabietole. Tuttavia, le piante necessitano ancora di una protezione antigelo. **La posizione migliore:** Scegliere una posizione soleggiata e al riparo dal vento. **Cura ottimale:** La barbabietola cresce quasi ovunque ed è davvero facile da coltivare. Innaffiare costantemente, in modo che anche le radici profonde ricevano sempre acqua. Evitare sempre e comunque i ristagni d'acqua. Dall'inizio della formazione dei tuberi, ogni 2-3 settimane diluire il macerato di consolida o di ortica nell'acqua di irrigazione, oppure supportare la pianta con un fertilizzante per ortaggi BIO. **In inverno:** Prima del gelo, è consigliabile raccogliere tutti i tuberi rimasti. Possono essere conservati in contenitori pieni di sabbia per lungo tempo. La primavera successiva le barbabietole si semineranno di nuovo.



ORGANSKI - Cikla - Chioggia

Beta vulgaris

Tradicionalna talijanska cikla s atraktivnim oznakama

Chioggia je tradicionalna talijanska cikla s ružičastom korom i atraktivnim bijelo/crvenim prstenastim mesom. Njihovi bijelo-crveni prstenovi iznutra lijep su kontrast inače uobičajenoj duboko crvenoj boji. Međutim, tijekom kuhanja crvene i bijele pruge nalijeću jedna na drugu. Cvekla je niskokalorična, svestrana, laka za obradu i sadrži visok udio folne kiseline, kalija, vitamina B i željeza. Cikla ima najbolju slatko/ljuto aromu kada se bere mlada. Potpuno odraslu repu stoga treba jesti kada nije veća od 6 centimetara u promjeru. Cikla se može oprati, oguliti i naribati za sirove salate. Ne samo gomolj, već i mlado zelenje pogodno je za konzumaciju u kuhanom obliku. Može se kuhati na pari ili koristiti sirov u miješanim salatama ili kuhati kao špinat. Za kuhanje cikle listove uvijte ili odrežite na oko 5 centimetara. Zatim se povrće s kožicom kuha oko 40 minuta. Alternativno, možete ih peći u foliji u pećnici na 150 ° C ili 3 sata. **Zemlja porijekla:** Izvorno, cikla potječe iz obalnih područja Sredozemnog mora. Danas je, međutim, porijeklom iz cijele srednje Europe. **Uspješan uzgoj:** Cikla se može sijati u proljeće od sredine travnja do početka lipnja. Kako bi tvrdo sjeme brže proklijalo, prije sjetve ga namočite preko noći u sobno toploj vodi. Zemlju što finije prorahlite, ubacite malo komposta i napravite brazdu za sjeme duboku oko 2 centimetra, u koju posijete sjeme na razmak od oko 25 centimetara i prekrijete zemljom. Također možete prethodno uzgojiti ciklu u posudama u zatvorenom prostoru kako bi se mogla ranije ubrati. Sjetva se obavlja u ožujku. Stavite posudu za uzgoj na svijetlo i toplo mjesto s 20 do 25 ° C i održavajte supstrat za uzgoj vlažnim, ali ne mokrim. Klijanje obično nastupa nakon tri do pet tjedana. Kad se u travnju pojave klice, ciklu možete posaditi. **Najbolja lokacija:** Odaberite suncano, zaštićeno mjesto. **Optimalna njega:** Cikla raste gotovo posvuda i prilično je nezahtjevna. Stalno zalijevajte kako bi i duboko sežući korijeni dobili vodu. Međutim, trebali biste izbjegavati nakupljanje vode. Od početka formiranja gomolja, međutim, u vodu za navodnjavanje svaka dva do tri tjedna treba dodavati razrijeđeno gnojivo od gavezja ili koprive ili biljku poduprijeti organskim gnojivom za povrće. **U zimi:** Prije mraza trebate izvaditi sve preostale gomolje iz zemlje. Mogu se dugo čuvati u kutijama ispunjenim pijeskom. Gređice će zatim biti svježije posijane sljedećeg proljeća.



BIOLOĢISKĀ - Bietes - Kjodža

Beta vulgaris

Tradicionāla itāļu biete ar pievilcīgiem marķējumiem

Chioggia ir tradicionāla itāļu biete ar rozā mizu un pievilcīgu balto/sarkano gredzenu mīkstumam. Viņu balti sarkanie gredzeni iekšpusē ir jauks kontrasts ar citādi ierasto tumši sarkano krāsojumu. Gatavojot, tomēr sarkanās un baltās svītras saskrienas. Bietes ir mazkaloriju, daudzpusīgas, viegli apstrādājamas un satur lielu folijskābes, kālija, B vitamīna un dzelzs īpatnību. Vislabākais saldais/pikantais aromāts ir bietēm, kad tās novāc jaunas. Tāpēc pilnībā izaugušus rāceņus vajadzētu ēst, ja to diametrs nepārsniedz 6 centimetrus. Bietes var mazgāt, nomizot un sarīvēt jēlsalātiem. Ne tikai bumbuli, bet arī jaunais zaļums ir piemērots patēriņam vārītā veidā. To var tvaicēt vai izmantot neapstrādātu jauktos salātos vai pagatavot kā spinātus. Lai pagatavotu bietes, sagrieziet vai sagrieziet lapas līdz apmēram 5 centimetriem. Pēc tam dārzeņus gatavo ar mizu apmēram 40 minūtes. Varat arī cept tos folijā cepeskrāsnī 150 ° C temperatūrā 2 vai 3 stundas. **Dabiska vieta:** Sākotnēji bietes nāk no Vidusjūras piekrastes zonām. Taču mūsdienās tā dzimtene ir visā Centrālā Eiropā. **Veiksmīga audzēšana:** Bietes var sēt pavasarī no aprīļa vidus līdz jūnija sākumam. Lai cietās sēklas ātrāk dīgst, pirms sēšanas tās uz nakti iemērc istabas siltā ūdenī. Irdiniet augsni pēc iespējas smalkāk, iestrādājiet kompostu un izveidojiet apmēram 2 centimetrus dziļu sēklu vāgu, kurā iesējiet sēklas apmēram 25 centimetru attālumā viens no otra un pārklājiet ar augsni. Jūs varat arī iepriekš kultivēt bietes podos iekšējā, lai tās varētu novākt agrāk. Sēšana notiek martā. Novietojiet audzēšanas podu gaišā un siltā vietā ar temperatūru 20 līdz 25 ° C un turiet augšanas substrātu mitru, bet ne mitru. Dīgšana parasti notiek pēc trim līdz piecām nedēļām. Kad aprīlī parādās asni, jūs varat izstādīt bietes. **Labākā atrašanās vieta:** Izvēlieties saulainu, aizsargātu vietu. **Optimāla aprūpe:** Bietes aug gandrīz visur un ir diezgan mazprasīgas. Nepārtraukti laistiet, lai ūdeni iegūtu arī dziļi sniedzošās saknes. Tomēr jums vajadzētu izvairīties no ūdens aizsērēšanas. Tomēr no bumbulu veidošanās sākuma apūdeņošanas ūdenim ik pēc divām līdz trim nedēļām jāpievieno atšķaidīts sārnū vai nātru mēslojums vai jāatbalsta augs ar organisko dārzeņu mēslojumu. **Ziemā:** Pirms salnām, jums vajadzētu izņemt visus atlikušos bumbulus no zemes. Tos var ilgstoši uzglabāt ar smiltīm pildītās kastēs. Pēc tam dobes tiks svaigi iesētas nākamajā pavasarī.



EKOLOĢISKĀS - Burokēļi - Kjodža

Beta vulgaris

Tradicionāli itālieši burokēļi su patraukļais ženkla

Chioggia ir tradicionāli itāliešu burokēļi su rausva odele ir patraukliu baltu/raudonu ziedu mīkštimu. Jū balti raudoni ziedai vidū puikā kontrastu su šai iprasta sodriai raudona spalva. Taču gaminant maistā raudonos ir baltos juostelēs susikerta viena su kita. Burokēļi yra mažai kaloringi, universalūs, lengvai apdorojami, juose yra daug folio rūgšties, kalio, vitamino B ir geležies. Burokēļi turi geriausią saldų/aštrų aromatą, kai jie skini jauni. Todėl visiškai užaugusias ropes reikėtų valgyti, kai jų skersmuo ne didesnis kaip 6 centimetrai. Burokėlius galima nuplauti, nulupti ir sutarkuoti žalioms salotoms. Virtą vartoti tinka ne tik gumbas, bet ir jaunas žalias. Jį galima virti garuose arba naudoti žalią mišrioje salotose arba virti kaip špinatus. Norėdami virti burokėlius, susukite arba supjaustykite lapus iki maždaug 5 centimetrų. Tada daržovės kepamos su odele apie 40 minučių. Arba galite juos kepti folijoje 150 ° C orkaitėje 2 ar 3 valandas. **Natūrali vieta:** Iš pradžių burokėliai kilę iš Viduržemio jūros pakrančių zonų. Tačiau šiandien ji yra gimtoji visoje Vidurio Europoje. **Sėkmingas auginimas:** Burokėlius galima sėti pavasarį nuo balandžio vidurio iki birželio pradžios. Kad kietos sėklos greičiau sudygtų, prieš sėją jas per naktį pamirkykite kambario šiltame vandenyje. Kuo smulčiau purenkite dirvą, įpilkite komposto ir sukurkite maždaug 2 centimetrų gylio sėklų vagą, į kurią maždaug 25 centimetrų atstumu vienas nuo kito įsėkite sėklas ir užberkite žemę. Burokėlius taip pat galite iš anksto auginti vazonuose, kad juos būtų galima nuimti anksčiau. Sėjama kovo mėnesį. Auginimo vazoną pastatykite šviesioje ir šiltoje vietoje, kurios temperatūra yra 20–25 ° C, o auginimo substratas laikykite drėgną, bet ne šlapį. Paprastai sudygsta po trijų ar penkių savaičių. Kai balandį pasirodys daigai, burokėlius galite išsodinti. **Geriausia vieta:** Pasirinkite saulėtą, apsaugotą vietą. **Optimali priežiūra:** Burokėliai auga beveik visur ir yra gana nereiklūs. Laistykite nuolat, kad vandens gautų ir giliai siekiančios šaknys. Tačiau turėtumėte vengti vandens užsikimšimo. Tačiau nuo stiebagumbių formavimosi pradžios į laistymo vandenį reikėtų kas dvi ar tris savaites įpilti praskiesto paprastojo guolio ar dilgėlių mėšlo arba paremti augalų organinėmis daržovių trąšomis. **Ziema:** Prieš šalnas turėtumėte ištraukti visus likusius gumbus iš žemės. Jas galima ilgai laikyti smėliu užpildytose dėžėse. Tada kitą pavasarį lysvės bus ką tik pasėtos.



ORGANIČI - Pitravi - Chioggia

Beta vulgaris

Pitravi Taljan tradizzjonali b'marki attraenti

Chioggia hija pitravi tradizzjonali Taljana b'qoxra roża u laħam ċrieki abjad/aħmar attraenti. Iċ-ċrieki bojod - ħomor tagħhom ġewwa huma kuntrast sabiħ mal-kulur aħmar skur tas-soltu. Waqt it-tisjir, madankollu, l-istrixxi ħomor u bojod jidhlu ma 'xulxin. Il-pitravi huma baxxi f'kaloriji, versatili, faċli biex jiġu pproċessati u fihom proporzjon għoli ta' folic acid, potassju, vitamina B u hadid. Il-pitravi għandhom l-aħjar aroma helwa/pikkanti meta jinħasdu żgħar. Nevev imkabbra għal kollox għandhom għalhekk jittieku meta ma jkollhom aktar minn 6 centimetri fid-dijametru. Il-pitravi jistgħu jinħasdu u maħkuk għal insalati nejjin. Mhux biss it-tuberu, iżda wkoll l-aħdar żgħir huwa adattat għall-konsum f'forma msajra. Jista' jiġi steamed jew użat nej f'insalati mħallta, jew imsjajjar bħall-ispinaci. Biex issajjar il-pitravi, dawwar jew aqta 'l-weraq għal madwar 5 centimetri. Imbagħad il-haxix jissajjar bil-ġilda għal madwar 40 minuta. Inkella, tista' wkoll aħmihom f'fjol fil-forn f'temperatura ta' 150 ° Celsius għal 2 jew 3 sigħat. **Post naturali:** Originarjament, il-pitravi ġejja miż-zoni kostali tal-Baħar Mediterran. Illum, madankollu, huwa indigenu tal-Ewropa Centrali kollha. **Kultivazzjoni b'suċċess:** Il-pitravi jistgħu jinżerġu fir-rebbiegħa minn nofs April sal-bidu ta' Ġunju. Sabiex iż-żrieragħ iebes jaġġerminaw aktar malajr, għandek tixxarrabhom f'ilma sħun tal-kamra matul il-lejl qabel iż-żriegħ. HOLL il-hamrija kemm jista' jkun fin, aħdem f'xi kompost u oħloq furrow taż-żerriegħa fond ta' madwar 2 centimetri, li fiha tizra 'z-żerriegħa madwar 25 centimetru 'l bogħod minn xulxin u tkopri bil-hamrija. Tista' wkoll tikkultiva minn qabel il-pitravi fi qsari ġewwa sabiex ikunu jistgħu jinħasdu aktar kmieni. Iż-żriegħ isir f'Marzu. Poġġi l-borma li qed tikber f'post qawwi u sħun b'20 sa 25 ° Celsius u żomm is-sottostrat tat-tkabbir niedja iżda mhux imxarrab. Il-ġerminazzjoni ġeneralment isseħħ wara tlieta sa ħames ġimghat. Meta n-nebbieta jidhru f'April, tista' tħawwel il-pitravi. **L-aħjar post:** Aġġel post xemxi u protett. **Kura ottimali:** Il-pitravi tikber kważi kullimkien u hija pjuttost mhux eżigenti. Ilma kontinwament sabiex l-għeruq fil-fond jiksbu wkoll l-ilma. Madankollu, għandek tevita l-ilma. Mill-bidu tal-formazzjoni tat-tuberi, madankollu, għandek iżzid comfrey dilwit jew demel tal-hurrieq mal-ilma tal-irrigazzjoni kull ġimghatejn sa tliet ġimghat jew tappoġġja l-impjant b'fertilizzant veġetali organiku. **Fix-xitwa:** Qabel il-ġlata, għandek toħroġ kull tuber li fadal mill-art. Jistgħu jinħasdu għal żmien twil f'kaxxi mimlija bir-ramel. Is-sodod imbagħad jinżerġu friski fir-rebbiegħa li ġejja.



Bio - Rode Biet - Chioggia

Beta vulgaris

Traditionele Italiaanse rode biet met aantrekkelijk design

Chioggia is een traditionele Italiaanse rode biet met een roze schil en aantrekkelijk wit / rood geringd vruchtvlees. De witte en rode ringen binnenin vormen een mooi contrast met de gebruikelijke dieprode kleur. Bij het koken lopen de rode en witte strepen echter in elkaar over. Rode biet bevat weinig calorieën, is veelzijdig, gemakkelijk te verwerken en bevat een hoog gehalte aan foliumzuur, kalium, vitamine B en ijzer. De bedden hebben het beste zoete / kruidige aroma als ze jong worden geoogst. Eet daarom volgroeide bieten met een maximale diameter van 6 centimeter. Rode biet kan worden gewassen, geschild en geraspt voor rauwe groentesalades. Niet alleen de knol, maar ook het jonge groen is geschikt voor consumptie in gekookte vorm. Het kan worden gestoomd of rauw in gemengde salades, of gekookt als spinazie. Om de rode biet te koken, draai of snijd je de blaadjes tot ongeveer 5 centimeter. Daarna worden de groenten met de schil ongeveer 40 minuten gekookt. Als alternatief kunt u ze 2 of 3 uur in folie bakken in de oven op 150 ° Celsius. **Natuurlijke locatie:** De rode biet komt oorspronkelijk uit de kustgebieden van de Middellandse Zee. Tegenwoordig is het echter inheems in heel Centraal-Europa. **Succesvolle teelt:** De rode biet kan in het voorjaar worden gezaaid van half april tot begin juni. Om ervoor te zorgen dat de harde zaden sneller ontkiemen, moet u ze een nacht in kamervarm water laten weken voordat u gaat zaaien. Maak de aarde zo fijn mogelijk los, werk in wat compost en maak een zaairovor van ongeveer 2 centimeter diep waarin je de zaden op een afstand van ongeveer 25 centimeter plant en afdekt met aarde. Je kunt rode biet ook binnen voorkweken, zodat ze eerder kunnen worden geoogst. Het zaaien vindt dan plaats in maart. Zet de kweekbak op een lichte en warme plaats met 20 tot 25 ° Celsius en houd het kweeksubstraat vochtig, maar niet nat. Kieming vindt meestal plaats na drie tot vijf weken. Als de spruitjes in april verschijnen, kun je de rode biet uitplanten. **De beste locatie:** Kies een zonnige, beschutte locatie. **Optimale verzorging:** Rode biet groeit bijna overal en stelt weinig eisen. Geef constant water zodat ook de diepe wortels water krijgen. U moet echter wateroverlast vermijden. Vanaf het begin van de knolvorming moet u echter elke twee tot drie weken verdunde smeewortel of brandnetelmest aan het gewater toevoegen of de plant ondersteunen met een organische plantaardige meststof. **In de winter:** Voor de vorst moet u de resterende knollen uit de grond halen. Ze kunnen lange tijd worden bewaard in dozen gevuld met zand. De bedden worden dan het komende voorjaar vers gezaaid.



ØKOLOGISK - Rødbeter - Chioggia

Beta vulgaris

Tradisjonell italiensk rødbeter med attraktive markeringer

Chioggia er en tradisjonell italiensk rødbete med rosa hud og attraktivt hvitt/rødt kjøtt. Deres hvit-røde ringer inni er en fin kontrast til den ellers vanlige dyprøde fargen. Ved matlaging løper imidlertid de røde og hvite stripenes inn i hverandre. Rødbeter er kalorifattig, allsidige, enkle å behandle og inneholder en høy andel folsyre, kalium, vitamin B og jern. Rødbetene har best søt/krydret aroma når de høstes unge. Fullvoksne neper bør derfor spises når de ikke er mer enn 6 centimeter i diameter. Rødbeter kan vaskes, skrelles og rives til råsalater. Ikke bare knollen, men også den unge grønne er egnet for konsum i kokt form. Den kan dampes eller brukes rå i blandede salater, eller tilberedes som spinat. For å koke rødbeten, vri eller kutt bladene ned til ca 5 centimeter. Deretter kokes grønnsaken med skinnen på i ca 40 minutter. Alternativt kan du også bake dem i folie i ovnen ved 150 ° Celsius i 2 eller 3 timer. **Naturlig beliggenhet:** Opprinnelig kommer rødbeten fra kystområdene i Middelhavet. I dag er den imidlertid hjemmehørende i hele Sentral-Europa. **Vellykket dyrking:** Rødbeter kan sås om våren fra midten av april til begynnelsen av juni. For at de harde frøene skal spire raskere bør du bløtlegge dem i romvarmt vann over natten før du sår. Løsne jorda så fint som mulig, jobb inn litt kompost og lag en frøure på ca 2 centimeter dyp som du sår frøene med ca 25 centimeter fra hverandre og dekker med jord. Du kan også forkultivere rødbeter i pottar innendørs slik at de kan høstes tidligere. Såing skjer i mars. Plasser vekstpotten på et lyst og varmt sted med 20 til 25 ° Celsius og hold vekstsubstratet fuktig, men ikke vått. Spiring skjer vanligvis etter tre til fem uker. Når spirene kommer i april, kan du plante ut rødbeten. **Den beste beliggenheten:** Velg et solrikt, skjermet sted. **Optimal omsorg:** Rødbeter vokser nesten overalt og er ganske lite krevende. Vann hele tiden slik at de dyptgående røttene også får vann. Du bør imidlertid unngå vannlogging. Fra begynnelsen av knolldannelsen bør du imidlertid tilsette fortynnet vallurgjødsel eller brennesle i vanningsvannet annenhver til tredje uke eller støtte planten med en organisk vegetabilsk gjødsel. **Om vinteren:** Før frosten bør du få gjenværende knoller opp av bakken. De kan lagres lenge i esker fylt med sand. Bedene skal så nysåes neste vår.



Bio - Buraki - Chioggia

Beta vulgaris

Tradycyjny włoski burak o atrakcyjnym designie

Chioggia to tradycyjny włoski burak o różowawej skórze i atrakcyjnym biało-czerwonym miąższu owocu. Biało-czerwone pierścienie w środku dobrze kontrastują z zwykłym ciemnoczerwonym kolorem, chociaż pierścienie blakną podczas gotowania. Burak jest niskokaloryczny, bardzo wszechstronny i łatwy w przygotowaniu oraz zawiera duże ilości kwasu foliowego, potasu, witaminy B i żelaza. Burak ma najśłodszy i najbardziej aromatyczny smak, gdy owoce są zbierane jeszcze za młodu. Dlatego rosnące buraki powinny być spożywane tylko wtedy, gdy ich średnica nie przekracza 6 cm. Buraki można myć, obrać i trzeć jako składnik surowych warzyw. Nie tylko bulwa, ale także młode zielone części są jadalne po ugotowaniu. Mogą być gotowane na parze, gotowane jak szpinak lub używane na surowo w mieszanych salatkach. Do gotowania: liście przyciąć z powrotem na 5 cm i gotować całe warzywo w skórze przez około 40 minut. Inną opcją jest pieczenie buraków w folii aluminiowej w piekarniku przez około 2 do 3 godzin w temperaturze 150 ° C. **Naturalne położenie:** Buraki pochodzą z przybrzeżnych obszarów Morza Śródziemnego. Dziś można go znaleźć wszędzie w Europie Środkowej. **Udana uprawa:** Wysiew można przeprowadzić wiosną od połowy kwietnia do początku czerwca. Aby pobudzić kiełkowanie, nasiona należy moczyć przez noc w letniej wodzie. Odpowiednio rozkruszyć glebę, wymieszać ją z kompostem i przygotuj brudzący nasiennej o głębokości około 2 cm. Umieść nasiona w odległości około 25 cm od siebie w bruzdzie nasiennej i przykryj je ziemią. Równie dobrze możesz rozpocząć rozmnażanie w doniczkach w pomieszczeniu, jeśli dążysz do wczesnych zbiorów buraków. W takim przypadku siew odbywa się już w marcu. Umieść pojemnik na nasiona w miejscu jasnym i ciepłym o temperaturze od 20 ° do 25 ° Celsjusza i utrzymuj podłoże wilgotne, ale nie mokre. Kiełkowanie następuje zwykle po trzech do pięciu tygodniach. Po pojawieniu się sadzonek w kwietniu możesz zasadzić buraka, ale nadal będzie wymagał ochrony przed mrozem. **Najlepsza lokalizacja:** Wybierz słoneczne i osłonięte od wiatru miejsce do uprawy. **Optymalna pielęgnacja:** Buraki są stosunkowo mało wymagające i mogą rosnąć prawie wszędzie. Podlewaj roślinę odpowiednio, aby mieć pewność, że jej głęboko sięgające korzenie będą miały wystarczającą ilość wody, ale unikaj gromadzenia się wody. Na początku formowania się bulw należy dodać do wody do nawadniania rozcieńczony żywokost lub wlew pokrzywy lub podać roślinie organiczny nawóz roślinny. **W zimę:** Przed mrozem należy wykopać wszystkie pozostałe bulwy. Nadal mogą być przechowywane w pudełkach wypełnionych piaskiem przez długi czas. Możesz ponownie siać buraki następnej wiosny.



ORGÂNICO - Beterraba - Chioggia

Beta vulgaris

Beterraba italiana tradicional com marcações atraentes

Chioggia é uma beterraba italiana tradicional com casca rosada e polpa atraente branca/vermelha. Seus anéis brancos-vermelhos no interior são um bom contraste com a coloração vermelho-escuro usual. Ao cozinhar, no entanto, as listras vermelhas e brancas se encontram. A beterraba é baixa em calorias, versátil, fácil de processar e contém uma alta proporção de ácido fólico, potássio, vitamina B e ferro. As beterrabas têm o melhor aroma doce/picante quando são colhidas jovens. Os nabos totalmente crescidos devem, portanto, ser consumidos quando não tiverem mais de 6 centímetros de diâmetro. A beterraba pode ser lavada, descascada e ralada para saladas cruas. Não só o tubérculo, mas também o verde jovem é adequado para consumo na forma cozida. Pode ser cozido no vapor ou usado cru em saladas mistas ou cozido como espinafre. Para cozinhar a beterraba, torça ou corte as folhas em cerca de 5 centímetros. Em seguida, os legumes são cozidos com a pele por cerca de 40 minutos. Alternativamente, você também pode assá-los em papel alumínio no forno a 150 ° Celsius por 2 ou 3 horas. **Localização natural:** Originalmente, a beterraba vem das áreas costeiras do Mar Mediterrâneo. Hoje, no entanto, é nativo de toda a Europa Central. **Cultivo bem sucedido:** A beterraba pode ser semeada na primavera, de meados de abril até o início de junho. Para que as sementes duras germinem mais rápido, você deve mergulhá-las em água morna durante a noite antes de semear. Solte o solo o mais fino possível, trabalhe em algum composto e crie um sulco de sementes com cerca de 2 centímetros de profundidade, no qual você semeia as sementes com cerca de 25 centímetros de distância e cobre com terra. Você também pode pré-cultivar beterrabas em vasos dentro de casa para que possam ser colhidas mais cedo. A semeadura ocorre em março. Coloque o vaso de cultivo em um local claro e quente com 20 a 25 ° Celsius e mantenha o substrato de cultivo úmido, mas não molhado. A germinação geralmente ocorre após três a cinco semanas. Quando os brotos aparecerem em abril, você pode plantar a beterraba. **A melhor localização:** Escolha um local ensolarado e protegido. **Cuidado ideal:** A beterraba cresce em quase todos os lugares e é bastante pouco exigente. Regue constantemente para que as raízes profundas também recebam água. No entanto, você deve evitar o alagamento. Desde o início da formação dos tubérculos, no entanto, você deve adicionar confeit diluído ou esterco de urtiga à água de irrigação a cada duas a três semanas ou apoiar a planta com um fertilizante vegetal orgânico. **No inverno:** Antes da geada, você deve remover os tubérculos restantes do solo. Eles podem ser armazenados por muito tempo em caixas cheias de areia. Os canteiros serão semeados na próxima primavera.



Ecologic - Sfecclă Roşie - Chioggia

Beta vulgaris

Sfecclă tradițională italiană cu design atractiv

Chioggia este o sfecclă tradițională italiană, cu o piele roz și o carne atractivă inelată alb / roșu. Inelele albe și roșii din interior contrastează frumos cu culoarea roșie intensă obișnuită. Cu toate acestea, la gătit, dungile roșii și albe se lovesc una de alta. Sfeccla roșie este săracă în calorii, versatilă, ușor de prelucrat și conține o proporție mare de acid folic, potasiu, vitamina B și fier. Paturile au cea mai bună aromă dulce / picantă atunci când sunt recoltate tinere. Prin urmare, sfeccla complet cultivată trebuie consumată cu un diametru maxim de 6 centimetri. Sfeccla roșie poate fi spălată, curățată și rasă pentru salate crude de legume. Nu numai tuberculul, ci și tânărlul verde este potrivit pentru consum în formă fiartă. Poate fi preparat la abur sau crud în salate mixte sau gătit ca spanacul. Pentru a găti sfeccla roșie, răsuții sau tăiați frunzele la aproximativ 5 centimetri. Apoi, legumele sunt fierse cu coaja pentru aproximativ 40 de minute. Alternativ, le puteți coace la cuptor la 150 ° Celsius timp de 2 sau 3 ore în folie. **Locație naturală:** Sfeccla roșie provine inițial din zonele de coastă ale Mării Mediterane. Astăzi, însă, este originară din toată Europa Centrală. **Cultivare de succes:** Sfeccla roșie poate fi semănată primăvara de la mijlocul lunii aprilie până la începutul lunii iunie. Pentru ca semințele tari să gerneze mai repede, trebuie să le înmuiați peste noapte în apă caldă din cameră înainte de a semăna. Slăbiți solul cât mai fin posibil, lucrați în compost și creați o brazdă de semințe adâncă de aproximativ 2 centimetri în care plantați semințele la o distanță de aproximativ 25 de centimetri și acoperiți cu sol. De asemenea, puteți pre-cultiva sfeccla roșie în interior, astfel încât să poată fi recoltate mai devreme. Semănatul are loc apoi în martie. Așezați recipientul de creștere într-un loc luminos și cald, cu 20-25 ° Celsius și mențineți substratul de creștere umed, dar nu ume. Germinarea are loc de obicei după trei până la cinci săptămâni. Când germinii apar în aprilie, puteți planta sfeccla roșie. **Cea mai bună locație:** Alegeți o locație însorită, protejată. **Îngrijire optimă:** Sfeccla roșie crește aproape peste tot și este destul de puțin solicitantă. Apă în mod constant, astfel încât rădăcinile să se umezească și ele apă. Cu toate acestea, ar trebui să evitați apariția apei. Cu toate acestea, de la începutul formării tuberculelor, ar trebui să adăugați gunoi de grajd sau urzică diluat în apa de udare la fiecare două până la trei săptămâni sau să sprijiniți planta cu un îngrășământ vegetal organic. **În iarnă:** Înainte de îngheț, ar trebui să scoateți din pământ orice tuberculi rămași. Pot fi depozitate mult timp în cutii umplute cu nisip. Paturile sunt apoi proaspăt semănte primăvara viitoare.



Ekologiskt - Rödbetor - Chioggia

Beta vulgaris

Traditionell italiensk rödbeta med attraktiv design

Chioggia är en traditionell italiensk rödbeta med en rosa hud och attraktivt vitt / rött ringkött. De vita och röda ringarna inuti är en fin kontrast till den vanliga djupröda färgen. Men när du lagar mat stöter de röda och vita ränderna på varandra. Rödbetor innehåller lite kalorier, är mångsidiga, lätta att bearbeta och innehåller en hög andel folsyra, kalium, vitamin B och järn. Sängarna har den bästa söta / kryddiga aromen när de skördas unga. Fullvuxna rödbetor bör därför ätas med en maximal diameter på 6 centimeter. Rödbeta kan tvättas, skalas och rivas för rå grönsaksallader. Inte bara knölen utan även den unga gröna är lämplig för konsumtion i kokt form. Det kan ångas eller råa i blandade sallader eller kokas som spenat. För att laga rödbetan, vrid eller skär bladen till cirka 5 centimeter. Sedan kokas grönsakerna med skalet i cirka 40 minuter. Alternativt kan du baka dem i ugnen vid 150 ° Celsius i 2 eller 3 timmar i folie. **Naturligt läge:** Rödbetan kommer ursprungligen från Medelhavets kustområden. Idag är den dock införd i hela Centraleuropa. **Framgångsrik odling:** Rödbetan kan sås på våren från mitten av april till början av juni. För att de hårda fröna ska gro snabbare bör du blötlägga dem över natten i varmt rum innan du sår. Lossa marken så fint som möjligt, arbeta i lite kompost och skapa en fröfår ca 2 centimeter djup i vilken du planterar fröna på ett avstånd av cirka 25 centimeter och täcker med jord. Du kan också förodlar rödbetor inomhus så att de kan sköras tidigare. Såningen sker sedan i mars. Placera odlingsbehållaren på en ljus och varm plats med 20 till 25 ° Celsius och håll växtsubstratet fuktigt men inte vått. Spiring sker vanligtvis efter tre till fem veckor. När groddarna dyker upp i april kan du plantera ut rödbetan. **Den bästa platsen:** Välj en solig, skyddad plats. **Optimal vård:** Rödbetor växer nästan överallt och är ganska krävande. Vattna hela tiden så att de djupa rötterna också får vatten. Du bör dock undvika vattendränning. Från början av knölbildningen bör du emellertid lägga till utspädd comfrey eller nässelgödsel till vattnet varannan till var tredje vecka eller stödja växten med ett organiskt vegetabiliskt gödselmedel. **På vintern:** Före frosten bör du få kvarvarande knölar ur marken. De kan förvaras länge i lådor fyllda med sand. Sängarna sås sedan färsk under den kommande våren.



BIO - Cvikla - Chioggia

Beta vulgaris

Tradičná talianska cvikla s atraktívnymi znakmi

Chioggia je tradičná talianska cvikla s ružovou šupkou a atraktívnou bielo/červenou krúžkovanou dužinou. Ich bielo - červené krúžky vo vnútri sú pekným kontrastom k inak obvyklému sytočervenému sfarbeniu. Pri varení však červené a biele pruhy zabiehajú do seba. Cvikla je nízkokalorická, všestranná, ľahko spracovateľná a obsahuje vysoký podiel kyseliny listovej, draslíka, vitamínu B a železa. Cvikla má najlepší sladko-korenistú vôňu, keď sa zbiera mladá. Úplne vypestovaná repa by sa preto mala konzumovať vtedy, keď jej priemer nepresahuje 6 centimetrov. Repu je možné umyť, olúpať a nastrúhať na surové šaláty. Nielen hlúza, ale aj mladá zelená je vhodná na konzumáciu vo varenej forme. Môže sa dusiť alebo použiť surový do miešaných šalátov alebo varený ako špenát. Ak chcete uvariť cviklu, ošúpte alebo nakrájajte listy asi na 5 centimetrov. Potom sa zelenina varí so šupkou asi 40 minút. Prípadne ich môžete piecť aj vo fólii v rúre pri teplote 150 °C 2 alebo 3 hodiny. **Prirodzená poloha:** Pôvodne cvikla pochádza z pobrežných oblastí Stredozemného mora. Dnes je však domovom celej strednej Európy. **Úspešná kultivácia:** Cviklu je možné vysievať na jar od polovice apríla do začiatku júna. Aby tvrdé semená rýchlejšie vyklíčili, mali by ste ich pred výsevom namočiť cez noc do izbovej vody. Pôdu uvoľnite čo najjemnejšie, zapracujte trochu kompostu a vytvorte semennú brázdu hlbokú asi 2 centimetre, do ktorej semená zasiate asi 25 centimetrov od seba a zasypete zeminou. Cviklu si môžete predpestovať aj v kvetináčoch v interiéri, aby sa dala zozbierať skôr. Výsev prebieha v marci. Pestovateľský črepník umiestnite na svetlé a teplé miesto s teplotou 20 až 25 °C. Zaliaz a pestovateľský substrát udržiavajte vlhký, ale nie mokrý. Klíčenie zvyčajne nastáva po troch až piatich týždňoch. Keď sa v apríli objavia klíčky, môžete cviklu vysadiť. **Najlepšie umiestnenie:** Vyberte si slnečné, chránené miesto. **Optimálna starostlivosť:** Cvikla rastie takmer všade a je celkom nenáročná. Neustále zalievajte, aby sa voda dostala aj k hlboko siahajúcim koreňom. Mali by ste sa však vyhnúť podmäčaniu. Zo začiatku tvorby hlúz by ste však mali do závlahovej vody každé dva až tri týždne pridávať zriedený trus z kostihoja alebo žihľavy alebo rastlinu podporovať organickým hnojivom na zeleninu. **V zime:** Pred mrazom by ste mali dostať všetky zostávajúce hlúzy zo zeme. Dajú sa dlhodobo skladovať v škatuliach naplnených pieskom. Záhony budú potom čerstvo vysiate na jar budúceho roka.



BIO - Rdeča pesa - Chioggia

Beta vulgaris

Tradizionalna italijanska rdeča pesa s privlačnimi oznakami

Chioggia je tradicionalna italijanska rdeča pesa s rožnato lupino in privlačnim belim/rdečim obročastim mesom. Njihovi belo-rdeči obročki v notranjosti so lep kontrast sicer običajni temno rdeči barvi. Pri kuhanju pa se rdeče in bele črte zaletijo ena v drugo. Pesa je nízkokalorična, všestransko uporabna, enostavna za predelavo in vsebuje visok delež folne kisline, kalija, vitamina B in železa. Pesa ima najboljše sladko/pikantno armo, ko je pobrana mlada. Povsem zraslo repo je torej treba uživati, ko njena premera ne presega 6 centimetrov. Pesa lahko operemo, olupimo in naribamo za surove solate. Ne samo gomolj, tudi mlada zelena je primerna za uživanje v kuhani obliki. Lahko ga poparimo ali uporabimo surovega v mešanih solatah ali kuhamo kot špinačo. Za kuhanje rdeče pese liste zvijemo ali porežemo na približno 5 centimetrov. Nato zelenjavo s kožo kuhamo približno 40 minut. Lahko pa jih tudi pečete v foliji v pečici pri 150 °C 2 ali 3 ure. **Naravni habitat:** Prvotno rdeča pesa izvira iz obalnih območij Sredozemskega morja. Danes pa je doma v vsej srednji Evropi. **Navodila za gojenje:** Rdečo pesa lahko sejemo spomladi od sredine aprila do začetka junija. Da trda semena hitreje vzklijejo, jih pred setvijo čez noč namočimo v sobno topli vodi. Zemljo čim bolj fino zrahljajte, vstavite nekaj komposta in naredite približno 2 centimetra globoko semensko brazdo, v katero posejete semena približno 25 centimetrov narazen in jih pokrijte z zemljo. Pesa lahko tudi vnaprej gojite v lončkih v zaprtih prostorih, da jo lahko poberte prej. Setev poteka marca. Rastlinski lonec postavimo na svetlo in toplo mesto s temperaturo od 20 do 25 °C, rastni substrat pa naj bo vlažen, a ne moker. Kalenje običajno nastopi po treh do petih tednih. Ko se aprila pojavijo kalčki, lahko rdečo pesa posadite. **Najboljša lokacija:** Izberite sončno, zaščiteno lego. **Optimalna nega:** Rdeča pesa raste skoraj povsod in je precej nezahtevna. Nenehno zalivajte, da dobijo vodo tudi globoko segajoče korenine. Vendar se morate izogibati zalivanju. Od začetka nastajanja gomoljev pa je treba v vodo za zalivanje vsaka dva do tri tedne dodati razredčen gnoj iz gabeza ali kopriv ali rastlino podpreti z organskim rastlinskim gnojlom. **V zimskem času:** Pred zmrzaljo morate iz zemlje odstraniti vse preostale gomolje. Dolgo časa jih lahko hranimo v škatlah, napolnjenih s peskom. Naslednjo pomlad bodo gredice nato sveže posejane.



Ecológico - Remolacha - Chioggia

Beta vulgaris

Remolacha italiana tradicional con un diseño atractivo

Chioggia es una remolacha tradicional italiana con una piel rosada y una atractiva pulpa a rayas blancas/rojas. Sus anillos blanco-rojo en el interior contrastan con el color rojo intenso habitual. Al cocinar, sin embargo, las rayas rojas y blancas se cruzan entre sí. La remolacha es baja en calorías, versátil, fácil de procesar y contiene una alta proporción de ácido fólico, potasio, vitamina B e hierro. El mejor aroma dulce/especiado se obtiene cuando la remolacha se cosecha joven. Por lo tanto, las remolachas adultas deben consumirse con un diámetro máximo de 6 centímetros. La remolacha puede lavarse, pelarse y rallarse para ensaladas de verduras crudas. No sólo el tubérculo, sino también la parte verde, joven, cocinada, es apta para el consumo. Se puede usar cocinada al vapor o cruda en ensaladas mixtas o cocida como la espinaca. Para cocinar la remolacha, voltee o corte las hojas a unos 5 centímetros. A continuación, las verduras se cuecen con la piel durante unos 40 minutos. Alternativamente, se pueden hornear en el horno a 150 ° Celsius durante 2 ó 3 horas en papel de aluminio. **Ubicación natural:** La remolacha es originaria de las zonas costeras del Mar Mediterráneo. Hoy, sin embargo, se encuentra en toda Europa Central. **Cultivo exitoso:** La remolacha puede sembrarse en primavera, desde mediados de abril hasta principios de junio. Para que las semillas duras germinen más rápido, debe remojarlas durante la noche en agua tibia antes de sembrar. Escarde el suelo para dejar la tierra lo más suelta posible, introduzca un poco de compost y trace una hilera de semillas de unos 2 centímetros de profundidad en la que coloque las semillas a una distancia de unos 25 centímetros y cúbralas con tierra. También puede pre-cultivar la remolacha en una maceta en casa, para que pueda ser cosechada antes. La siembra ya tendrá lugar en marzo. Coloque el recipiente de crecimiento en un lugar luminoso y cálido a una temperatura de 20° a 25° Celsius y mantenga el sustrato de crecimiento húmedo pero no mojado. La germinación suele producirse al cabo de tres a cinco semanas. Cuando los brotes aparecen en abril, se puede trasplantar la remolacha. Sin embargo, las plantas necesitan protección contra las heladas. **La mejor ubicación:** Elija un lugar soleado y protegido del viento. **Cuidado óptimo:** La remolacha crece en casi todas partes y no es muy exigente. Riegue constantemente para que incluso las raíces profundas obtengan agua. Sin embargo, debe evitar el encharcamiento. Desde el comienzo de la formación del tubérculo, no obstante, se debe añadir al agua de riego abono diluido de consuelda u ortiga, cada dos o tres semanas o apoyar la planta con un fertilizante vegetal orgánico. **En el invierno:** Antes de las primeras heladas, debe retirar todos los tubérculos restantes de la tierra. Pueden almacenarse durante mucho tiempo en cajas llenas de arena. La próxima primavera pueden sembrarse de nuevo.



BIO - Červená řepa - Chioggia

Beta vulgaris

Tradiční italská červená řepa s atraktivními znaky

Chioggia je tradiční italská červená řepa s růžovou slupkou a atraktivní bílo/červeně prstencovou dužninou. Jejich bílo - červené kroužky uvnitř jsou pěkným kontrastem k jinak obvyklému sytě červenému zbarvení. Při vaření však do sebe červené a bílé pruhy zabíhají. Červená řepa je nízkokalorická, všestranná, snadno zpracovatelná a obsahuje vysoký podíl kyseliny listové, draslíku, vitamínu B a železa. Řepa má nejlepší sladko-kořeněnou vůni, když je sklizena mladá. Zcela vyrostlé vodnice by se proto měly konzumovat, když nemají v průměru více než 6 centimetrů. Řepu lze umýt, oloupat a nastrohat na syrové saláty. Nejen hlíza, ale i mladá zelená je vhodná ke konzumaci ve vařené formě. Může být v páře nebo použit syrový do míchaných salátů nebo vařit jako špenát. Chcete-li uvařit červenou řepu, otočte nebo nakrájejte listy asi na 5 centimetrů. Poté se zelenina vaří se slupkou asi 40 minut. Případně je můžete také zapéct v alobalu v troubě na 150 °C po dobu 2 nebo 3 hodin. **Přirozená poloha:** Původně červená řepa pochází z pobřežních oblastí Středozemního moře. Dnes je však domovem celé střední Evropy. **Úspěšné pěstování:** Červenou řepu lze vysévat na jaře od poloviny dubna do začátku června. Aby tvrdá semena rychleji klíčila, měli byste je před výsevem namočit přes noc do pokojové vody. Půdu nakypřete co nejmeněji, zapracujte trochu kompostu a vytvořte semennou brázdou hlubokou asi 2 centimetry, do které semena vysejete asi 25 centimetrů od sebe a zasypte zeminou. Červenou řepu můžete také předpěstovat v květináčích uvnitř, aby mohla být sklizena dříve. Výsev probíhá v březnu. Květináč umístěte na světlé a teplé místo s teplotou 20 až 25° Celsia a pěstební substrát udržujte vlhký, ale ne mokrý. Klíčení obvykle nastává po třech až pěti týdnech. Když se v dubnu objeví klíčky, můžete červenou řepu vysadit. **Nelepší umístění:** Vyberte slunné, chráněné místo. **Optimální péče:** Červená řepa roste téměř všude a je celkem nenáročná. Neustále zalévejte, aby vodu dostaly i hluboko zasahující kořeny. Měli byste se však vyhnout zamokření. Ze začátku tvorby hlíz byste však měli do závlahové vody každé dva až tři týdny přidávat zředěný kostival nebo kopřivový hnůj nebo rostlinu podpořit organickým hnojivem na zeleninu. **V zimě:** Před mrazem byste měli dostat všechny zbývající hlízy ze země. Mohou být dlouhodobě skladovány v krabicích naplněných pískem. Záhony pak budou čerstvé osety příští jaro.



ORGANİK - Pancar - Chioggia

Beta vulgaris

Çekici işaretlere sahip geleneksel İtalyan pancarı

Chioggia, pembe bir cilde ve çekici beyaz/kırmızı halkalı etli geleneksel bir İtalyan pancarıdır. İçlerindeki beyaz - kırmızı halkalar, normalde alışlagelmiş olan koyu kırmızı renklenmeye hoş bir tezat oluşturuyor. Ancak yemek pişirirken kırmızı ve beyaz şeritler birbirine giriyor. Pancarın kalorisi düşüktür, çok yönlüdür, işlenmesi kolaydır ve yüksek oranda folik asit, potasyum, B vitamini ve demir içerir. Pancar, genç hasat edildiğinde en iyi tatlı/baharatlı aromaya sahiptir. Bu nedenle, tamamen büyümüş şalgamlar, çapları 6 santimetreden fazla olmadığında yenmelidir. Pancar çiğ salatalar için yıkanebilir, soyulabilir ve rendelenebilir. Sadece yumru değil, aynı zamanda genç yeşil de pişmiş halde tüketime uygundur. Buharda pişirilebilir, karışık salatalarda çiğ olarak kullanılabilir veya ıspanak gibi pişirilebilir. Pancarı pişirmek için yaprakları yaklaşık 5 santimetreye kadar bükün veya kesin. Daha sonra sebzeler kabuklu olarak yaklaşık 40 dakika pişirilir. Alternatif olarak, 150 °C'deki fırında 2 veya 3 saat boyunca folyo içinde de pişirebilirsiniz. **Doğal konum:** Aslen pancar, Akdeniz'in kıyı bölgelerinden gelir. Ancak bugün, tüm Orta Avrupa'ya özgüdür. **Başarılı yetiştirme:** Pancar ilkbaharda Nisan ortasından Haziran başına kadar ekilebilir. Sert tohumların daha hızlı çimlenmesi için, ekimden önce onları bir gece oda sıcaklığında suda bekletmelisiniz. Toprağı olabildiğince ince bir şekilde gevşetin, biraz kompost yapın ve yaklaşık 2 cm derinliğinde bir tohum oluğu oluşturun, içine tohumları yaklaşık 25 cm aralıklarla ekin ve üzerini toprakla örtün. Pancarları iç mekanlarda saksılarda önceden yetiştirerek daha erken hasat edebilirsiniz. Ekim Mart ayında gerçekleşir. Yetiştirme saksısını 20 ila 25°C sıcaklıkta aydınlık ve sıcak bir yere koyun ve büyüyen alt tabakayı nemli tutun ama ıslak tutmayın. Çimlenme genellikle üç ila beş hafta sonra gerçekleşir. Nisan ayında filizler görüldüğünde pancarı ekebilirsiniz. **En iyi konum:** Güneşli, korunaklı bir yer seçin. **Optimum bakım:** Pancar hemen hemen her yerde yetişir ve oldukça iddiasızdır. Sürekli sulayın ki derine inen kökler de su alsın. Ancak su basmasından kaçınmalısınız. Ancak yumru oluşumunun başlangıcından itibaren, sulama suyu seyreltilmiş karakafes veya ısırgan gübresi her iki ila üç haftada bir eklenmeli veya bitkileri organik sebze gübresi ile desteklenmelidir. **Kışın:** Dondan önce, kalan yumruları yerden çıkarmalısınız. Kumla dolu kutularda uzun süre saklanabilirler. Yataklar daha sonra gelecek baharda taze ekilecek.



BIO - Cékla - Chioggia

Beta vulgaris

Hagyományos olasz cékla vonzó jegyekkel

A Chioggia egy hagyományos olasz cékla, rózsaszín bőrrel és vonzó fehér/piros gyűrűs hússal. Belül fehér-piros gyűrűk szép kontrasztot alkotnak az egyébként megszokott mélyvörös színezéssel. Főzések során a piros és fehér csíkok összefutnak. A cékla alacsony kalóriatartalmú, sokoldalú, könnyen feldolgozható, nagy arányban tartalmaz folsavat, káliumot, B-vitamint és vasat. **Természetes elhelyezkedés:** Eredetileg a cékla a Földközi-tenger partvidékéről származik. Mára azonban egész Közép-Európában őshonos. **Sikeres termesztés:** A céklát tavasszal, április közepétől június elejéig lehet vetni. Annak érdekében, hogy a kemény magvak gyorsabban csírázzanak, vetés előtt egy éjszakán át szobameleg vízbe kell áztatni. Lazítsa meg a talajt a lehető legfinomabban, dolgozzon bele egy kis komposztot, és alakítsa ki egy körülbelül 2 cm mély magbarázdát, amelybe körülbelül 25 cm távolságra veti el a magokat, és takarja be talajjal. A céklát beltéren is előművelheti cserépben, így korábban be lehet takarítani. A vetés márciusban történik. Helyezze a cserepet világos és meleg helyre, ahol a hőmérséklet 20-25°C, és a termesztőfelületet tartsa nedvesen, de ne nedvesen. A csírázás általában három-öt hét után következik be. Amikor áprilisban megjelennek a hajtások, kiültetheti a céklát. **A legjobb hely:** Válasszon napos, védett helyet. **Optimális gondozás:** A cékla szinte mindenhol megterem, és meglehetősen igénytelen. Folyamatosan öntözzük, hogy a mélyre nyúló gyökerek is vizet kapjanak. A vizesedést azonban kerülni kell. A gumóképződés kezdetétől azonban érdemes az öntözővízbe két-három hetente hígított réce- vagy csalantrágyát adni, vagy szerves növényi műtrágyával alátámasztani a növényt. **Télen:** A fagy előtt távolítsa el a megmaradt gumókat a földből. Homokkal teli dobozokban hosszú ideig tárolhatók. Jövő tavasszal frissen vetik az ágyásokat.

: : : : :



オーガニック - ビートルート - キオッジャ

Beta vulgaris

かわいい柄の伝統的なイタリアのビートルート

キオッジャはイタリアの伝統的なビートルートで、ほのかなピンク色の外観で果肉は白と赤のリング状の模様です。果肉の白と赤のリング状の模様はかわいいコントラストを作り出しています。これは調理中に薄れていきます。ビートルートは低カロリーで簡単に調理ができ用途が広く、葉酸、カリウム、ビタミンB、鉄を多く含んでいます。

若いうちに収穫したビートルートは最も甘味と芳香があります。直径6cm以下に成長したビートルートを食べるとよいでしょう。ビートルートは、洗って、皮をむき、刻んで、生で野菜サラダとして楽しむことができます。根茎だけでなく、緑色の部分も調理して食べることができます。蒸して、ホウレン草のように調理してサラダに加えて楽しむことができます。調理方法：葉を5cm残して切り、皮をむかずに丸ごと40分ほど煮ます。他の方法として、ビートルートをアルミホイルに包み150℃のオーブンで2~3時間焼くこともできます。

自然な場所: ビートルートは地中海の沿岸地域が原産です。現在では、中央ヨーロッパの至る所で見られます。

栽培成功:

播種は4月中旬から6月上旬までに行います。発芽を促進するために、種を一晩ぬるま湯に浸します。土壌をよく耕し堆肥を混ぜて、深さ約2cmの畝を準備します。畝に種を25cm間隔で植え、その上から土を被せます。早く収穫したい場合は、室内で鉢で栽培することもできます。この場合は3月には種をまく必要があります。20℃~25℃の明るく暖かい場所に置き、用土は湿った状態に保ちます。通常は約3~5週間後に発芽します。4月に発芽した後、屋外に植え替える事ができますが、この場合は霜に対する保護が必要です。

最高のロケーション:

日当たりのよい防風された場所に栽培して、苗の間隔は少なくとも90cm空けてください。また、栄養供給のためには堆肥を与えるのがよいでしょう。

最適なケア:

ビートルートは比較的簡単に、ほとんどどこにでも栽培することができます。根元まで行き渡るように水を与えますが、水溜まりができないように注意が必要です。根茎の形成の開始と共に、コンフリー又はネトルで作った薄いハーブ液を与えるか又はオーガニック肥料を与えます。

冬に: 霜が降りる前に根茎を掘り出します。箱に砂と共にに入れて長期保管ができます。翌年の春に再びビートルートの種をまくことができます。

SKU: 18351 / BIO - Rote Beete - Chioggia