

Zázračný česnek: Kdy je správný čas na sklízení česneku?



Existuje kolem třiceti odrůd česneku a doba sklízení se tak různí. Obvykle česnek dozrává 16-36 týdnů po vysazení. Setý česnek se sklízí během léta...

Česnek je právem nazývaný králem [koření](#). Mnozí si vaření bez něj nedokáží ani představit. Nejen, že česnek patří mezi kulinářské speciality, má taky zázračné účinky na lidské zdraví. Jako lék se používá na celou řadu nemocí. Nejlepší je bezesporu český česnek přímo z naší zahrádky, kde dozrává během července a srpna. Jak ale poznat, kdy je správný čas na sklízení česneku?

Česnek je vegetativně množená **cibulová zelenina**. Z pěstitelského hlediska se jedná o jednoletou až dvouletou plodinu. Ke konzumaci slouží zejména [cibule](#), která se **skládá z několika stroužků**. Každý stroužek je **chráněný šupinatým obalem**. **Při růstu** česneku je žádoucí **dostatek půdní vlhkosti**. Naopak během období dozrávání česneku vyhovuje spíš sušší období. Jedná se o období, kdy český česnek ukončuje růst a rozhoduje se o jeho zdravotním stavu. V období sklízení česneku jsou **extrémní srážky problém**.

Jak poznat správný čas na sklizení česneku?

Existuje **kolem třiceti odrůd česneku** a doba sklizení se tak různí. Obvykle česnek **dozrává 16-36 týdnů po vysazení**. Setý česnek se sklízí během léta **po odumření listů**. Odhadnout správný čas sklizení chce trochu zkušeností a cviku. Obecně se lze držet toho, že u nepaličatých druhů česneku, které jsou typické nepravidelným uskupením stroužků, začíná **sklizení česneku při žloutnutí listů** a nať je z poloviny ovadlá. U paličatých česneků začíná sklizení **při zasychání konců listů a narovnání květního stvolu**.

Sklizení česneku na vlastní zahradě snadno zvládnete **pomocí rýče nebo rycích vidlí**. Při sklizení byste je vhodné brát v potaz vývoj počasí a sklízet česnek nejlépe **před deštivými dny**. Cibulky česneku se doporučují **sklízet rychle**, protože mohou mít tendenci se po zvadnutí listů zatáhnout do země a obtížně se pak hledají. Pokud propásneme vhodnou dobu na sklizení česneku, zkrátíme také jeho životnost.

Jak česnek skladovat?

Po sklizení česnek uchováváme **ve větraných místnostech**, kde dobře cirkuluje vzduch. Jakmile česnek doschne, palice očistíme, zbavíme poškozených suknic a odstraníme kořínky. Česnek můžeme **uchovávat na chladném, temném, relativně suchém a dobře větratelném místě** až několik měsíců. Oloupaný česnek můžeme **zamrazit, sušit nebo zpracovat na česnekovou sůl**.



Jak česnek zpracovat?

Čerstvé stroužky česneku můžeme **prolisovat** nebo je **nadrobno nasekat**. V kuchyni má **využití celá rostlina**. Česnekovou nať lze použít do nálevů **pro nakládání zeleniny a hub**. Stroužky mají využití napříč všemi pokrmy kromě dezertů. Česnek můžeme používat také sušený, skvěle se pak hodí jako česneková sůl, [pasta](#) nebo máslo. Syrový česnek **ochucuje i v malém množství**, a musí se s ním proto opatrně.

Jaké léčivé účinky má česnek?

Česnek se používá při různých **infekcích** (v plicích, krku, střevech, žaludku). Dokáže likvidovat většinu plísňí a bakterií. Česnek si poradí s infekčními problémy. Je také vhodným lékem **při**

kardiovaskulárních potížích, protože snižuje hladinu cholesterolu a cukru v krvi. Česnek má **antisklerotické působení** a je vhodným lékem **při ateroskleróze**.

- zlepšuje prokrvování
- snižuje hladinu tuků v krvi
- pomáhá při křečových žilách
- posiluje srdce a krevní oběh
- ničí střevní bakterie a plísně
- podporuje hubnutí
- působí na snižování krevního tlaku
- pomáhá při zácpě a nadýmání

Autor článku: [Klára Hanačiková](#)