

## Pěstování špenátu v truhlíku: Zasadte začátkem září a sklízíte v říjnu!



Něž se pustíte do samotného pěstování špenátu v truhlíku, je samozřejmě nutné obstarat si potřebný materiál k výsadbě. Zavítejte tedy do nejbližšího...

Pěstování špenátu v truhlíku potěší všechny jeho milovníky. Dobrou zprávou je, že sázet ho můžete prakticky kdykoliv během roku a do měsíce a půl máte úrodu na stole. Špenátu se daří skvěle nejen na zahrádce, ale i v již zmíněných květináčích, nebo truhlících. Pokud budete chtít během října dodat svému tělu notnou dávku vitamínů a minerálů, je nejvyšší čas začít s výsadbou!

I když jste **zahradník začátečník**, pěstování špenátu v truhlíku **zvládnete** levou zadní. Postačí vám k tomu jen pár základních nezbytností a hlavně **trpělivost**. V případě, že jste ještě nic nevypestovali, budete mít z výsledku o to větší radost. **Špenát** je poměrně **nenáročný na péči**.

### Pěstování špenátu v truhlíku a fáze před výsadbou

Něž se pustíte do samotného pěstování špenátu v truhlíku, je samozřejmě nutné obstarat si **potřebný materiál k výsadbě**. Zavítejte tedy do nejbližšího **zahradnictví** a pořídte si:

- **semínka špenátu setého**
- **výživný substrát vhodný na pěstování špenátu, strukturou spíš hlinitopísčité (s neutrálním pH 6 až 7,5)**
- **dostatečně široké truhlíky, či květináče** (nemusí být nijak hluboké, spíš se zaměřte na šířku a délku)
- **zahradní lopatku a případně zahradnické rukavice**
- **odstátou, nebo dešťovou vodou na zálivku**
- **nejlépe organické hnojivo**



## Pěstování špenátu v truhlíku a fáze výsadby

Až budete mít všechno potřebné doma, můžete se směle pustit do **pěstování špenátu v truhlíku**. Samotná výsadba není **nijak komplikovaná**. Do květináče **navrstvíte zeminu promísenou s hnojivem** vhodným na špenát a v ní **udělejte dva až tři řádky**, které budou alespoň **dvacet centimetrů od sebe**. Semínka špenátu vsypávejte do řádků **hlubokých zhruba dva až tři centimetry**. Poté je na povrchu zasypejte další vrstvou substrátu. Špenátové sazenice nakonec **zalijte odstátou, nebo dešťovou vodou** a nechte v teple klíčit. Špenátu vyhovuje teplota **mezi deseti až sedmadvaceti stupni Celsia**. Snese ale bez problémů i teploty **pod deset stupňů**.

## Pěstování špenátu v truhlíku a nezbytná péče

Aby mělo pěstování špenátu v truhlíku své **výsledky**, je nutné se o sazeničky **pečlivě starat**. Špenát **pravidelně zalévejte**, ideálně dešťovkou. Pozor však na přelití semínek, mohly by začít v půdě zahnívat. Truhlík v bytě umístěte na místo, kde je **dostatek denního světla**. Špenát je možné v průběhu růstu rovněž **přihnojit vhodným hnojivem**. Jinak tento druh zeleniny nepotřebuje nic zvláštního.

## Pěstování špenátu v truhlíku a sklizeň

Až bude **pěstování špenátu** v truhlíku u svého konce, dočkáte se konečně **první sklizně**. Ta nastane zhruba **měsíc a půl od výsadby** špenátových semínek. Po uplynutí této doby si budete moci pochutnat na mladém špenátu, který je také známý pod pojmem **baby špenát**. Téměř **po dvou měsících** pak sklídíte **špenát zralý**, který má opticky větší lístky. Pokud dumáte nad tím, co si ze své úrody připravit, můžete se inspirovat následujícími **recepty**:

**Dušený špenát s pórkem**

**Detoxikační špenátové smoothie**

Autor článku: [Iveta Berezkinová](#)