

# РЕДИСКА І РЕДЬКА



## ЧОМУ ВАРТО ВИРОЩУВАТИ ТА СПОЖИВАТИ РЕДИСКУ (РЕДЬКУ)

**Редиска** належить до сімейства капустяних (хрестоцвіті), роду редька і є різновидом редьки посівної. Вона дуже затребувана у весняний час, оскільки в цю пору тільки редис містить живі вітаміни, такі необхідні організму після зими. У Древній Греції редис на золотій тарелі приносили в жертву богу Аполлону.



**Редиска найменш вимоглива до температури проростання.** На ділянках, де проходять підземні газопроводи або теплотраси, редиску можна висівати навіть у лютому. Вона формує товарну продукцію через 20-40 діб після сівби (залежно від сорту).

**Редька менш скоростигла,** проте як культура більш різноманітна. Вона має різноманітне забарвлення (біле, червоне, рожеве, фіолетове, чорне з різними відтінками) та різну форму коренеплодів (кулясті, конусоподібні, циліндричні). Virізняється гірко-гострим смаком та специфічним запахом завдяки наявності глікозидів і ефірної олії. У ранньостиглих сортів, які досягають за 40-65 днів, смак слабкогострий, а у пізніх (80-110 діб) – гострий.

Редис і редька схожі один на одного не тільки зовні, але і за своїми корисними властивостями.

**Урожайність:** від 20 до 40 т з 1 га або до 2-4 кг з 1 м<sup>2</sup>.

**Визрівання:** редиска від 20 до 40 днів, редька – 40-110 днів залежно від сорту і умов вирощування.

**Калорійність:** 18-20 ккал на 100 г.

**Хімічний склад:** вітаміни А, D, Е, РР, групи В, фосфор, натрій, залізо, мідь, кальцій і йод, дуже багатий овоч на вітамін С.

## Лікувальні властивості редиски (редьки)

Засвоюючись в організмі, редис **прискорює обмінні процеси**, відновлює сили після хвороби, особливо це актуально після Covid-19, знеболює.

Допомагаєвилікувати болі в спині, суглобах, защемлення сідничного нерву, стрес, нервові перенапруження, зміцнює судини.

Завдяки високому вмісту клітковини користь редиски виявляється і в **нормалізації холестерину в крові, і у виведенні з організму шлаків, токсинів і жовчі.**

Рослина має також підвищений вміст природних фітонцидів і є **антибактеріальним засобом.**

**Підходить для дієтичного харчування,** оскільки в 100 г продукту міститься до 20 ккал.

**Редис використовують в косметології.** Він позитивно впливає на стан волосся, шкіри, колір обличчя. Його застосовують в натуральних масках для обличчя.

**Редька є універсальним засобом від застуди:** у народній медицині під час застуди вирізали в редьці отвір, заливали туди мед і через деякий час випивали цю суміш меду з соком редьки.

**Салат з редиски** не тільки допоможе уникнути застуди, але і якщо вона вже виникла, прискорить одужання.

## ЯК ВИРОЩУВАТИ РЕДИСКУ (РЕДЬКУ)

Для того, щоб оцінити скільки зерна нуту потрібно для вашої сім'ї і скільки насіння потрібно для його вирощування – скористайтесь **Овочевим калькулятором** на веб-сайті «Сади Перемоги».

**Якщо ви хочете отримати ранні вітаміни,** то для цього найбільше підходять ранні сорти редиски, які дозволяють отримувати перший врожай уже через три-чотири тижні від дня появи сходів. Тому, щойно встановляться теплі дні, можна починати готувати грядки.



**Редиска досить холодостійка рослина,** вона без втрат витримує нічні заморозки до мінус 5–6° С, але за низьких денних температур (до +8° С) паростки будуть з'являтися довго.

Потрібно пам'ятати, що для редиски не так важлива температура повітря, як температура ґрунту, тому якщо в лютому бачите, що на ділянках, де проходять підземні газопроводи або теплотраси, зійшов сніг, земля прогрілася і встановилася плюсова температура, можете в тих місцях сміливо висівати редиску.

**Першу вибірку (проріджування)** редиски починають збирати вже через 20–25 днів.

Щоб максимально продовжити «редисний» сезон, потрібно її висівати з проміжком в один тиждень. Так, поступово дозріваючи, урожай буде тішити вас всю весну молодими соковитими овочами.

**Зі зростанням температури повітря вище 20° С посіви рекомендується припинити, оскільки довгий світловий день і спекотна погода швидко призводять до стрілкування рослин та зниження смакових якостей коренеплоду. Відновити вирощування редиски можна буде тільки у вересні.**

Як і більшість інших городніх культур, **редиска любить родючий ґрунт.** Тому перед тим, як сіяти редиску, потрібно вибрати найбільш придатну ділянку і підготувати землю.

Зважаючи на ранній строк сівби і враховуючи чутливість коренеплодів до органічних добрив, **грядку для редиски краще готувати з осені.** Для цього у землю вносять компост, перегній або гній і орють або перекопують сантиметрів на тридцять. Якщо ґрунт дуже глинистий, то слід внести трохи торфу або крупного річкового піску, адже редиска краще росте на пухких, легких ґрунтах. Добрі результати показує внесення аміачної селітри (10–15 г/м<sup>2</sup>), суперфосфату (20–25 г/м<sup>2</sup>) і калій магnezії або каїніту (30–40 г/м<sup>2</sup>).

**Кислотність ґрунту** для редиски краще нейтральна, в крайньому разі, допускається слабкисла.

**У польових умовах сіють редис** якомога раніше, з початком перших польових робіт. Ґрунт готують – культивують і ущільнюють (прикотковують), щоб він не був дуже рихлим. Насіння висівають рядками на відстані 15 см між ними на глибину 1,5–2,5 см. Перед тим як сіяти редиску, насіння слід перебрати і вибрати для посадки непошкоджені насінини діаметром не менше

2 мм, а потім його загортають у полотняну серветку, поміщають в ємність з невеликою кількістю води кімнатної температури. Зазвичай насіння прокльовується вже на другу-третю добу і готове для посіву.

Під час вирощування редиски в плівковій теплиці або парнику, сівбу слід проводити в борозенки глибиною 1–2 см. Борозни перед посівом пролити теплою водою. Насіння розкласти по одному через 4–5 см один від одного.

Якщо передбачається рання висадка основної культури, то редис можна посіяти уздовж бортів грядки. Він не буде заважати. До того часу, коли основна культура освоїть весь простір грядки, урожай редиски вже буде зібраний.

В неопалюваній теплиці посів редиски можна закрити укритим матеріалом, в холодну погоду – в 2 шари. Коли з'являться сходи, один шар потрібно зняти, щоб рослини не витягнулися через нестачу світла. Вдень, за плюсової температури, укритий матеріал можна прибирати і закривати редис тільки на ніч. Коли встановиться плюсова температура і не буде в теплиці опускатися нижче +1...+2° С, укритий матеріал можна прибрати зовсім.

## ЯК ВИБРАТИ ЯКІСНЕ НАСІННЯ РЕДИСКИ (РЕДЬКИ)

Свіже насіння редьки чи редиски **має високу схожість і зберігає її до 7 років**, але з кожним роком втрачається енергія проростання, тобто сходи виходять недружні. Тому рекомендується використовувати свіже насіння.

**Купувати насіння** потрібно в спеціалізованих магазинах у перевірених продавців або ж вирощувати самому.

Під час купівлі в магазині необхідно уважно вивчити інформацію, представлену на звороті пакетика. **Там повинно бути зазначено:**

- ➔ Назва культури і сорт чи гібрид.
- ➔ Відомості про виробника.
- ➔ Відповідність насіння національному стандарту якості із зазначенням його номеру (для України – це ДСТУ 6006:2008).
- ➔ Кількість насіння (в штуках) або їх маса (в грамах).
- ➔ Номер партії і термін придатності насіння.
- ➔ Період вегетації до отримання врожаю.



## ЯК САМОМУ ВИРОСТИТИ НАСІННЯ РЕДИСКИ (РЕДЬКИ)

**Під час вирощування насіння редиски самостійно, потрібно пам'ятати**, що редис відноситься до сімейства капустяні, до якого належить також редька культурна і дика, вони перехреснозапильні, і якщо будуть знаходитися один від одного ближче ніж 500 м, то можуть опилити одна одну і водночас втратити бажані для вас ознаки (скороспілість, смак, колір і т.д.), тому потрібно дотримуватися просторової ізоляції або ж використовувати ізолянти.

Для початку потрібно визначитися, **скільки вам потрібно насіння**, виходячи з того, що одна насіннева рослина зазвичай дає 15–20 г насіння.

**Відбирати коренеплоди на насіння** потрібно ще в період їх дозрівання, коли чітко видно всі сортові особливості. Зібрані коренеплоди перебираємо, залишаючи найбільші і без жодних ознак захворювання чи пошкодження.

На відібраних рослинах прищипуємо корінь, залишаючи 3 см і видаляємо майже всі зовнішні листки, залишаючи 3-4 в самій середині розетки. Це стимулює коренеплід до утворення квітконоса і нових коренів.

**Перед висадкою насінники занурюємо у бовтанку**, яку роблять з коров'ячого гною, глини в співвідношенні 1:1, додаючи воду до сметаноподібного стану. Це захистить вирвані з ґрунту рослини від висихання і сприятиме швидкому утворенню нових коренів.

**Відстань між посадженими рослинами** повинна бути близько 50 см. Глибина посадки така, щоб коренеплід заглибити на 2-3 см в ґрунт.

**Висаджені насінники поливають.**

**Якщо є загроза переzapилення**, то ділянку або кожну рослину окремо накриваємо ізолянтами. Так само, якщо ми маємо кілька сортів, то кожен ізолюємо.

**Через 2 тижні після закінчення цвітіння ізолюючий матеріал можна прибрати, а стрілки вже із зеленими стручками необхідно підв'язати до опори, щоб уникнути пошкодження їх вітром.**

**Насінники необхідно обробити для захисту від пошкодження шкідниками та хворобами.** Для цього застосовують суміш препаратів «Нурел Д» і «Імпакт».

Десь через місяць насіння починає дозрівати, тому насінники знову накривають нетканим матеріалом, щоб уберегти від поїдання птахами.

**У середині серпня – початку вересня** насінники прибирають з ділянки, зв'язують разом одного сорту і досушують в тіні, наприклад на горіщі, до повного висихання всіх частин. Вони повинні набути від світло-жовтого до бежевого кольору.

**Потім приступають до обмолоту стручків.** Для цього їх відділяють від рослини і акуратно перетирають в руках. З них висипаються жовто-коричневі насінини. Зазвичай виходить суміш зі сміттям, залишками стручків. Щоб очистити її, необхідно відсортувати насіння. Колись для цих цілей використовували сито і вітер, але тепер це можна зробити за допомогою вентилятора. Для цього розстеляють тканину і просипають цівкою суміш через потік повітря: важкі насінини падають, а сміття відлітає. Операцію можна повторити кілька разів. Після цього можна провести ручне сортування і відібрати найбільше насіння, яке матиме схожість близьку до 100%.

**Відібране насіння поміщаємо в паперовий пакетик**, підписуємо назву сорту і рік вирощування.

## ЩО ВАРТО І ЩО НЕ СЛІД СІЯТИ ЧИ САДИТИ ПОРУЧ З РЕДИСКОЮ (РЕДЬКОЮ)

**Редиску корисно розмістити поруч** з огірками, пастернаком, полуницею, виноградом, суницею, оскільки рослина сприятливо впливає на ці культури.

У змішаних посівах коренеплоди відмінно поєднуються з петрушкою, морквою.

Редьку рекомендується вирощувати по сусідству з ріпою і редискою.

Різні види салату чудово відлякують від редиски такого небезпечного шкідника як хрестоцвіті блішки.

**Неможна робити посадки редису поруч** з буряком мангольд, ріпча-стою цибулею, фенхелем, ревенем, гісопом.



**Добрими попередниками** є бобові культури (горох, квасоля, соя, сочевиця, арахіс і боби), а ще – огірок, помідори, гарбуз, цибуля, салат, кабачок, патисон, кріп, баклажан, кукурудза і перець.

**Поганими попередниками** є хрін, капуста, крес-салат, турнепс, морква, буряк, ріпа, редиска і редька.

## ЯК ПРАВИЛЬНО ДОГЛЯДАТИ ЗА РЕДИСКОЮ (РЕДЬКОЮ)

В зв'язку з тим, що редиска має короткий вегетаційний період, то **догляд за нею полягає в постійних поливах і боротьбі зі шкідниками**, насамперед це стосується хрестоцвітих блішок.

**Для боротьби проти блішок** застосовуються інсектициди типу «Децис», «Фастак», але потрібно пам'ятати, що період чекання, тобто той період, протягом якого не слід після обробітку вживати редиску в їжу, становить 20 днів.



**Вирощування редьки, яка має довший вегетаційний період, має свої особливості.**

**Висів насіння редьки у відкритий ґрунт** залежно від сорту рослини проводять у літній або весняний час. Посів ранніх сортів проводять безпосередньо після 25 квітня. А сорти, що вирощуються для зберігання в зимовий час, висівають в середині червня.

**Редька відрізняється своєю невибагливістю**, а тому виростити її у відкритому ґрунті досить просто. Їй слід забезпечити своєчасний полив, прополювання, підгодівлю, проріджування та розпушування поверхні ґрунту. Перший раз прорідити сіянці потрібно тоді, коли у них виросте 1 або 2 пари справжніх листків, водночас відстань між ними повинна бути не менше 60–70 мм.

**Прорідити сходи повторно** потрібно буде через 20–30 днів після першого проріджування.

Поверхню ґрунту між рядами протягом сезону треба розпушити 3 або 4 рази. Перше розпушування проводять на глибину близько 40 мм, друге – на 80 мм, третє і четверте – на 100–120 мм.

**Редька, яка була посіяна в весняний час**, потребує більш частого поливу, він проводиться систематично 1 раз на 7 днів. Сорти, які висівають влітку, необхідно впродовж сезону полити всього 3 або 4 рази.

**Якщо ґрунт малозабезпечений поживними елементами, то проводиться підживлення редьки.**

**Ранні сорти редьки підживлюють двічі.** Перше підживлення проводять після того, як у сходів з'являться сім'ядолі (зародкові листки, які розвиваються у насінині), а друге – через 7 днів після першого.

**Оскільки весняні сорти дозрівають порівняно швидко**, для підживлення використовують виключно азотні добрива, наприклад, вапняно-аміачну або натрієву селітру в концентрації 0,2%, тобто в 10 літрах води потрібно розчинити 20 г селітри.

**Пізнюстиглі сорти слід підживлювати систематично** 1 раз на 7 днів, для цього використовують розчин повного мінерального добрива, яке складається з 10 л води, 20 г сечовини, 60 г суперфосфату і 15 грамів хлористого кальцію. 10 літрів такого розчину вистачить на рядок, що сягає в довжину 20 метрів.





**Редька потребує великої кількості азоту**, тому її треба підживлювати по черзі азотними і комплексними мінеральними добривами. Коли до збору врожаю залишиться 20 днів, треба буде припинити всі підживлення.

Протягом вегетаційного періоду редька може потерпати від хвороб. Найбільш часто вона уражається кілою, мозаїкою капусти, повстяною хворобою, борошнистою россою, пероноспорозом, білою гниллю, чорною ніжкою.

**Для боротьби з хворобами використовуються** фунгіциди – «Фалькон», «Квадріс», «Скор».

З метою профілактики хвороб редьку слід обприскувати засобами, що містять мідь, а саме: бордоською сумішшю, мідним купоросом чи хлорокисом міді.

## ЯК ЗІБРАТИ УРОЖАЙ РЕДИСКИ (РЕДЬКИ)

**Для тривалого збереження привабливого вигляду редиску збирають особливим способом:** звечора поливають грядки, а зранку проводять збір зрілих рослин. Коріння чіпати не рекомендується. Бадилля ж обрізується на відстані 3 сантиметрів від коренеплоду. Зберігати зібраний врожай рекомендується в холодильнику, так він зможе протягом тривалого часу зберегти свою свіжість.



**Збирання коренеплодів весняних сортів редьки** припадає на літній час. Роблять це вибірково після того, як плід у поперечнику буде досягати 30–40 мм. Такі сорти не підходять для тривалого зберігання, їх вирощують виключно для вживання в їжу. Коренеплоди слід зберігати на полиці холодильника, там вони залишаються свіжими до 20 днів.

**Збирання коренеплодів зимових сортів редьки** припадає на осінній час. Роблять це до настання перших заморозків. З витягнутих з ґрунту коренеплодів необхідно видалити залишки землі. Потім з них зривають маленькі корінці і обережно обрізають бадилля біля самого коренеплоду, водночас намагаються не зачепити його. Просохлі коренеплоди потрібно на кілька діб помістити в прохолодне і темне місце.

**Редьку, призначену для зберігання, треба помістити в ящики**, що мають отвори для вентиляції, пересипавши піском, подібно до зберігання буряка або моркви. Товщина кожного шару піску повинна бути близько 40 мм. Дуже добре такі коренеплоди зберігаються в холодному (близько 2–3° С) погребі, вологість повітря в ньому повинна бути близько 90%. Якщо все зробити правильно, то зимові сорти редьки здатні залишатися свіжими до весни.

## ЯК ЗБЕРІГАТИ РЕДИСКУ (РЕДЬКУ)

Редиска вирощується для швидкого споживання і для довготривалого зберігання не годиться. А от редька, особливо зимових сортів, може зберігатися до літа наступного року.

**Зберігання в підвалі редьки.** Перед закладанням в підвал редьку потрібно впорядкувати і відібрати плоди, найбільш якісні та неушкоджені. Це необхідно, оскільки зіпсований коренеплід з легкістю заразить сусідні.

**Підвал слід підготувати.** Насамперед, забезпечити оптимальну температуру. Вона не повинна бути нижче 0° С, але не можна допускати, щоб була перевищена відмітка в 2° С. Стабільно має бути висока вологість – 85–90% і гарна вентиляція. Потрібно закласти всі щілини, ямки та вибоїни, щоб не проникали гризуни. Також необхідно посипати підлогу сухим і чистим піском.

**Для зберігання редьки заготовляють дерев'яні ящики.** Коренеплоди розкладають в тару пошарово. Між кожним шаром насипають вологий пісок. Він допоможе редьці не висохнути і не згнити.

Коли в підвалі занадто сухо, бажано поставити бак з водою. В таких умовах коренеплоди непогано збережуться близько дев'яти місяців.

### **Особливо стійкими є такі сорти, як редька зимова кругла біла і чорна.**

Не тримайте поруч з редькою груші і яблука. Вони прискорюють проростання коренеплодів. Гарна компанія для зберігання плодів – картопля і морква.

**Власники приватних будинків можуть зберегти багатий вітамінами овоч в спеціально підготовленій ямі.** Її розміри звичайно не перевищують 70 см в глибину і 1 м в ширину. Дно ями вистилається соломкою. Покладіть відібрані коренеплоди в кілька шарів, кожен з яких пересипте піском або землею. Взимку яму бажано вкрити снігом.

**Якщо приміщення вологе і холодне** (температура 0–1° С, вологість 90–98%), використовуйте контейнери, ящики, щоб уникнути гниття.

**Якщо приміщення відносно тепле і сухе** (температура 2–3° С, вологість 80–85%), використовуйте поліетиленові пакети і вкладиші, які допоможуть запобігти висихання. Якщо збираєтеся щільно зав'язувати поліетиленові мішки з овочами, зробіть в них дірочки для вентиляції. Інакше всі ваші запаси швидко запліснявляють.

**Пізню редьку можна зберігати в холодильнику.** Вона спокійно пролежить там до весни.

**Для зберігання редьки можна використовувати балкон.** Якщо він герметичний і сухий, а температура на ньому не опускається нижче нуля, то коренеплоди, упаковані у великі мішки з плівки, відмінно перезимують. Коли балкон великий, редьку найкраще зберігати в дерев'яних ящиках, які ставлять один на інший. Коренеплоди, розміщені в будь-якій тарі, потрібно пересипати вологим піском. Редька не втратить своїх властивостей кілька місяців. Її можна споживати практично до весни.

**Незалежно від способу і місця зберігання редьку потрібно періодично оглядати.** Якщо будуть виявлені підгнилі плоди, їх негайно слід прибрати.

## **ЯК ПЕРЕРОБЛЯТИ РЕДИСКУ (РЕДЬКУ)**

Редьку можна вживати в смаженому або запеченому вигляді, додавати в овочеві супи або пюре. Редька поєднується майже з усіма продуктами: медом, сухофруктами, овочами, м'ясом, морепродуктами. Однак після термічної обробки вона втрачає корисні властивості, які розкриваються в вітамінних салатах, приготовлених з сирого овоча.

**Квашення редьки.** Редьку нарізати на тонкі пластини. Укласти шарами в посуд, пересипавши сіллю, нашинкованим часником і зеленню петрушки. Витримати під гнітом за кімнатної температури 3 доби, потім прибрати ємність в холодильник. Через 10–12 днів квашена редька готова. Зберігати її можна в холодильнику або льосі до півроку.

**Інший спосіб квашення.** Коренеплід очистити і нашаткувати на великі часточки. Перець нарізати великими шматочками, обдати окропом; моркву відварити і нарізати великими пластинами. Овочі та зелень укласти щільно в банки. Залити розсолем: на 1 л води 3 ст. л. солі і 2 ст. л. цукру. Банки накрити кришками і прогріти (півлітрові – 8–10 хвилин, літрові – 12 хвилин). Додати оцет і закатати кришками. Подають такий салат з рослинним маслом, сметаною або майонезом. А зберігають в будь-якому прохолодному і темному місці рік-півтора.

