SKU: 15203 Brennnessel



© Rasbak - CC-BY-SA-3.0

Tips

Urtica urens

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	
Česky	CZ	8	
Türkçe	TR	8	
Magyar	HU	8	
日本語	JP	9	

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Коприва
Urtica urens
Не плевел, а супер билка

За повечето хора коприватa е неприятен плевел, но най-важното е, че е вкусно лечебно растение. Едногодишната коприва е по-нежна и изящна по форма от своята сестра – голямата коприва (Urtica dioica) – но при докосване изгаря още по-интензивно. От май до ноември листното растение цъфти с доста незабележими зеленикаво-бели цветя, които са подредени във висящи класове и се опрашват от вятъра. Расте като едногодишно тревисто растение и достига височина от 10 до 60 сантиметра. Активни сили: Чайовете от коприва с високо съдържание на желязо са популярни при пролетна умора, за детоксикация и промиване на пикочните пътища, при дразнене на пикочния мехур и леки инфекции на пикочния мехур. Оставете млади, изсушени листа, покрити с гореща вода за няколко минути. Младите кълнове, образувани през април или май, могат да се използват варени в зеленчукови ястия, в пресен зеленчуков сок, сурови и нарязани на ситно в билково масло, в салати, като гарнитура за хляб, спанак, в билкови сосове и като суха подправка. Зелените семена се берат през юни и юли и са вкусна гарнитура за хляб. Можете също така да ги изпечете като лека закуска. **Естествено местоположение**: Копривата е космополитно растение, защото се среща във всички умерени зони на Европа, Азия и Америка. **Успешно отглеждане:** Отглеждането от семена на закрито е възможно през цялата година. Размножаването в началото на годината обаче е идеално. Първо поставете семената в хладилника за една седмица, за да стимулирате покълването. След това леко притиснете семето на разстояние един сантиметър върху влажна, неоплодена саксийна или билкова почва и леко я покрийте с почвения субстрат. Покрийте съда с култура с домакинско фолио, което сте осигурили с дупки. Това предпазва почвата от изсушаване. Трябва да отстранявате фолиото за 2 часа на всеки два до три дни. Това предотвратява образуването на мухъл върху растящата почва. Поставете съда за култивиране на светло място, топло при 20 до 25° по Целзий през деня и възможно най-хладно през нощта. Поддържайте повърхността на почвата влажна (напр. с пръскачка за вода), но не мокра. В зависимост от температурата на отглеждане първите разсад се появяват след две до четири седмици. През април разсадът се засажда в градината на разстояние около 20 см. **Най-доброто местоположение:** Копривата обича слънчеви места за развитие на цветя и силни листа, но се справя добре и на сенчести места. **Оптимална грижа:** Urtica urens е доста невзискателна и може да се справи с всяко качество на почвата. **През зимата:** Малката копривка е едногодишна и за следващата година отново ще се самозасее.



Brændenælde
Urtica urens
Ikke et ukrudt, men en super urt

For de fleste mennesker er brændenælde et besværligt ukrudt, men vigtigst af alt er det en velsmagende lægeplante. Den et år gamle brændenælde er mere sart og sart i formen end sin søster, den store brændenælde (Urtica dioica) - men den brænder endnu mere intenst ved berøring. Fra maj til november blomstrer bladplanten med ret uanselige grønhvide blomster, der er arrangeret i hængende pigge og bestøves af vinden. Den vokser som en årlig urteagtig plante og når en højde på 10 til 60 centimeter. Aktive kræfter: Nældeteer med deres høje jernindhold er populære mod forårstræthed, til afgiftning og skylning af urinvejene, ved blæreirritation og milde blærebetændelser. ung, tørretLad bladene være dækket i varmt vand i et par minutter. De unge spirer dannet i april eller maj kan bruges tilberedt i grøntsagsretter, i frisk grøntsagsjuice, rå og finthakket i urtesmør, i salater, som topping til brød, spinat, i urtesaucer og som tørt krydderi. De grønne frø høstes i juni og juli og er en velsmagende topping til brød. Du kan også stege dem som snack. **Naturlig beliggenhed**: Brændenælden er en kosmopolitisk plante, fordi den findes i alle tempererede zoner i Europa, Asien og Amerika. **Succesfuld dyrkning:** Dyrkning fra frø indendørs er muligt hele året rundt. Formering i begyndelsen af året er dog ideel. Sæt frøene førsten uge i køleskabet for at stimulere spiringen. Tryk derefter frøet lidt med en centimeters afstand på fugtig, ugødet potte- eller urtejord og dæk det kun letmed jordsubstratet. Dæk dyrkningskarret til med husholdningsfilm, som du forsyner med huller. Dette beskytter jorden mod udtørring. Du bør fjerne folien i 2 timer hver anden til tredje dag. Dette forhindrer mug i at dannes på den voksende jord. Placer dyrkningskarret et lyst sted, varmt ved 20 til 25° Celsius om dagen og så køligt som muligt om natten. Hold jordoverfladen fugtig (f.eks. med en vandforstøver), men ikke våd. Afhængigt af væksttemperaturen vises de første frøplanter efter to til fire uger. I april plantes frøplanterne så ud i haven med en afstand på cirka 20 cm. **Den bedste beliggenhed:** Nælder kan lide solrige steder for blomsterudvikling og stærke blade, men de klarer sig også godt på skyggefulde steder. **Optimal pleje:** Urtica urens er ret krævende og kan klare enhver jordkvalitet. **Om vinteren:** Den lille nælde er en etårig og vil selvså igen til det kommende år.



Brennnessel
Urtica urens
Kein Unkraut, sondern ein Superkraut

Für die meisten Menschen ist die Brennnessel ein lästiges Unkraut, aber vor allem ist sie eine schmackhafte Heilpflanze. Die einjährige Kleine Brennnessel ist zierlicher und zarter in ihrer Gestalt als Ihre Schwester, die große Brennessel (Urtica dioica) - dafür brennt sie bei Berührung noch intensiver. Von Mai bis November blüht die blätterreiche Pflanze mit eher unscheinbaren grünlich-weißen Blütchen, die in hängenden Ähren angeordnet sind und vom Wind bestäubt werden. Sie wächst als einjährige krautige Pflanze und erreicht Wuchshöhen von 10 bis 60 Zentimetern. Wirkende Kräfte: Beliebt sind Brennnesseltees mit ihrem hohen Eisengehalt bei Frühjahrsmüdigkeit, zur Entschlackung und zur Durchspülung der ableitenden Harnwege, bei Blasenreizungen und leichten Blasenentzündungen. Junge, getrocknete Blätter in heißem Wasser abgedeckt für einige Minuten ziehen lässt. Die im April oder Mai gebildeten jungen Sprossen können gegart in Gemüsegerichten, in frischem Gemüsesaft, roh und fein gehackt in Kräuterbutter, in Salaten, als Brotbelag, Spinat, in Kräutersaucen sowie als Trockengewürz verwendet werden. Die grünen Samen erntet man im Juni und Juli und sind ein schmackhafter Brotbelag. Als Knabberei können Sie sie auch rösten. **Naturstandort**: Die Brennnessel ist eine kosmopolitische Pflanze, denn sie kommt in allen gemäßigten Zonen Europas, Asiens und Amerikas vor. **Anzucht:** Im Haus ist die Anzucht aus Samen das ganze Jahr über möglich. Ideal ist allerdings eine Anzucht zum Jahresbeginn. Legen Sie die Samen zunächst für eine Woche in den Kühlschrank, um die Keimfähigkeit anzuregen. Drücken Sie das Saatgut dann im Abstand von einem Zentimeter nur wenig auf feuchte, ungedüngte Anzucht- oder Kräutererde und bedecken Sie es nur leicht mit dem Erdsubstrat. Decken Sie das Anzuchtgefäß mit Klarsichtfolie ab, die Sie mit Löchern versehen. So ist die Erde vor Austrocknung geschützt. Alle zwei bis drei Tage sollten Sie die Folie für 2 Stunden entfernen. Das beugt einer Schimmelbildung auf der Anzuchterde vor. Stellen Sie das Anzuchtgefäß hell, tagsüber warm bei 20 bis 25° Celsius und nachts möglichst kühl. Halten Sie die Erdoberfläche feucht (z.B. mit einem Wassersprüher), aber nicht nass. Abhängig von der Anzuchttemperatur erscheinen die ersten Sämlinge nach zwei bis vier Wochen. Im April werden die Sämlinge dann im Abstand von etwa 20 cm im Garten ausgepflanzt. **Standort:** Brennnesseln mögen sonnige Standorte zur Blütenentwicklung und für kräftige Blätter, kommen aber auch an schattigen Stellen gut zurecht. **Pflege:** Die Urtica urens ist recht anspruchslos und kommt mit jeder Bodenqualität zurecht. **Im Winter:** Die kleine Brennnessel ist einjährig und sät sich selbst für das kommende Jahr wieder aus.



Dog Nettle
Urtica urens
Not a rambling weed, but a super weed

Most people see the Dog Nettle as an undesirable rambling weed, but above all it is a rather tasty medicinal plant. The small Dog Nettle is more delicate and tender than its big sister, the Urtica dioica, but it stings even more when touched. The annual, leafy and herbaceous plant grows between 10 and 60 cm high, and produces from May until November rather inconspicuous greenish-white flower spikes that are pollinated by the wind. Active agents: Dog Nettle tea contains a lot of iron and is often used against spring fever, as well as for purging and flushing the urinary passages, and to ease bladder trouble and light cystitis. For that, you just have to add some of the young, dried leaves to boiled water and let it simmer for a couple of minutes. The young shoots in April or May can be cooked with vegetable dishes, used in fresh vegetable juice or in raw and chopped form in herbed butter. Dog Nettle also goes well in salads, spinach and herbal sauces and can be used as dried herb as well as bread spread. During June or July, the green seeds can be harvested and also used as a tasty bread spread, or roasted for nibbling. **Natural location**: The Dog Nettle is a real cosmopolitan plant since it can be found in all temperate regions in Europe, Asia and America. **Successful cultivation:** Seed propagation indoors is possible throughout the year. However, the ideal time for propagation would be the beginning of the year. To increase the germinability, you should initially keep the seeds in the refrigerator for about a week. After that, slightly press the seeds onto non-fertilized moist potting compost or herb-substrate and put only very little compost earth on top. Cover the seed container with clear film to prevent the earth from drying out, but don't forget to make some holes in the clear film and take it every second or third day completely off for about 2 hours. That way you avoid mold formation on your potting compost. Place the seed container somewhere bright and warm with a temperature between 20°C and 25°Celsius during the day, and a preferably cool temperature during the night. Keep the earth – for instance with a water sprayer – moist, but not wet. Depending on the propagation temperature, the first seedlings will come up after two to four weeks. In April, the seedlings can be planted out in the garden, while setting them up about 20 cm apart from each other. **The best location:** The Dog Nettle prefers a sunny place for flower formation and to develop strong leaves, but it can also settle in shaded spots. **Optimal care:** The Urica urens is a rather modest plant without any special needs and can grow in most soils. **In the winter:** The small Dog Nettle is an annual plant and multiplies through self-seeding the next year.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Nõges
Urtica urens
Mitte umbrohi, vaid superrohi

Enamiku inimeste jaoks on kõrvenõges tülikas umbrohi, kuid mis peamine, maitsev ravimtaim. Üheaastane kõrvenõges on oma õest suurest kõrvenõgesest (Urtica dioica) õrnem ja õrnema kujuga – kuid puudutamisel põleb ta veelgi intensiivsemalt. Maist novembrini õitseb lehttaim üsna silmapaistmatute rohekasvalgete õitega, mis asetsevad rippuvate okkadena ja mida tuul tolmeldab. Ta kasvab üheaastase rohttaimena ja ulatub 10–60 sentimeetri kõrguseks. Aktiivsed jõud: Kõrge rauasisaldusega nõgeseteed on populaarsed kevadväsimuse, kuseteede võõrutus- ja õhetusravi, põieärrituse ja kergete põiepõletike korral. noor, kuivatatudJätke lehed mõneks minutiks kuuma vette kaetult seisma. Aprillis-mais moodustunud noori idusid võib kasutada keedetult köögiviljaroogades, värskes juurviljamahlas, toorelt ja peeneks hakituna ürdivõis, salatites, leivakattena, spinatis, ürdikastmetes ja kuiva maitseainena. Rohelised seemned koristatakse juunis ja juulis ning need on maitsvaks leivakatteks. Võid neid ka suupistena röstida. **Looduslik asukoht**: Kõrvenõges on kosmopoliitne taim, sest teda leidub kõigis Euroopa, Aasia ja Ameerika parasvöötmes. **Edukas kasvatamine:** Seemnetest siseruumides kasvatamine on võimalik aastaringselt. Ideaalne on aga paljundamine aasta alguses. Kõigepealt pange seemnednädalaks külmikusse idanemise ergutamiseks. Seejärel suruge seeme ühe sentimeetri kauguselt veidi niiskele, väetamata poti- või ürdimullale ja katke see kergelt.mulla substraadiga. Kata kultuurianum toidukilega, mille varustad aukudega. See kaitseb mulda kuivamise eest. Peaksite fooliumi eemaldama 2 tunniks iga kahe kuni kolme päeva järel. See takistab hallituse teket kasvupinnal. Asetage kultiveerimisnõu valgusküllasesse kohta, soojendage päeval 20–25 ° C ja öösel võimalikult jahedasse kohta. Hoidke mullapind niiske (nt veepihustiga), kuid mitte märg. Olenevalt kasvutemperatuurist ilmuvad esimesed seemikud kahe kuni nelja nädala pärast. Seejärel istutatakse seemikud aprillis aeda umbes 20 cm kaugusele. **Parim asukoht:** Nõgestele meeldivad päikeselised kasvukohad õite arendamiseks ja tugevad lehed, kuid nad saavad hästi hakkama ka varjulistes kohtades. **Optimaalne hooldus:** Urtica urens on üsna vähenõudlik ja saab hakkama igasuguse mullakvaliteediga. **Talvel:** Väike nõges on üheaastane ja külvab järgmisel aastal uuesti.



Nokkonen
Urtica urens
Ei rikkaruoho, vaan superyrtti

Useimmille ihmisille nokkonen on hankala rikkakasvi, mutta mikä tärkeintä, se on maukas lääkekasvi. Vuoden ikäinen nokkonen on muodoltaan herkempi ja herkempi kuin sen sisar, iso nokkonen (Urtica dioica) - mutta se palaa vielä voimakkaammin kosketettaessa. Toukokuusta marraskuuhun lehtikasvi kukkii melko huomaamattomilla vihertävänvalkoisilla kukilla, jotka on järjestetty riippuviin piikkeihin ja joita tuulen pölyttää. Se kasvaa vuotuisena nurmikasvina ja saavuttaa 10-60 senttimetrin korkeuden. Aktiiviset voimat: Nokkosteet korkealla rautapitoisuudellaan ovat suosittuja kevätväsymykseen, virtsateiden vieroitus- ja huuhteluhoitoon, virtsarakon ärsytykseen ja lieviin virtsarakkotulehduksiin. nuori, kuivattuJätä lehdet peitettynä kuumaan veteen muutamaksi minuutiksi. Huhti-toukokuussa muodostuneita nuoria versoja voidaan käyttää kasvisruokissa kypsennettynä, tuoreessa kasvismehussa, raakana ja hienonnettuna yrttivoissa, salaateissa, leivän täytteenä, pinaattina, yrttikastikkeina ja kuivamausteena. Vihreät siemenet korjataan kesä- ja heinäkuussa, ja ne ovat maukkaita leivän lisukkeita. Voit myös paistaa niitä välipalaksi. **Luonnollinen sijainti**: Nokkonen on kosmopoliittinen kasvi, koska sitä tavataan kaikilla lauhkeilla vyöhykkeillä Euroopassa, Aasiassa ja Amerikassa. **Onnistunut viljely:** Kasvatus siemenistä sisätiloissa on mahdollista ympäri vuoden. Lisääntyminen vuoden alussa on kuitenkin ihanteellinen. Laita ensin siemenetviikoksi jääkaapissa itämisen edistämiseksi. Paina sitten siementä vain vähän sentin etäisyydeltä kostealle, lannoittamattomalle ruukku- tai yrttimaalle ja peitä se vain kevyestimaaperän kanssa. Peitä viljelyastia kelmulla, johon on tehty reikiä. Tämä suojaa maaperää kuivumiselta. Poista folio 2 tunnin ajaksi kahden tai kolmen päivän välein. Tämä estää homeen muodostumisen kasvumaahan. Aseta viljelyastia valoisaan paikkaan, lämpimään päivällä 20-25°C:een ja yöllä mahdollisimman viileään. Pidä maaperä kosteana (esim. vesisumuttimella), mutta ei märkänä. Kasvulämpötilasta riippuen ensimmäiset taimet ilmestyvät kahden tai neljän viikon kuluttua. Huhtikuussa taimet istutetaan sitten puutarhaan noin 20 cm:n etäisyydelle. **Paras sijainti:** Nokkoset pitävät aurinkoisista kukkakehityspaikoista ja vahvoista lehdistä, mutta viihtyvät hyvin myös varjoisissa paikoissa. **Optimaalinen hoito:** Urtica urens on melko vaatimaton ja kestää kaiken maaperän laadun. **Talvella:** Pieni nokkonen on yksivuotinen ja kylväi itsensä uudelleen seuraavana vuonna.



Ortie brûlante
Urtica urens
Pas une mauvaise herbe, mais une super herbe

Pour la plupart des gens, l'ortie brûlante est une mauvaise herbe gênante, mais elle est surtout une plante médicinale savoureuse. La petite ortie brûlante annuelle a une figure plus décorative et délicate que sa sœur, la grande ortie brûlante (Urtica dioica), elle pique plus au toucher. La plante riche en feuilles fleurit de mai à novembre avec des petites fleurs blanche verdâtre plutôt discrètes qui sont ordonnées dans des épis suspendus et qui sont pollinisées par le vent. Elle est une plante herbacée annuelle et atteint une hauteur de 10 à 60 centimètres. Forces agissantes : Les thés d'orties brûlantes, avec leur fort contenu en fer, sont populaires pour la Frühjahrsmüdigkeit (fatigue du printemps), pour la purification, et pour l'irrigation des voies urinaires, ainsi que pour les irritations de la vessie et les légères cystites. Il faut mettre les jeunes feuilles séchées dans de l'eau chaude et les laisser infuser pendant quelques minutes. Les jeunes pousses qui se forment en avril ou en mai peuvent être utilisées cuites dans des plats végéteaux ou dans du jus de légumes frais, ou elles peuvent être utilisées crues et finement hachées dans du beurre aux herbes, dans des salades, comme garniture sur du pain, comme des épinards, dans des sauces aux herbes, ainsi que comme une épice séchée. On récolte les graines vertes en juin et en juillet, et elles sont une bonne garniture sur du pain. Vous pouvez aussi les griller et en faire un petit snack. **Emplacement naturel**: L'ortie brûlante est une plante cosmopolite, car elle se trouve dans toutes les zones tempérées d'Europe, d'Asie, et d'Amérique. **Culture réussie:** La culture des graines à la maison est possible tout au long de l'année. Cependant, l'idéal est de les cultiver en début d'année. D'abord, mettez les graines dans le réfrigérateur pendant une semaine, afin de stimuler la faculté germinative. Ensuite, appuyez les graines légèrement à un centimètre les unes des autres sur du terreau ou du terreau pour herbes humide et non engraissé et recouvrez-les légèrement avec le substrat. Couvrez le récipient avec une feuille transparente dans laquelle vous faites des trous. Comme ça, le terreau est protégé du dessèchement. Vous devez enlever la feuille pendant deux heures tous les deux ou trois jours. Ceci prévient la formation de moisissures dans le terreau. Mettez le récipient dans un endroit lumineux et chaud de 20° à 25° Celsius et froid la nuit, si possible. Maintenez la surface humide (avec un vaporisateur d'eau, par exemple), mais pas mouillé. Les premiers semis apparaissent après deux à quatre semaines en fonction de la température. Les semis sont repiqués ensuite dans le jardin en avril à environ 20 centimètres les uns des autres. **Le meilleur emplacement:** Les orties brûlantes aiment des emplacements ensoleillés pour le développement des fleurs et de feuilles puissantes, mais elles grandissent bien dans des endroits ombragés aussi. **Soins optimaux:** L'ortie brûlante est peu exigeante et prospère dans toute qualité de terre. **En hiver:** L'ortie brûlante est annuelle et se ressème elle-même pour l'année suivante



Τσουκνίδα
Urtica urens
Όχι ζιζάνιο, αλλά σούπερ βότανο

Για τους περισσότερους ανθρώπους, η τσουκνίδα είναι ένα ενοχλητικό ζιζάνιο, αλλά το πιο σημαντικό, είναι ένα νόστιμο φαρμακευτικό φυτό. Η τσουκνίδα ενός έτους είναι πιο ευαίσθητη και ευαίσθητη στο σχήμα από την αδερφή της, τη μεγάλη τσουκνίδα (Urtica dioica) - αλλά καίει ακόμα πιο έντονα όταν την αγγίζετε. Από τον Μάιο έως τον Νοέμβριο, το φυλλώδες φυτό ανθίζει με μάλλον δυσδιάκριτα πρασινολευκά άνθη, τα οποία είναι διατεταγμένα σε κρεμαστές ακίδες και γονιμοποιούνται από τον άνεμο. Αναπτύσσεται ως ετήσιο ποώδες φυτό και φτάνει σε ύψος τα 10 με 60 εκατοστά. Δραστικές δυνάμεις: Τα τσάγια τσουκνίδας με την υψηλή περιεκτικότητά τους σε σίδηρο είναι δημοφιλή για την ανοιξιάτικη κούραση, για αποτοξίνωση και έξαψη του ουροποιητικού συστήματος, για ερεθισμούς της ουροδόχου κύστης και ήπιες λοιμώξεις της ουροδόχου κύστης. νέος, αποξηραμένοςΑφήστε τα φύλλα σκεπασμένα με ζεστό νερό για λίγα λεπτά. Τα νεαρά λάχανα που σχηματίζονται τον Απρίλιο ή τον Μάιο μπορούν να χρησιμοποιηθούν μαγειρεμένα σε πιάτα λαχανικών, σε φρέσκο χυμό λαχανικών, ωμά και ψιλοκομμένα σε βούτυρο μυρωδικών, σε σαλάτες, ως επικάλυψη για ψωμί, σπανάκι, σε σάλτσες μυρωδικών και ως ξηρό μπαχαρικό. Οι πράσινοι σπόροι συγκομίζονται τον Ιούνιο και τον Ιούλιο και αποτελούν μια νόστιμη επικάλυψη για ψωμί. Μπορείτε να τα ψήσετε και ως σνακ. **Φυσική τοποθεσία**: Η τσουκνίδα είναι κοσμοπολίτικο φυτό γιατί απαντάται σε όλες τις εύκρατες ζώνες της Ευρώπης, της Ασίας και της Αμερικής. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Η καλλιέργεια από σπόρους σε εσωτερικούς χώρους είναι δυνατή όλο το χρόνο. Ωστόσο, ο πολλαπλασιασμός στην αρχή του έτους είναι ιδανικός. Βάλτε πρώτα τους σπόρουςγια μια εβδομάδα στο ψυγείο για να τονωθεί η βλάστηση. Στη συνέχεια, πιέστε τον σπόρο λίγο σε απόσταση ενός εκατοστού σε υγρό, μη γονιμοποιημένο χώμα γλάστρας ή βοτάνων και καλύψτε τον μόνο ελαφράμε το εδαφικό υπόστρωμα. Καλύψτε το δοχείο καλλιέργειας με μεμβράνη, την οποία ανοίγετε με τρύπες. Αυτό προστατεύει το έδαφος από το στέγνωμα. Θα πρέπει να αφαιρείτε το αλουμινόχαρτο για 2 ώρες κάθε δύο έως τρεις ημέρες. Αυτό αποτρέπει τη δημιουργία μούχλας στο αναπτυσσόμενο έδαφος. Τοποθετήστε το δοχείο καλλιέργειας σε φωτεινό μέρος, ζεστό στους 20 έως 25° Κελσίου κατά τη διάρκεια της ημέρας και όσο το δυνατόν πιο δροσερό τη νύχτα. Διατηρήστε την επιφάνεια του εδάφους υγρή (π.χ. με ψεκαστήρα νερού) αλλά όχι υγρή. Ανάλογα με τη θερμοκρασία ανάπτυξης, τα πρώτα σπορόφυτα εμφανίζονται μετά από δύο έως τέσσερις εβδομάδες. Τον Απρίλιο, τα σπορόφυτα φυτεύονται στη συνέχεια στον κήπο σε απόσταση περίπου 20 cm. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Στις τσουκνίδες αρέσουν οι ηλιόλουστες τοποθεσίες για ανάπτυξη λουλουδιών και τα δυνατά φύλλα, αλλά τα πάνε καλά και σε σκιερά μέρη. **Βέλτιστη φροντίδα:** Το Urtica urens είναι αρκετά μη απαιτητικό και μπορεί να αντιμετωπίσει οποιαδήποτε ποιότητα εδάφους. **Το χειμώνα:** Η μικρή τσουκνίδα είναι μονοετής και θα αυτοσπείρει ξανά για την επόμενη χρονιά.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Neantóg
Urtica urens
Ní fiailí é, ach sár-luibh

I gcás an chuid is mó daoine, is fiailí trioblóideacha é an neantóg stinging, ach is tábhachtaí fós, is planda íocshláinte blasta é. Tá an neantóg ghlingeach aon bhliain d'aois níos míne agus níos míne ó thaobh cruth de ná a dheirfiúr, an neantóg mhór ghleach (Urtica dioica) - ach dónn sé níos déine fós nuair a chuirtear i dteagmháil léi. Ó Bhealtaine go Samhain, bíonn bláthanna plandaí duilleogach le bláthanna glasa-bán sách neamhfheiceálach, atá socraithe i spící crochta agus atá pailniú ag an ngaoth. Fásann sé mar phlanda luibheach bliantúil agus sroicheann sé airde 10 go 60 ceintiméadar. Fórsaí gníomhacha: Tá an-tóir ar thae nettle a bhfuil a n-ábhar ard iarainn le haghaidh tuirse an earraigh, le haghaidh díthocsainithe agus sruthlú an chonair urinary, le greannú lamhnáin agus le hionfhabhtuithe éadrom lamhnán. óg, triomaitheFág na duilleoga clúdaithe in uisce te ar feadh cúpla nóiméad. Is féidir na sprouts óga a foirmíodh i mí Aibreáin nó mí na Bealtaine a úsáid cócaráilte i miasa glasraí, i sú glasraí úra, amh agus mionghearrtha go mín in im luibh, i sailéid, mar bharráil le haghaidh aráin, spionáiste, in anlainn luibhe agus mar spíosra tirim. Baintear na síolta glasa i mí an Mheithimh agus i mí Lúil agus is barrán blasta iad don arán. Is féidir leat iad a róstadh mar shneaiceanna freisin. **Suíomh nádúrtha**: Is planda cosmopolitan é an neantóg ghlingeach toisc go bhfuil sé le fáil i ngach crios measartha san Eoraip, san Áise agus i Meiriceá. **Saothrú rathúil:** Is féidir fás ó shíolta taobh istigh ar feadh na bliana. Mar sin féin, tá iomadú ag tús na bliana idéalach. Cuir na síolta ar dtúsar feadh seachtaine i refrigerator phéacadh a spreagadh. Ansin brúigh an síol beagán ceintiméadar ar shiúl ar ithir tais, neamhthoirchithe potaithe nó luibh agus clúdaigh go héadrom éleis an tsubstráit ithreach. Clúdaigh an soitheach cultúir le scannán cling, a sholáthraíonn tú le poill. Cosnaíonn sé seo an ithir ó thriomú amach. Ba chóir duit an scragall a bhaint ar feadh 2 uair gach dhá nó trí lá. Cuireann sé seo cosc ar mhúnla a fhoirmiú ar an ithir atá ag fás. Cuir an soitheach saothraithe in áit gheal, te ag 20 go 25 ° Celsius i rith an lae agus chomh fionnuar agus is féidir san oíche. Coinnigh dromchla na hithreach tais (m.sh. le spraeire uisce) ach ná bíodh sé fliuch. Ag brath ar an teocht atá ag fás, feictear na chéad síológa tar éis dhá nó ceithre seachtaine. I mí Aibreáin, cuirtear na síológa ansin sa ghairdín ar fad de thart ar 20 cm. **An suíomh is fearr:** Is maith le neantóga láithreacha grianmhara le haghaidh forbairt bláthanna agus duilleoga láidre, ach is maith leo freisin in áiteanna scáthaithe. **Cúram is fearr is féidir:** Tá na fualáin Urtica sách gan éileamh agus is féidir leo dul i ngleic le haon cháilíocht ithreach. **Sa gheimhreadh:** Is plantach bliantúil é an neantóg bheag agus cuirfidh sé féin-chur arís don bhliain atá romhainn.



Brennnessel
Urtica urens
Kein Unkraut, sondern ein Superkraut

Für die meisten Menschen ist die Brennnessel ein lästiges Unkraut, aber vor allem ist sie eine schmackhafte Heilpflanze. Die einjährige Kleine Brennnessel ist zierlicher und zarter in ihrer Gestalt als Ihre Schwester, die große Brennessel (Urtica dioica) - dafür brennt sie bei Berührung noch intensiver. Von Mai bis November blüht die blätterreiche Pflanze mit eher unscheinbaren grünlich-weißen Blütchen, die in hängenden Ähren angeordnet sind und vom Wind bestäubt werden. Sie wächst als einjährige krautige Pflanze und erreicht Wuchshöhen von 10 bis 60 Zentimetern. Virkir kraftar: Brenninetlute með háu járninnihaldi eru vinsæl við vorþreytu, við afeitrun og roða í þvagfærum, við ertingu í þvagblöðru og vægum blöðrusýkingum. ungt, þurrkaðLátið blöðin vera þakin heitu vatni í nokkrar mínútur. Ungu spírurnar sem myndast í apríl eða maí má nota eldaðar í grænmetisrétti, í ferskan grænmetissafa, hráan og smátt skorinn í kryddjurtasmjöri, í salöt, sem álegg á brauð, spínat, í kryddjurtasósur og sem þurrkrydd. Grænu fræin eru uppskorin í júní og júlí og eru bragðgott álegg fyrir brauð. Þú getur líka steikt þær sem snarl. **Náttúruleg staðsetning**: Brenninetlan er heimsborgari vegna þess að hún finnst á öllum tempruðu svæðum Evrópu, Asíu og Ameríku. **Árangursrík ræktun:** Ræktun úr fræjum innandyra er mögulegt allt árið um kring. Fjölgun í byrjun árs er hins vegar tilvalin. Settu fræin fyrstí viku í kæliskáp til að örva spírun. Þrýstu síðan fræinu aðeins í eins sentímetra fjarlægð á raka, ófrjóvgaða potta- eða jurtamold og hyldu það aðeins létt.með undirlagi jarðvegsins. Hyljið ræktunarílátið með matarfilmu, sem þú útvegar með götum. Þetta verndar jarðveginn gegn þurrkun. Þú ættir að fjarlægja álpappírinn í 2 klukkustundir á tveggja til þriggja daga fresti. Þetta kemur í veg fyrir að mygla myndist á vaxandi jarðvegi. Setjið ræktunarkerið á björtum stað, heitt við 20 til 25° Celsíus á daginn og eins svalt og hægt er á nóttunni. Haltu jarðvegsyfirborðinu röku (t.d. með vatnsúða) en ekki blautu. Það fer eftir vaxtarhitastigi, fyrstu plönturnar birtast eftir tvær til fjórar vikur. Í apríl eru plönturnar síðan gróðursettar í garðinum í um 20 cm fjarlægð. **Besta staðsetningin:** Brenninetlur eru hrifnar af sólríkum stöðum fyrir blómaþroska og sterk laufblöð, en hún gengur líka vel á skuggsælum stöðum. **Besta umönnun:** Urtica urens er frekar lítið krefjandi og getur tekist á við hvaða jarðvegsgæði sem er. **Á veturna:** Litla netlan er árleg og mun sá sjálf aftur fyrir komandi ár.



Ortica minore
Urtica urens
Non un'erba, ma una super-erba

Per la maggior parte delle persone l'Ortica è un'erbaccia fastidiosa, ma in realtà si tratta soprattutto di una pianta officinale saporita. L'Ortica minore è più tenera è delicata di sua sorella maggiore, l'Ortica (Urtica dioica), per questo è meno urticante. Da maggio a novembre sulla pianta ricca di foglie sbocciano piccoli fiori poco appariscenti di colore bianco-verdastro, ordinati sulle ramificazioni pendenti, che vengono impollinati dal vento. Cresce come pianta erbacea annuale e raggiunge un'altezza che varia dai 10 ai 60 centimetri. Proprietà: le infusioni di Ortica sono apprezzate per l'elevato contenuto di ferro per combattere la stanchezza primaverile, come purgante per liberare le vie urinarie occluse e per le infiammazioni leggere della vescica. Per la preparazione lasciate in infusione per alcuni minuti, in acqua bollente e coperte, le foglie giovani che avrete fatto essiccare. I giovani germogli che sbocciano in aprile e maggio possono essere utilizzati cotti in piatti di verdure, nel succo di verdura fresco, oppure crudi e sminuzzati dentro un burro aromatizzato, nelle insalate, come guarnizione sul pane, sugli spinaci, in salse e condimenti. I semi verdi che si ricavano in giugno e luglio sono un saporito complemento per il pane fatto in casa. Tostati sono invece un piacevole snack. **Posizione naturale**: L'Ortica è una pianta cosmopolita, poiché proviene da tutte le zone temperate dell'Europa, dell'Asia e delle Americhe. **Coltivazione riuscita:** La coltivazione da semi in casa è possibile durante tutto l'anno, tuttavia è preferibile piantare all'inizio dell'anno. Per aumentare la germinabilità dei semi lasciateli per una settimana in frigorifero. In seguito collocate i semi a circa un centimetro di profondità nella terra di coltivo umida e non concimata, o in terra per piante erbacee, e ricoprite solo leggermente con il substrato. Coprite il recipiente di coltivazione con pellicola trasparente, sulla quale praticherete dei fori, in questo modo la terra eviterà di seccarsi. Ogni due o tre giorni rimuovete la pellicola per 2 ore, per prevenire la formazione di muffe sulla terra. Collocate il recipiente di coltivazione in un luogo luminoso e caldo, a una temperatura diurna fra i 20° e i 25°C e più fresca la notte. Mantenete la superficie di terra umida (ad esempio con uno spruzzino), ma non bagnata. A seconda della temperatura del coltivo, le prime piantine compariranno da due a quattro settimane dopo. In aprile le piantine potranno essere trapiantate in giardino, a una distanza di circa 20 centimetri l'una dall'altra. **La posizione migliore:** Le Ortiche necessitano di ambienti soleggiati per sviluppare i fiori e foglie robuste, ma si adattano anche agli ambienti ombrosi. **Cura ottimale:** L'Urtica urens è davvero senza pretese e si adatta a qualsiasi tipo di terreno. **In inverno:** L'Ortica minore è annuale e si auto-insemina per l'anno successivo.



Kopriva
Urtica urens
Nije korov, već super biljka

Za većinu ljudi kopriva je problematičan korov, ali što je najvažnije, ona je ukusna ljekovita biljka. Jednogodišnja kopriva nježnijeg je i finijeg oblika od svoje sestre, velike koprive (Urtica dioica) – ali još jače peče na dodir. Od svibnja do studenog ova lisnata biljka cvjeta prilično neuglednim zelenkastobijelim cvjetovima koji su složeni u viseće klasove i oprašuju se vjetrom. Raste kao jednogodišnja zeljasta biljka i doseže visinu od 10 do 60 centimetara. Aktivne snage: Čajevi od koprive s visokim udjelom željeza popularni su kod proljetnog umora, za detoksikaciju i ispiranje mokraćnih putova, kod iritacije mjehura i blažih infekcija mjehura. mlado, osušenoOstavite listove poklopljene u vrućoj vodi nekoliko minuta. Mlade klice nastale u travnju ili svibnju mogu se koristiti kuhane u jelima od povrća, u svježem soku od povrća, sirove i sitno nasjeckane na maslacu od začinskog bilja, u salatama, kao preljev za kruh, špinat, u umacima od začinskog bilja i kao suhi začin. Zelene sjemenke beru se u lipnju i srpnju i predstavljaju ukusan nadjev za kruh. Možete ih ispeći i kao međuobrok. **Zemlja porijekla**: Kopriva je kozmopolitska biljka jer je ima u svim umjerenim zonama Europe, Azije i Amerike. **Uspješan uzgoj:** Uzgoj iz sjemena u zatvorenom prostoru moguć je tijekom cijele godine. Ipak, idealno je razmnožavanje početkom godine. Prvo stavite sjemenketjedan dana u hladnjaku za poticanje klijanja. Zatim sjeme samo malo utisnite na udaljenost od jednog centimetra na vlažnu, negnojenu zemlju za posude ili začinsko bilje i samo ga lagano pokrijtesa zemljanim supstratom. Posudu s kulturom prekrijte prozirnom folijom koju ste opremili rupama. To štiti tlo od isušivanja. Svaka dva do tri dana skinite foliju na 2 sata. Time se sprječava stvaranje plijesni na tlu za uzgoj. Stavite posudu za uzgoj na svijetlo mjesto, toplo na 20 do 25°C tijekom dana i što je moguće hladnije noću. Održavajte površinu tla vlažnom (npr. raspršivačem vode), ali ne mokrom. Ovisno o temperaturi uzgoja, prve sadnice pojavljuju se nakon dva do četiri tjedna. U travnju se potom sadnice sade u vrt na razmak od oko 20 cm. **Najbolja lokacija:** Kopriva voli sunčana mjesta zbog razvoja cvjetova i jakih listova, ali dobro uspijeva i na sjenovitim mjestima. **Optimalna njega:** Urtica urens prilično je nezahtjevna i podnosi svaku kvalitetu tla. **U zimi:** Mala kopriva je jednogodišnja i sljedeće će se godine ponovno samozasijati.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Nātres
Urtica urens
Nevis nezāle, bet superzāle

Lielākajai daļai cilvēku nātre ir apgrūtinoša nezāle, bet pats galvenais - garšīgs ārstniecības augs. Viengadīgā nātre pēc formas ir smalkāka un smalkāka nekā tās māsa lielajai nātrei (Urtica dioica) – taču pieskaroties tā deg vēl intensīvāk. Lapu augs no maija līdz novembrim zied ar diezgan neuzkrītošiem zaļganbaltiem ziediem, kas sakārtoti nokarenās vārpās un ko apputeksnē vējš. Tas aug kā viengadīgs lakstaugs un sasniedz 10 līdz 60 centimetru augstumu. Aktīvie spēki: nātru tējas ar augstu dzelzs saturu ir iecienītas pavasara noguruma, urīnceļu detoksikācijas un pietvīkuma, urīnpūšļa kairinājuma un vieglu urīnpūšļa infekciju gadījumos. jauni, žāvētiAtstājiet lapas pārklātas ar karstu ūdeni dažas minūtes. Aprīlī vai maijā izveidotos jaunos dīgstus var izmantot vārītus dārzeņu ēdienos, svaigā dārzeņu sulā, jēlus un smalki sagrieztus garšaugu sviestā, salātos, kā piedevu maizei, spinātiem, garšaugu mērcēs un kā sausu garšvielu. Zaļās sēklas tiek novāktas jūnijā un jūlijā, un tās ir garšīgs maizes papildinājums. Varat arī tos apgrauzdēt kā uzkodu. **Dabiska vieta**: Dzeltenā nātre ir kosmopolītisks augs, jo sastopams visās Eiropas, Āzijas un Amerikas mērenajās joslās. **Veiksmīga audzēšana:** Audzēšana no sēklām telpās ir iespējama visu gadu. Tomēr pavairošana gada sākumā ir ideāla. Vispirms ielieciet sēklasuz nedēļu ledusskapī, lai stimulētu dīgtspēju. Pēc tam tikai nedaudz piespiediet sēklu viena centimetra attālumā uz mitras, neapaugļotas podiņu vai garšaugu augsnes un pārklājiet to tikai viegliar augsnes substrātu. Nosedziet kultivēšanas trauku ar pārtikas plēvi, kuru nodrošina ar caurumiem. Tas pasargā augsni no izžūšanas. Jums vajadzētu noņemt foliju 2 stundas ik pēc divām līdz trim dienām. Tas novērš pelējuma veidošanos augošajā augsnē. Kultivēšanas trauku novieto gaišā vietā, dienā siltā 20 līdz 25°C temperatūrā un pēc iespējas vēsākā naktī. Uzturiet augsnes virsmu mitru (piemēram, ar ūdens smidzinātāju), bet ne mitru. Atkarībā no augšanas temperatūras pirmie stādi parādās pēc divām līdz četrām nedēļām. Aprīlī stādi tiek stādīti dārzā apmēram 20 cm attālumā. **Labākā atrašanās vieta:** Nātrēm patīk saulainas vietas ziedu attīstībai un spēcīgas lapas, taču tās labi padodas arī ēnainās vietās. **Optimāla aprūpe:** Urtica urens ir diezgan mazprasīgs un var tikt galā ar jebkuru augsnes kvalitāti. **Ziemā:** Mazā nātre ir viengadīga un nākamgad atkal sēsies pati.



Dilgėlė
Urtica urens
Ne piktžolė, o superžolė

Daugeliui žmonių dilgėlė yra varginanti piktžolė, bet svarbiausia – skanus vaistinis augalas. Vienerių metų dilgėlė yra gležnesnė ir gležnesnės formos nei jos sesuo didžioji dilgėlė (Urtica dioica) – tačiau palietus ji dega dar intensyviau. Gegužės–lapkričio mėnesiais lapinis augalas žydi gana nepastebimais žalsvai baltais žiedais, kurie išsidėstę kabantys spygliukais ir apdulkinami vėjo. Jis auga kaip vienmetis žolinis augalas ir pasiekia 10–60 centimetrų aukštį. Aktyvios jėgos: Dilgėlių arbatos su dideliu geležies kiekiu populiarios nuo pavasarinio nuovargio, nuo šlapimo takų detoksikacijos ir paraudimo, nuo šlapimo pūslės dirginimo ir lengvų šlapimo pūslės infekcijų. jaunas, džiovintasKelias minutes palikite lapus uždengtus karštu vandeniu. Balandžio arba gegužės mėnesiais susiformavusius jaunus daigus galima naudoti virti daržovių patiekaluose, šviežiose daržovių sultyse, žalius ir smulkiai supjaustytus žolelių svieste, salotose, kaip duonos, špinatų užpilą, žolelių padažuose ir kaip sausą prieskonį. Žalios sėklos skinamos birželio ir liepos mėnesiais ir yra skanus duonos užpilas. Taip pat galite juos kepti kaip užkandį. **Natūrali vieta**: Dilgėlė yra kosmopolitinis augalas, nes aptinkamas visose vidutinio klimato juostose Europoje, Azijoje ir Amerikoje. **Sėkmingas auginimas:** Auginti iš sėklų patalpose galima ištisus metus. Tačiau dauginimas metų pradžioje yra idealus. Pirmiausia įdėkite sėklassavaitę šaldytuve, kad paskatintų daigumą. Tada šiek tiek prispauskite sėklą vieno centimetro atstumu ant drėgnos, netręštos vazoninės ar žolelės žemės ir lengvai užberkitesu dirvožemio substratu. Kultūros indą uždenkite maistine plėvele, kurioje yra skylės. Tai apsaugo dirvą nuo išdžiūvimo. Kas dvi ar tris dienas 2 valandas nuimkite foliją. Tai neleidžia augančioje dirvoje susidaryti pelėsiui. Auginimo indą pastatykite šviesioje vietoje, dieną pašildykite iki 20–25°C, o naktį kuo vėsiau. Dirvos paviršių laikykite drėgną (pvz., vandens purkštuvu), bet ne šlapią. Priklausomai nuo augimo temperatūros, pirmieji daigai pasirodo po dviejų-keturių savaičių. Balandžio mėnesį daigai sodinami į sodą maždaug 20 cm atstumu. **Geriausia vieta:** Dilgėlėms patinka saulėtos vietos žiedams vystytis ir stiprūs lapai, tačiau puikiai dera ir pavėsingose vietose. **Optimali priežiūra:** Urtica urens yra gana nereiklus ir gali susidoroti su bet kokia dirvožemio kokybe. **Žiemą:** Mažoji dilgėlė yra vienmetė ir kitais metais vėl sėsis savaime.



Ħurrieq
Urtica urens
Mhux ħaxix ħażin, iżda ħwawar super

Għal ħafna nies, il-ħurrieq hija ħaxix ħażin idejqek, iżda l-aktar importanti, hija pjanta mediċinali fit-togħma. Il-ħurrieq ta' sena hija aktar delikata u delikata fil-forma minn oħtha, il-ħurrieq il-kbir (Urtica dioica) – iżda tinħaraq aktar qawwi meta tintmess. Minn Mejju sa Novembru, il-fjuri tal-pjanti bil-weraq bi fjuri bojod fl-aħdar pjuttost inconspicuous, li huma rranġati fi spikes mdendlin u huma mdakkra mir-riħ. Tikber bħala pjanta erbaċeja annwali u tilħaq għoli ta '10 sa 60 ċentimetru. Forzi attivi: Tejiet tal-ħurrieq b'kontenut għoli ta 'ħadid tagħhom huma popolari għall-għeja tar-rebbiegħa, għad-ditossifikazzjoni u l-fawra tal-passaġġ urinarju, għall-irritazzjoni tal-bużżieqa u infezzjonijiet ħfief tal-bużżieqa. żgħażagħ, imnixxfaħalli l-weraq mgħottija f'ilma sħun għal ftit minuti. In-nebbieta żgħar iffurmati f'April jew Mejju jistgħu jintużaw imsajra fi platti tal-ħxejjex, f'meraq tal-ħaxix frisk, nej u mqatta 'b'mod fin fil-butir tal-ħxejjex, fl-insalati, bħala topping għall-ħobż, spinaċi, fi zlazi tal-ħxejjex u bħala ħwawar niexef. Iż-żrieragħ ħodor jinħasdu f'Ġunju u Lulju u huma topping fit-togħma għall-ħobż. Tista 'wkoll ixwihom bħala snack. **Post naturali**: Il-ħurrieq hija pjanta kożmopolitana għax tinsab fiż-żoni kollha moderati tal-Ewropa, l-Asja u l-Amerika. **Kultivazzjoni b'suċċess:** It-tkabbir miż-żrieragħ ġewwa huwa possibbli s-sena kollha. Madankollu, il-propagazzjoni fil-bidu tas-sena hija ideali. Poġġi ż-żrieragħ l-ewwelgħal ġimgħa fil-friġġ biex tistimula l-ġerminazzjoni. Imbagħad agħfas iż-żerriegħa ftit biss f'distanza ta 'ċentimetru fuq qsari niedja, mhux fertilizzata jew ħamrija tal-ħxejjex u għattiha biss ħafifmas-sottostrat tal-ħamrija. Għatti l-bastiment tal-kultura b'cling film, li inti tipprovdi b'toqob. Dan jipproteġi l-ħamrija milli tinxef. Għandek tneħħi l-fojl għal sagħtejn kull jumejn jew tlett ijiem. Dan jipprevjeni l-iffurmar tal-moffa fuq il-ħamrija li qed tikber. Poġġi l-bastiment tal-kultivazzjoni f'post qawwi, sħun f'20 sa 25 ° Celsius matul il-jum u kemm jista 'jkun frisk bil-lejl. Żomm il-wiċċ tal-ħamrija niedja (eż. bi sprejer tal-ilma) iżda mhux imxarrab. Skont it-temperatura tat-tkabbir, l-ewwel nebbieta jidhru wara ġimgħatejn sa erba 'ġimgħat. F'April, in-nebbieta mbagħad jitħawlu fil-ġnien f'distanza ta 'madwar 20 ċm. **L-aħjar post:** Ħurrieq bħal postijiet xemxija għall-iżvilupp tal-fjuri u weraq b'saħħithom, iżda jagħmlu tajjeb ukoll f'postijiet dellija. **Kura ottimali:** L-Urtica urens huwa pjuttost mhux impenjattiv u jista 'jlaħħaq ma' kwalunkwe kwalità tal-ħamrija. **Fix-xitwa:** Il-ħurrieq żgħira hija annwali u terġa 'tinżera' għal rasha għas-sena li ġejja.



Geneeskrachtige Planten - Brandnetel
Urtica urens
Geen wiet, maar een superkruid

Voor de meeste mensen is de brandnetel een vervelende wiet, maar bovenal een lekker geneeskrachtig kruid. De eenjarige kleine brandnetel is delicater en delicater van vorm dan zijn zus, de grote brandnetel (Urtica dioica) - maar hij brandt nog intenser bij aanraking. Van mei tot november bloeit de lommerrijke plant met vrij onopvallende groenachtig witte bloemen die in hangende aren zijn gerangschikt en door de wind worden bestoven. Het groeit als een eenjarige kruidachtige plant en bereikt een hoogte van 10 tot 60 centimeter. Werkzame krachten: Brandneteltheе met een hoog ijzergehalte is populair bij vermoeidheid in de lente, voor het zuiveren en spoelen van de urinewegen, voor irritaties van de blaas en milde blaasontstekingen. Laat de jonge, gedroogde bladeren een paar minuten trekken in heet water. De jonge spruitjes gevormd in april of mei kunnen worden gekookt in groentegerechten, in vers groentesap, rauw en fijngehakt in kruidenboter, in salades, als sandwich, spinazie, in kruidensauzen en als droge specerij. De groene zaden worden in juni en juli geoogst en zijn een lekkere topping op brood. Je kunt ze ook als tussendoortje roosteren. **Natuurlijke locatie**: De brandnetel is een kosmopolitische plant omdat hij voorkomt in alle gematigde streken van Europa, Azië en Amerika. **Succesvolle teelt:** Binnen kweken uit zaden is het hele jaar mogelijk. De teelt aan het begin van het jaar is echter ideaal. Zet de zaden eerst een week in de koelkast om de ontkieming te stimuleren. Druk vervolgens de zaden slechts een klein beetje van een centimeter afstand op vochtige, onbevruchte pot- of kruidengrond en bedek ze slechts licht met het bodemsubstraat. Dek de kweekbak af met vershoudfolie, die u van gaten heeft voorzien. Dit beschermt de aarde tegen uitdroging. Om de twee tot drie dagen moet u de film gedurende 2 uur verwijderen. Dit voorkomt schimmelvorming op de teeltgrond. Zet de zaadbak op een lichte plaats, overdag warm bij 20 tot 25 ° Celsius en 's nachts zo koel mogelijk. Houd het aardoppervlak vochtig (bijv. Met een watersproeier), maar niet nat. Afhankelijk van de teelttemperatuur verschijnen de eerste zaailingen na twee tot vier weken. In april worden de zaailingen vervolgens uitgeplant in de tuin op een afstand van ongeveer 20 cm. **De beste locatie:** Brandnetels houden van zonnige locaties voor bloemontwikkeling en sterke bladeren, maar ze kunnen ook goed met elkaar overweg op schaduwrijke plaatsen. **Optimale verzorging:** De Urtica urens stelt weinig eisen en kan elke bodemkwaliteit aan. **In de winter:** De kleine brandnetel is eenjarig en zaait zichzelf weer voor het komende jaar.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Brennesle
Urtica urens
Ikke et ugress, men en super urt

For de fleste er brennesle et plagsomt ugress, men viktigst av alt er det en velsmakende medisinplante. Den ett år gamle brenneslen er mer delikat og delikat i formen enn søsteren, den store brenneslen (Urtica dioica) - men den brenner enda mer intenst ved berøring. Fra mai til november blomstrer bladplanten med ganske lite iøynefallende grønnhvite blomster, som er ordnet i hengende pigger og pollineres av vinden. Den vokser som en årlig urteaktig plante og når en høyde på 10 til 60 centimeter. Aktive krefter: Brennesle-teer med sitt høye jerninnhold er populært mot vårtrøtthet, for avgiftning og spyling av urinveiene, mot blæreirritasjon og milde blæreinfeksjoner. ung, tørketLa bladene dekkes i varmt vann i noen minutter. De unge spirene som dannes i april eller mai kan brukes tilberedt i grønnsaksretter, i fersk grønnsaksjuice, rå og finhakket i urtesmør, i salater, som topping til brød, spinat, i urtesauser og som tørt krydder. De grønne frøene høstes i juni og juli og er et smakfullt pålegg til brød. Du kan også steke dem som snacks. **Naturlig beliggenhet**: Brenneslen er en kosmopolitisk plante fordi den finnes i alle tempererte soner i Europa, Asia og Amerika. **Vellykket dyrking:** Å dyrke fra frø innendørs er mulig hele året. Imidlertid er forplantning i begynnelsen av året ideell. Sett frøene først en uke i kjøleskapet for å stimulere til spiring. Trykk deretter frøet litt på en centimeters avstand på fuktig, ugjødslet potte- eller urtejord og dekk det bare lettmed jordsubstratet. Dekk kulturkaret med matfilm, som du forsyner med hull. Dette beskytter jorda mot å tørke ut. Du bør fjerne folien i 2 timer annenhver til tredje dag. Dette forhindrer at det dannes mugg på den voksende jorda. Plasser dyrkingskaret på et lyst sted, varmt ved 20 til 25° Celsius om dagen og så kjølig som mulig om natten. Hold jordoverflaten fuktig (f.eks. med en vannsprøyte), men ikke våt. Avhengig av veksttemperaturen vises de første frøplantene etter to til fire uker. I april plantes så frøplantene ut i hagen med en avstand på ca 20 cm. **Den beste beliggenheten:** Brennesler liker solrike steder for blomsterutvikling og sterke blader, men de klarer seg også godt på skyggefulle steder. **Optimal omsorg:** Urtica urens er ganske lite krevende og kan takle enhver jordkvalitet. **Om vinteren:** Den lille brenneslen er en ettårig og skal selvså igjen til året som kommer.



Pokrzywa
Urtica urens
Nie zioło, ale super zioło

Większość ludzi postrzega pokrzywę jako niepożądany chwast wędrujący, ale przede wszystkim jest to raczej smaczna roślina lecznicza. Mała pokrzywa jest delikatniejsza i delikatniejsza niż jej starsza siostra Urtica dioica, ale kłuje jeszcze bardziej przy dotknięciu. Roślina jednoroczna, liściasta i zielna osiąga wysokość od 10 do 60 cm i wytwarza od maja do listopada raczej niepozorne zielonkawo-białe kwiatostany zapylane przez wiatr. Substancje czynne: Herbatka z pokrzywy psa zawiera dużo żelaza i jest często stosowana przeciwko wiosennej gorączce, a także do udrażniania dróg moczowych oraz łagodzenia problemów z pęcherzem i lekkim zapaleniem pęcherza. W tym celu wystarczy dodać trochę młodych suszonych liści do przegotowanej wody i pozostawić na wolnym ogniu przez kilka minut. Młode pędy w kwietniu lub maju można gotować z potrawami warzywnymi, stosować w soku ze świeżych warzyw lub w postaci surowej i posiekanej na maśle ziołowym. Dog Nettle dobrze komponuje się również w sałatkach, sosach szpinakowych i ziołowych oraz może być stosowana jako suszone zioło, a także jako środek do smarowania pieczywa. W czerwcu lub lipcu zielone nasiona można zbierać i używać jako smacznej pasty do chleba lub prażyć do skubania. **Naturalne położenie**: Pokrzywa to prawdziwa kosmopolityczna roślina, ponieważ można ją znaleźć we wszystkich umiarkowanych regionach Europy, Azji i Ameryki. **Udana uprawa:** Rozmnażanie nasion w pomieszczeniach jest możliwe przez cały rok. Jednak idealnym czasem na rozmnażanie byłby początek roku. Aby zwiększyć zdolność kiełkowania, należy początkowo przechowywać nasiona w lodówce przez około tydzień. Następnie lekko dociśnij nasiona do niezawożonego wilgotnego kompostu doniczkowego lub podłoża ziołowego i umieść na wierzchu bardzo mało ziemi kompostowej. Przykryj pojemnik na nasiona przezroczystą folią, aby ziemia nie wyschła, ale nie zapomnij zrobić dziur w przezroczystej folii i zdejmuj ją co drugi lub trzeci dzień na około 2 godziny. W ten sposób unikniesz tworzenia się pleśni na kompoście doniczkowym. Umieść pojemnik na nasiona w miejscu jasnym i ciepłym o temperaturze od 20 ° C do 25 ° Celsjusza w ciągu dnia i najlepiej chłodnej w nocy. Utrzymuj ziemię - na przykład za pomocą rozpylacza wody - wilgotną, ale nie mokrą. W zależności od temperatury rozmnażania pierwsze sadzonki wyrosną po dwóch do czterech tygodni. W kwietniu sadzonki można sadzić w ogrodzie, rozstawiając je około 20 cm od siebie. **Najlepsza lokalizacja:** Pokrzywa preferuje słoneczne miejsca do tworzenia kwiatów i silnych liści, ale może też osiedlać się w miejscach zacienionych. **Optymalna pielęgnacja:** Urica urens jest raczej skromną rośliną bez specjalnych potrzeb i może rosnąć na większości gleb. **W zimę:** Mała pokrzywa jest rośliną jednoroczną i rozmnaża się przez samosiew w następnym roku.



Urtiga
Urtica urens
Não é uma erva daninha, mas uma super erva

Para a maioria das pessoas, urtiga é uma erva daninha problemática, mas o mais importante, é uma planta medicinal saborosa. A urtiga de um ano tem um formato mais delicado e delicado do que sua irmã, a urtiga grande (Urtica dioica) - mas queima ainda mais intensamente quando tocada. De maio a novembro, a planta frondosa floresce com flores branco-esverdeadas bastante discretas, dispostas em espigas suspensas e polinizadas pelo vento. Cresce como uma planta herbácea anual e atinge uma altura de 10 a 60 centímetros. Forças ativas: Os chás de urtiga com alto teor de ferro são populares para o cansaço da primavera, para desintoxicação e lavagem do trato urinário, para irritação da bexiga e infecções leves da bexiga. jovem, secoDeixe as folhas cobertas de água quente por alguns minutos. Os rebentos formados em abril ou maio podem ser utilizados cozidos em pratos de legumes, em sumo de legumes frescos, crus e picados na manteiga de ervas, em saladas, como cobertura de pão, espinafres, em molhos de ervas e como tempero seco. As sementes verdes são colhidas em junho e julho e são uma saborosa cobertura para o pão. Você também pode assá-los como um lanche. **Localização natural**: A urtiga é uma planta cosmopolita porque se encontra em todas as zonas temperadas da Europa, Ásia e América. **Cultivo bem sucedido:** Cultivar a partir de sementes dentro de casa é possível durante todo o ano. No entanto, a propagação no início do ano é ideal. Coloque as sementes primeiropor uma semana na geladeira para estimular a germinação. Em seguida, pressione a semente um pouco a uma distância de um centímetro em vasos úmidos e não fertilizados ou solo de ervas e cubra-a apenas levementecom o substrato do solo. Cubra o recipiente de cultura com filme plástico, que você fornece com furos. Isso protege o solo de secar. Você deve remover o papel alumínio por 2 horas a cada dois ou três dias. Isso evita a formação de mofo no solo em crescimento. Coloque o recipiente de cultivo em um local claro, quente de 20 a 25° Celsius durante o dia e o mais fresco possível à noite. Mantenha a superfície do solo úmida (por exemplo, com um pulverizador de água), mas não molhada. Dependendo da temperatura de crescimento, as primeiras mudas aparecem após duas a quatro semanas. Em abril, as mudas são plantadas no jardim a uma distância de cerca de 20 cm. **A melhor localização:** As urtigas gostam de locais ensolarados para o desenvolvimento de flores e folhas fortes, mas também se dão bem em locais sombreados. **Cuidado ideal:** A Urtica urens é bastante pouco exigente e pode lidar com qualquer qualidade de solo. **No inverno:** A pequena urtiga é anual e se auto-semeará novamente no próximo ano.



Plante medicinale - Urzică
Urtica urens
Nu o buruiană, ci o super plantă

Pentru majoritatea oamenilor, urzica este o buruiană enervantă, dar mai presus de toate este o plantă medicinală gustoasă. Urzica mică anuală are o formă mai delicată și mai delicată decât sora ei, urzica mare (Urtica dioica) - dar arde și mai intens când este atinsă. Din mai până în noiembrie, planta cu frunze înfloreşte cu flori alb-verzuie destul de puțin vizibile, care sunt aranjate în urechi agățate și sunt polenizate de vânt. Crește ca plantă erbacee anuală și atinge înălțimi de 10 până la 60 de centimetri. Forțe active: Ceaiurile de urzică cu conținut ridicat de fier sunt populare în oboseala de primăvară, pentru purificarea și înroșirea tractului urinar, pentru iritații ale vezicii urinare și infecții ușoare ale vezicii urinare. Lăsați frunzele tinere și uscate să se absoarbă în apă fierbinte timp de câteva minute. Lăstarii tineri formați în aprilie sau mai pot fi gătite în feluri de mâncare de legume, în suc proaspăt de legume, crude și tocate mărunt în unt de ierburi, în salate, ca sandviș, spanac, în sosuri de plante și ca condiment uscat. Semințele verzi sunt recoltate în iunie și iulie și sunt un topping gustos pe pâine. Le puteți prăji și ca gustare. **Locație naturală**: Urzica este o plantă cosmopolită, deoarece apare în toate zonele temperate din Europa, Asia și America. **Cultivare de succes:** Cultivarea din semințe în interior este posibilă pe tot parcursul anului. Cu toate acestea, cultivarea la începutul anului este ideală. Mai întâi, puneți semințele la frigider timp de o săptămână pentru a stimula germinarea. Apoi, apăsați semințele doar puțin de la o distanță de un centimetru pe solul de ghiveci umed sau fertilizat și acoperiți-le doar ușor cu substratul solului. Acoperiți vasul de cultivare cu folie alimentară, pe care ați prevăzut-o cu găuri. Acest lucru protejează pământul de uscare. La fiecare două până la trei zile ar trebui să îndepărtați filmul timp de 2 ore. Acest lucru previne formarea mucegaiului pe solul de cultivare. Așezați recipientul pentru semințe într-un loc luminos, cald în timpul zilei la 20-25 ° Celsius și cât mai răcoros pe timp de noapte. Păstrați suprafața pământului umedă (de exemplu, cu un pulverizator de apă), dar nu umedă. În funcție de temperatura de cultivare, primii răsaduri apar după două până la patru săptămâni. În aprilie, răsadurile sunt apoi plantate în grădină la o distanță de aproximativ 20 cm. **Cea mai bună locație:** Urzicile înțepătoare le plac locațiile însorite pentru dezvoltarea florilor și frunzele puternice, dar se înțeleg bine și în locuri umbrite. **Îngrijire optimă:** Urtica urens este destul de puțin solicitant și poate face față oricărei calități a solului. **În iarnă:** Urzica mică este anuală și se însămânțează din nou pentru anul următor.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Läkemedelsväxter - Nässla

Urtica urens

Inte ett ogräs, utan en super ört

För de flesta är nässlan en irriterande ogräs, men framför allt är det en välsmakande medicinalväxt. Den årliga lilla nässlan är mer ömtålig och ömtålig i form av sin syster, den stora nässlan (Urtica dioica) - men den brinner ännu mer intensivt vid beröring. Från maj till november blommar den lövrika växten med ganska iögonfallande grönvitblommor som är ordnade i hängande öron och pollineras av vinden. Den växer som en årlig örtartad växt och når höjder på 10 till 60 centimeter. Aktiva krafter: Nettle-te med högt järninnehåll är populärt under vårtrötthet, för rening och spolning av urinvägarna, för irritation av urinblåsan och milda urinvägsinfektioner. Låt de unga, torkade bladen branta i varmt vatten i några minuter. De unga groddarna som bildades i april eller maj kan tillagas i grönsaksrätter, i färsk grönsaksjuice, rå och finhackad i örtsmör, i sallader, som en smörgås, spenat, i örtsåsar och som en torr krydda. De gröna frön skördas i juni och juli och är en smakrik toppning på bröd. Du kan också rosta dem som mellanmål. **Naturligt läge**: Nässlan är en kosmopolitisk växt eftersom den förekommer i alla tempererade zoner i Europa, Asien och Amerika. **Framgångsrik odling:** Att odla från frön inomhus är möjligt året runt. Men odling i början av året är perfekt. Sätt först fröna i kylen i en vecka för att stimulera groning. Pressa sedan fröna bara något på ett centimeter avstånd på fuktig, obefruktad krukväxt eller örtjord och täck dem bara lätt med markunderlaget. Täck odlingskärlet med plastfolie, som du har försett med hål. Detta skyddar jorden från att torka ut. Varannan till var tredje dag ska du ta bort filmen i två timmar. Detta förhindrar att mögel bildas på odlingsjorden. Placera fröbehållaren på ett ljust ställe, varma under dagen vid 20 till 25 ° C och så svalt som möjligt på natten. Håll jordytan fuktig (t.ex. med en vattenspruta) men inte våt. Beroende på odlingstemperaturen uppträder de första plantorna efter två till fyra veckor. I april planteras plantorna ute i trädgården på cirka 20 cm avstånd. **Den bästa platsen:** Brännässlor som soliga platser för blomning och starka löv, men de passar också bra på skuggiga platser. **Optimal vård:** Urtica urens är ganska krävande och klarar vilken jordkvalitet som helst. **På vintern:** Den lilla nässlan är årlig och sår sig igen för det kommande året.



Žihľava

Urtica urens

Nie burina, ale super bylinka

Pre väčšinu ľudí je žihľava nepríjemnou burinou, no hlavne je to chutná liečivá rastlina. Jednoročná žihľava je tvarovo jemnejšia a jemnejšia ako jej sestra, žihľava veľká (Urtica dioica) - pri dotyku však páli ešte intenzívnejšie. Od mája do novembra kvitne listnatá rastlina dosť nenápadnými zelenobielymi kvetmi, ktoré sú usporiadané do visiacich klasov a opeľuje ich vietor. Rastie ako jednoročná bylina a dosahuje výšku 10 až 60 centimetrov. Aktívne sily: Žihľavové čaje s vysokým obsahom železa sú obľúbené pri jarnej únave, na detoxikáciu a preplachovanie močových ciest, pri podráždení močového mechúra a miernych infekciách močového mechúra. mladé, sušenéListy nechajte niekoľko minút zakryté v horúcej vode. Mladé kĺčky vytvorené v apríli alebo máji môžeme použiť varené do zeleninových jedál, v čerstvej zeleninovej šťave, surové a nadrobno nakrájané v bylinkovom masle, do šalátov, ako poleva na chlieb, špenát, do bylinkových omáčok a ako suché korenie. Zelené semená sa zbierajú v júni a júli a sú chutnou polevou na chlieb. Môžete ich opiecť aj ako občerstvenie. **Prirodzená poloha**: Žihľava je kozmopolitná rastlina, pretože sa vyskytuje vo všetkých miernych pásmach Európy, Ázie a Ameriky. **Úspešná kultivácia:** Pestovanie zo semien v interiéri je možné po celý rok. Ideálne je však rozmnožovanie začiatkom roka. Najprv vložte semenána týždeň v chladničke na stimuláciu klíčenia. Potom osivo pritlačte len trochu vo vzdialenosti jedného centimetra na vlhkú, nehnojenú pôdu z kvetináča alebo bylinky a len zľahka prikrytes pôdnym substrátom. Kultivačnú nádobu prikryte potravinovou fóliou, ktorú opatríte otvormi. To chráni pôdu pred vysychaním. Fóliu by ste mali odstraňovať na 2 hodiny každé dva až tri dni. To zabraňuje tvorbe plesní na rastúcej pôde. Kultivačnú nádobu umiestnite na svetlé miesto, cez deň vyhrievané na 20 až 25° Celzia a v noci čo najchladnejšie. Udržujte povrch pôdy vlhký (napríklad pomocou rozprašovača vody), ale nie mokrý. V závislosti od teploty pestovania sa prvé semenáčiky objavia po dvoch až štyroch týždňoch. V apríli sa potom sadenice vysádzajú do záhrady na vzdialenosť asi 20 cm. **Najlepšie umiestnenie:** Žihľava má rada slnečné stanovištia pre rozvoj kvetov a silné listy, ale dobre sa im darí aj na tienistých miestach. **Optimálna starostlivosť:** Urtica urens je pomerne nenáročná a dokáže si poradiť s akoukoľvek kvalitou pôdy. **V zime:** Malá žihľava je jednoročná a na budúci rok sa opäť sama vysieva.



Kopriva

Urtica urens

Ni plevel, ampak super zelišče

Za večino ljudi je kopriva nadležen plevel, predvsem pa je okusna zdravilna rastlina. Enoletna kopriva je bolj nežne in nežne oblike kot njena sestra velika kopriva (Urtica dioica) – a peče ob dotiku še močneje. Listnata rastlina od maja do novembra cveti s precej neuglednimi zelenkasto belimi cvetovi, ki so razporejeni v viseče klasje in jih oprašuje veter. Raste kot enoletna zelnata rastlina in doseže višino od 10 do 60 centimetrov. Učinkovine: Koprivni čaji z visoko vsebnostjo železa so priljubljeni pri spomladanski utrujenosti, za razstrupljanje in izpiranje sečil, pri draženju mehurja in lažjih vnetjih mehurja. mlado, posušenoPustite liste pokrite v vroči vodi nekaj minut. Mlade kalčke, ki nastanejo aprila ali maja, lahko kuhane uporabimo v zelenjavnih jedeh, v svežem zelenjavnem soku, surove in drobno narezane na zeliščnem maslu, v solatah, kot preliv za kruh, špinačo, v zeliščnih omakah in kot suho začimbo. Zelena semena se pobirajo junija in julija in so okusen preliv za kruh. Lahko jih popečete tudi kot prigrizek. **Naravni habitat**: Kopriva je svetovljanska rastlina, saj jo najdemo v vseh zmernih pasovih Evrope, Azije in Amerike. **Navodila za gojenje:** Gojenje iz semen v zaprtih prostorih je možno vse leto. Vendar pa je razmnoževanje na začetku leta idealno. Najprej dajte semenaen teden v hladilniku, da spodbudimo kalitev. Nato seme na razdalji enega centimetra le malo pritisnemo na vlažno, negnojeno zemljo v lončkih ali zeliščih in le rahlo pokrijemo.z zemeljskim substratom. Posodo z kulturo pokrijte s folijo za živila, ki jo opremite z luknjami. To ščiti tla pred izsušitvijo. Vsake dva do tri dni za 2 uri odstranite folijo. S tem preprečimo nastanek plesni na rastni zemlji. Posodo za gojenje postavimo na svetlo mesto, podnevi na toplo od 20 do 25°C, ponoči pa čim bolj hladno. Površino tal naj bo vlažna (npr. z vodnim razpršilcem), vendar ne mokra. Odvisno od rastne temperature se prve sadike pojavijo po dveh do štirih tednih. V aprilu nato sadike posadimo na vrt na razdaljo približno 20 cm. **Najboljša lokacija:** Koprive imajo rade sončne lege zaradi razvoja cvetov in močnih listov, dobro pa se obnesejo tudi v senčnih legah. **Optimalna nega:** Urtica urens je precej nezahtevna in se spopade z vsako kakovostjo tal. **V zimskem času:** Mala kopriva je enoletnica in se bo naslednje leto ponovno samosejala.



Ortiga menor

Urtica urens

No es ninguna mala hierba sino una súper hierba

Para la mayoría de la gente, la ortiga es una mala hierba molesta, pero por encima de todo, es un remedio herbal sabroso. La pequeña ortiga es una planta anual delicada y más esbelta que su hermana mayor, la ortiga (Urtica dioica), pero cuando se toca el escozor es muy intenso. De mayo a noviembre florece con pétalos pequeños y discretos de color blanco verdoso en espigas colgantes y son polinizadas por el viento. Crece como planta herbácea anual y alcanza alturas de 10 a 60 centímetros. Fuerzas activas populares: té con un alto contenido de hierro, bueno para combatir la fatiga primaveral, la purificación y para el lavado del tracto urinario, ante irritación de la vejiga y cistitis leve. Se dejan reposar durante unos minutos unas hojas jóvenes y secas en agua caliente. Los brotes jóvenes desarrollados en abril o mayo se pueden cocinar en platos de verduras, jugo de vegetales frescos, crudos y finamente picados se utilizan como condimento seco en mantequilla de hierbas, en ensaladas, en sándwiches, espinacas, hierbas y salsas. Las semillas verdes se cosechan en junio y julio, y son un condimento sabroso para bocadillos. Como aperitivo se puede también asar. **Ubicación natural**: La ortiga es una planta cosmopolita, ya que se encuentra en todas las zonas templadas de Europa, Asia y América. **Cultivo exitoso:** La semilla se puede criar en interior durante todo el año. Lo ideal es criarla a comienzos de año. Mantenga las semillas durante una semana en el frigorífico para aumentar su germinación. Después introdúzcalas suavemente, a un centímetro de profundidad, en sustrato húmedo sin fertilizante o tierra para hierbas y cúbralas ligeramente con el mismo sustrato. Cubra el recipiente de cultivo con un film transparente y agujeréelo. Así protegerá la tierra de la desecación. Para evitar la putrefacción del sustrato retire el film cada dos o tres días durante 2 horas. Coloque el recipiente de cultivo en un lugar luminoso y cálido a alrededor de 20 a 25 grados y mantenga el sustrato húmedo (por ejemplo rociándolo), pero no mojado. Dependiendo de la temperatura del cultivo se producirá la germinación después de entre dos a cuatro semanas. A finales de primavera se trasplantarán las plántulas en el jardín, con 20 centímetros de distancia entre sí. **La mejor ubicación:** Las ortigas aman los lugares soleados para el desarrollo de la floración y para desarrollar hojas fuertes, pero también toleran lugares sombreados. **Cuidado óptimo:** La urtica urens no tiene pretensiones y tolera cualquier calidad de suelo. **En el invierno:** La pequeña ortiga es anual y fructifica en primavera.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved



Kopřiva
Urtica urens
Není to plevel, ale super bylina

Kopřiva je pro většinu lidí nepříjemným plevelem, ale hlavně je to chutná léčivá rostlina. Jednoletá kopřiva je tvarově jemnější a jemnější než její sestra, kopřiva velká (Urtica dioica) - při doteku však pálí ještě intenzivněji. Od května do listopadu kvete olistěná rostlina spíše nenápadnými zelenobílými květy, které jsou uspořádány do převislých klasů a jsou opylovány větrem. Roste jako jednoletá bylina a dosahuje výšky 10 až 60 centimetrů. Aktivní síly: Kopřivové čaje s vysokým obsahem železa jsou oblíbené při jarní únavě, pro detoxikaci a proplachování močových cest, při podráždění močového měchýře a mírných zánětech močového měchýře. mladé, sušenéListy nechte pár minut zakryté v horké vodě. Mladé klíčky vzniklé v dubnu nebo květnu lze použít vařené do zeleninových pokrmů, v čerstvé zeleninové šťávě, syrové a nadrobno nakrájené v bylinkovém másle, do salátů, jako zálivku na chleba, do špenátu, do bylinkových omáček i jako suché koření. Zelená semena se sklízejí v červnu a červenci a jsou chutnou polevou na chleba. Můžete je také opéct jako svačinu. **Přirozená poloha**: Kopřiva dvoudomá je kosmopolitní rostlina, protože se vyskytuje ve všech mírných pásmech Evropy, Asie a Ameriky. **Úspěšné pěstování:** Pěstování ze semínek v interiéru je možné po celý rok. Ideální je však množení na začátku roku. Nejprve dejte semínkana týden v lednici, aby se stimulovalo klíčení. Poté semínko jen trochu přitiskněte ve vzdálenosti jednoho centimetru na vlhký, nehnojený květináč nebo bylinkovou půdu a jen lehce přikryjtes půdním substrátem. Kultivační nádobu zakryjte potravinářskou fólií, kterou opatříte otvory. To chrání půdu před vysycháním. Fólii byste měli odstraňovat na 2 hodiny každé dva až tři dny. Tím se zabrání tvorbě plísní na rostoucí půdě. Kultivační nádobu umístěte na světlé místo, přes den vyhřívejte na 20 až 25° Celsia a v noci co nejchladněji. Udržujte povrch půdy vlhký (např. rozprašovačem vody), ale ne mokrý. V závislosti na teplotě růstu se první sazenice objevují po dvou až čtyřech týdnech. V dubnu se pak sazenice vysazují na zahradu na vzdálenost asi 20 cm. **Nejlepší umístění:** Netřesky mají rády slunná stanoviště pro rozvoj květů a silné listy, ale dobře se jim daří i na stinných místech. **Optimální péče:** Urtica urens je vcelku nenáročná a poradí si s jakoukoliv kvalitou půdy. **V zimě:** Malá kopřiva je jednoletá a na příští rok se zase sama zaseje.



Isırgan otu
Urtica urens
Bir ot değil, süper bir bitki

Çoğu insan için ısırgan otu baş belası bir ottur ama en önemlisi lezzetli bir şifalı bitkidir. Bir yaşındaki ısırgan otu, kız kardeşi büyük ısırgan otundan (Urtica dioica) daha narin ve narindir - ancak dokunulduğunda daha da yoğun bir şekilde yanar. Mayıs'tan Kasım'a kadar, yapraklı bitki çiçekleri, göze çarpmayan yeşilimsi beyaz çiçeklerle, asılı sivri uçlar halinde düzenlenmiş ve rüzgarla tozlanır. Yıllık otsu bir bitki olarak büyür ve 10 ila 60 santimetre yüksekliğe ulaşır. Aktif güçler: Yüksek demir içeriğine sahip ısırgan otu çayları, bahar yorgunluğu, detoksifikasyon ve idrar yollarının yıkanması, mesane tahrişi ve hafif mesane enfeksiyonlarında popülerdir. genç, kurutulmuşYaprakları sıcak suda birkaç dakika bekletin. Nisan veya Mayıs aylarında oluşan genç filizler pişirilerek sebze yemeklerinde, taze sebze sularında, çiğ ve ince kıyılmış otlu tereyağında, salatalarda, ekmek soslarında, ıspanaklarda, otlu soslarda ve kuru baharat olarak kullanılabilir. Yeşil tohumlar haziran ve temmuz aylarında hasat edilir ve ekmek için lezzetli bir malzemedir. Onları atıştırmalık olarak da kızartabilirsiniz. **Doğal konum**: Isırgan otu, Avrupa, Asya ve Amerika'nın tüm ılıman bölgelerinde bulunduğu için kozmopolit bir bitkidir. **Başarılı yetiştirme:** İç mekanlarda tohumlardan büyümek tüm yıl boyunca mümkündür. Ancak, yılın başında çoğaltma idealdir. Önce tohumları koyçimlenmeyi teşvik etmek için buzdolabında bir hafta boyunca. Ardından tohumu sadece bir santimetre mesafeden nemli, gübrelenmemiş saksı veya bitki toprağı üzerine hafifçe bastırın ve üzerini sadece hafifçe örtün.toprak substratı ile. Kültür kabının üzerini delikler açtığınız streç film ile kapatın. Bu, toprağın kurumasını önler. Folyoyu her iki ila üç günde bir 2 saat çıkarmalısınız. Bu, büyüyen toprakta küf oluşumunu önler. Kültivasyon kabını gündüzleri 20 ila 25°C sıcaklıkta ve geceleri mümkün olduğu kadar serin olacak şekilde aydınlık bir yere yerleştirin. Toprak yüzeyini nemli tutun (örn. su püskürtücü ile) ancak ıslak tutmayın. Büyüme sıcaklığına bağlı olarak, ilk fideler iki ila dört hafta sonra ortaya çıkar. Nisan ayında fidanlar bahçeye yaklaşık 20 cm mesafeden dikilir. **En iyi konum:** Isırganlar, çiçek gelişimi ve güçlü yapraklar için güneşli yerleri sever, ancak gölgeli yerlerde de iyi performans gösterirler. **Optimum bakım:** Urtica urens oldukça iddiasızdır ve herhangi bir toprak kalitesiyle başa çıkabilir. **Kışın:** Küçük ısırgan otu bir yıllıktır ve bir sonraki yıl için kendi kendine ekecektir.



Csalán
Urtica urens
Nem gyomnövény, hanem szuper gyógynövény

A legtöbb ember számára a csalán kellemetlen gyomnövény, de ami a legfontosabb, ízletes gyógynövény. Az egyéves csalán finomabb és finomabb alakú, mint testvére, a nagy csalán (Urtica dioica) - de érintésre még intenzívebben ég. A leveles növény májustól novemberig meglehetősen feltűnő zöldesfehér virágokkal virágzik, amelyek lógó tüskékbe rendeződnek, és a szél beporozza. Egynyári lágyszárú növényként nő, és eléri a 10-60 centiméteres magasságot. **Természetes elhelyezkedés**: A csalán kozmopolita növény, mert Európa, Ázsia és Amerika minden mérsékelt égövében megtalálható. **Sikeres termesztés:** A beltéri magvak termesztése egész évben lehetséges. Az év eleji szaporítás azonban ideális. Először helyezze el a magokategy hétig hűtőszekrényben, hogy serkentse a csírázást. Ezután a magot egy centiméter távolságból egy kicsit nyomjuk rá a nedves, műtrágyázatlan virágföldre vagy gyógynövényes talajra, és csak enyhén takarjuk be.a talajszubsztrátummal. Fedje le a tenyészedényt ragasztófóliával, amelyet lyukakkal lát el. Ez megvédi a talajt a kiszáradástól. A fóliát két-három naponta 2 órára le kell venni. Ez megakadályozza a penészképződést a növekvő talajon. Helyezze a kultúredényt világos helyre, melegítse nappal 20-25°C-ra, éjszaka pedig a lehető leghűvösebbre. A talaj felszínét tartsa nedvesen (pl. vízpermetezővel), de ne nedvesen. A növekedési hőmérséklettől függően az első palánták két-négy hét múlva jelennek meg. Áprilisban a palántákat körülbelül 20 cm távolságra kiültetik a kertbe. **A legjobb hely:** A csalán kedveli a napos helyeket a virágzáshoz és az erős levelekhez, de jól érzi magát az árnyékos helyeken is. **Optimális gondozás:** Az Urtica urens meglehetősen igénytelen, és bármilyen talajminőséggel megbirkózik. **Télen:** A kis csalán egynyári, és a következő évben újra magától veti.

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved

ヒメイラクサ

Urtica urens

ただの雑草ではありません、スーパー雑草です

多くの人はヒメイラクサを面倒な雑草と見なしますが、これはむしろ美味しい薬用植物です。ヒメイラクサは姉妹種の西洋イラクサより繊細で柔らかいですが、触れた時は非常に痛いです。一年草のハーブは10〜60cmの高さに成長し、5月から11月にかけて緑色を帯びた白い花穂が風によって受粉されます。
活性物質：鉄分が多く含まれており花粉症に効果があり、利尿効果や膀胱のトラブルや軽度の膀胱炎を緩和するとされています。若い葉を乾燥させたものを沸騰したお湯に入れ数分間煮詰めてください。4月～5月の若い葉は野菜料理に、または新鮮な野菜ジュース、または生のまま刻んでバターに加えハーブバターとして楽しむことができます。またサラダとして、ホウレンソウとハーブソース、ドライハーブやパンに塗っても美味しいです。6月または7月に収穫した緑の種はパンに塗ったり、ローストしたものはスナックとしても楽しめます。

自然な場所:
ヒメイラクサはヨーロッパ、アジア、アメリカのすべての温帯地域で生息しているので、コスモポリタンな植物と言えるでしょう。

栽培成功:
種子繁殖は室内で年間を通して可能ですが、年の始めに播種を行うのが理想的です。発芽率を高めるには、最初に種を冷蔵庫で約1週間保管します。その後、種を湿った施肥されていない栽培土壌またはハーブ用の栽培土壌に軽く押し付け、ほんの少量の土を上から被せます。サランラップなどの透明フィルムで鉢をカバーします。透明フィルムには空気穴をいくつかあけ、2～3日に1回は約2時間、完全にフィルムを鉢から外します。そうすることで、カビの発生を防ぎます。コンテナは日中は20〜25℃の明るく暖かい場所で、夜間は涼しい場所で保管してください。土壌はスプレーなどを利用し、濡れた状態ではなく湿った状態に保ってください。温度によりますが、通常は2〜4週間で発芽します。4月には苗を屋外に植えることができますが、苗は約20cm間隔で植えてください。

最高のロケーション: 花の形成と強い葉の発達のために日当たりの良い場所を好みますが、半日陰でも栽培できます。

最適なケア: 特別なものが必要ない植物で、大部分の土壌で生育します。

冬に: 一年草で、翌年には自然播種で増えます。

SKU: 15203 / Brennnessel

© SAFLAX * MSL GmbH & Co. KG * Gropiusstrasse 7a * D - 48163 Münster * www.saflax.de * Alle Rechte vorbehalten * All rights reserved