

УДК 615.89(035)
ББК 53.59
С 32

Серикова Галина Алексеевна — преподаватель с 17-летним стажем,
увлеченный садовод, автор популярных книг
о естественных способах оздоровления

В оформлении обложки использованы фотографии:
nrt, Maglara, julia gy, KAMONRAT / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Серикова Г. А.

С 32 Момордика. Индийский лекарь на вашей даче /
Г. А. Серикова. — М. : Эксмо, 2013. — 208 с. — (Храни-
тели здоровья).

ISBN 978-5-699-62883-4

Растение с экзотическим названием «момордика» скоро, наверное, появится на каждой даче или балконе в городской квартире. Этот красивейший овощ называют индийским лекарем за исключительные вкусовые и лечебные свойства. Содержащиеся в нем в уникальном сочетании витамины и микроэлементы придают ему особую питательную ценность. Вы найдете рекомендации по переработке плодов этого деликатеса и изготовлению лечебных соков, настоек и отваров при гипертонии, геморрое, атеросклерозе и других частых болячках. И наверное, удивитесь: как я не знал о момордике раньше?

В книге рассказано о том, как вырастить момордику самостоятельно и наслаждаться ее тончайшим ароматом, роскошной красотой и целебными свойствами.

УДК 615.89(035)
ББК 53.59

ISBN 978-5-699-62883-4

© Макет. «Абсолют-Юни», 2013
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2013

Серикова Галина Алексеевна

**МОМОРДИКА — ИНДИЙСКИЙ ЛЕКАРЬ
НА ВАШЕЙ ДАЧЕ**

Москва
ЭКСМО
2013

ВВЕДЕНИЕ

Бешеный или индийский огурец, индийский гранат, гоия, бешеная дыня, китайская горькая тыква, бальзамная груша... И это все названия одного очень интересного растения — момордики. В переводе с латинского данное слово означает «кусачий». За что же она получила столько необычных названий?

Те, кто уже пробовал выращивать момордику на своих дачах и огородах, знают, что пока она развивается, все ее органы жгутся не хуже крапивы. Поэтому до растения лучше не дотрагиваться до того момента, пока на нем не появятся первые спелые плоды. Тогда оно перестает «кусаться» и разрешает собрать урожай. Ярко-оранжевые веретеновидные покрытые бородавками то ли огурцы, то ли груши, то ли дыни в пищу не используют, их оставляют для украшения участка. Вы только представьте себе заборы, арки или беседки, увитые пушистыми стеблями с многочисленными зелеными листьями, на фоне которых «горят» диковинные плоды! Полностью вызревшие, они растрескиваются, «выстреливая» свои семена, похожие на ярко-красные зерна.

Для приготовления блюд и лекарственных препаратов годятся в основном горькие по вкусу зеленцы. Перед применением их, как правило, вымачивают в соленой воде, как обычные огурцы. Многие сравнивают плоды момордики по вкусу с недозревшей дыней или тыквой. Отсюда и столько названий у этого чудодейственного растения.

Г. А. СЕРИКОВА

Если ее еще нет в вашем саду или огороде, самое время исправить эту досадную ошибку. А мы расскажем, как без хлопот вырастить красавицу лиану в открытом грунте, на балконе или лоджии, откроем тайны оригинальных кушаний, которые понравятся даже гурманам, а также научим готовить целебные настойки и отвары.

ГЛАВА 1. ЭКЗОТИЧЕСКАЯ ГОСТЬЯ

Что собой представляет момордика

Однолетняя вьющаяся лиана, которую часто называют горьким огурцом, бешеным огурцом, индийским огурцом, индийским гранатом, горькой тыквой, в действительности именуется момордикой. Если у нас момордика — это все-таки экзотика, то в странах Южной и Юго-Восточной Азии (в Китае, Индии, Японии, Индонезии, Вьетнаме и др.), откуда она к нам пришла, растение широко распространено и повсеместно возделывается. Ее можно встретить во всех регионах мира с теплым тропическим климатом.

В ботанике она носит официальное название *Momordica charantia*. В переводе с латинского языка момордика означает «кусачая». Такое определение растение получило отнюдь не зря, поскольку его молодые листья, стебли и плоды на самом деле «кусаются» (при созревании оно утрачивает такую особенность). Они покрыты так называемыми взрывными волосками, которые заканчиваются шаровидной головкой, содержащей едкое вещество. При прикосновении к ним шарики с взрывом отрываются от волоска, разбрызгивая жидкость, которая вызывает ожог, особенно от этого страдают чувствительные слизистые глаз, носа и рта. Растение развило такой механизм для защиты семян от внешних врагов.

Определение *charantia* происходит от итальянского названия растения — *caranza*. Как и хорошо всем известные огурец, кабачок, патиссон и тыква, момордика относится к семейству тыквенных. Поэтому и внешне она довольно похожа на них. Момордика имеет пятигранный, опушенный, покрытый бороздками стебель, длина которого может достигать 3–4 м.

Крупные листья (по форме они напоминают виноградные) размером 2,5–10 на 3–12 см расположены супротивно и сидят на длинных (до 7 см) черешках. Есть у момордики и видоизмененные листья — усики, с помощью которых лиана цепляется и карабкается вверх по опоре.

Момордика — растение однодомное, т. е. у него в пазухах листьев распускаются и мужские, и женские пятилепестковые цветки диаметром до 3 см (запомните данную ее особенность, так как именно это свойство позволяет выращивать момордику в закрытом грунте, без насекомых-опылителей, роль которых берет на себя человек). Желтые с красноватым оттенком цветки издают тонкий приятный аромат, схожий с запахом жасмина. Благодаря этому момордика является отличным медоносом. Если на вашем участке стоят несколько ульев, без меда вы не останетесь.

Момордика цветет с июня, после чего наступает время интенсивного роста боковых побегов. После опыления на месте цветков образуются завязи, которые сразу начинают активно расти. Растение цветет и плодоносит до самых заморозков. Плод (ягода), ради которого собственно и выращивается эта культура, заслуживает отдельного разговора. По форме он напоминает огурец — висит на длинной

плодоножке, в незрелом виде имеет изумрудно-зеленый цвет, может вырастать до 15–25 см и весить 150–200 г. Но на этом сходство заканчивается, потому что плод момордики имеет шершавую поверхность, покрытую морщинами и толстыми жилками и выступами (рис. 1).

Внутри плодов находится сочная, плотная, бледно-зеленая и горьковатая на вкус мякоть. В ней лежат крупные (длиной 11–15 мм и шириной 8–9 мм) семена кофейного цвета, которые после созревания покрываются присеменниками (ариллусами) рубиново-красного цвета, по вкусу напоминающими хурму.

Форма семян различна — от плоской яйцевидной до практически прямоугольной. Кроме того, они покрыты своеобразным рисунком (у каждого семени он уникален), который складывается в своеобразный национальный индийский орнамент (рис. 2). Количество семян также различно и может достигать до 50 штук.

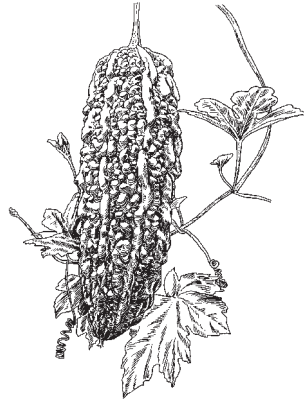


Рис. 1. Момордика

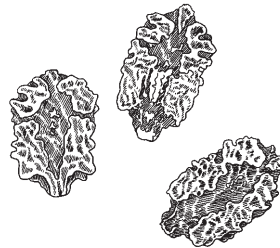


Рис. 2. Семена момордики



Рис. 3. Спелая момордика

По вкусу плод момордики похож на спелую тыкву, но с легким горьковатым оттенком. По мере созревания он сначала желтеет, затем становится насыщенно-оранжевым, после чего трескается в нижней части, распадаясь на три мясистые створки (рис. 3), с которых, как вишни, свешиваются семена.

Помимо описанного вида момордики, в садах и огородах выращивают также момордику бальзамическую, которую применяют в гомеопатии.

Выращивание момордики в саду, на балконе и лоджии

Несмотря на свое тропическое происхождение момордика неплохо чувствует себя и в нашем климате, где ей вполне достаточно короткого летнего сезона, в течение которого она обильно плодоносит. За это время можно не только попробовать экзотические плоды и насладиться декоративностью растения, но также заготовить лекарственное сырье.

Все растения, относящиеся к семейству тыквенных, имеют много общего. Поэтому, получив представление о нем, можно без проблем вырастить любое из них, в том числе и момордику.

Выбор почвы и места для посадки

Представители семейства тыквенных светолюбивы. Это означает, что не только в тени, но даже и в полутени полноценно расти и развиваться они не будут. Следовательно, нельзя отводить под них место под деревьями или среди кустов. Оптимальной будет открытая грядка, хорошо освещаемая солнцем. Тыквенные теплолюбивы. Чтобы всходы появились вовремя, температура почвы не должна быть ниже 16° С. Поэтому внесение биотоплива под посадку — это хорошая идея. Культуры этого семейства предпочитают плодородные, богатые органикой почвы. Отличительной особенностью растений этого семейства является слабая корневая система, вследствие чего тончайшие всасывающие корешки очень легко обрываются и не восстанавливаются. Чтобы развились новые корешки, потребуется время, что перенесет сроки созревания плодов. Поэтому при применении рассадного метода надо высевать семена в индивидуальные емкости. А если уж приходится пересаживать сеянцы, делать это следует только на стадии одного-двух настоящих листочков.

У тыквенных поверхностная корневая система, что необходимо учитывать при уходе за растениями. Например, после полива почву под ними нужно не рыхлить, тем более глубоко, а мульчировать. Кроме того, сорняки следует не выдергивать, а срезать на уровне земли.

Полив и удобрение

Большинство тыквенных, за исключением огурца, засухоустойчивы, поэтому они нуждаются в умеренном поливе. Кроме того, они способны добывать влагу из воздуха, используя для этого свои крупные листья.

Вид привявших листьев в жаркий полдень не является сигналом к немедленному поливу. Растения таким образом уменьшают испарение влаги через них. Когда температура снизится, упругость листьев восстановится.

Семейство тыквенных характеризуется тем, что оно хорошо реагирует на подкормки свежим навозом, причем в виде раствора коровяка. Но в регионах, где возвратные заморозки нередки, этого следует избегать, так как повышенный уровень азота приводит к снижению морозоустойчивости растений.

Отрицательная температура — губительный для тыквенных фактор. Поэтому при ранних весенних посадках нужно подготовить растения путем закаливания, опрыскивания «Эпином», «Экоберином» и другими препаратами, повышающими устойчивость культур к температурному стрессу. В таких случаях помогает и использование различных укрывных материалов.

Поскольку представители тыквенных в течение вегетационного периода наращивают существенную зеленую массу, цветут и завязывают плоды, они требуют интенсивного питания. Известно, что огурцу, для того чтобы вырастить один плод, требуется не менее 12–15 листьев, а тыкве — 8–10.

Размножение момордики

Все тыквенные относятся к перекрестно-опыляемым культурам. Если нужно получить семена, следует либо высаживать их на значительном расстоянии друг от друга, либо применять искусственное опыление. Сродство момордики с другими тыквенными культурами, которые очень популярны у наших садоводов и огородников, определяет и то, какими способами можно вырастить ее и получить неплохой урожай этого экзотического растения. Однако имеются и некоторые особенности, которые следует учитывать при культивировании этого растения.

Для разведения момордики подходят только те семена, которые полностью вызрели. Это легко можно определить по цвету их оболочки. У созревших семян она коричневато-кофейного цвета. Поэтому в первую очередь следует осуществить отбор семян. Те из них, которые оказались плохо выполненными (щуплыми) или имеют несоответствующую окраску, должны быть удалены. Остальные можно использовать для посева.

В южных регионах страны семена момордики нередко высевают непосредственно в открытый грунт, предварительно продезинфи-

цировав в слабом растворе перманганата калия. А в северных районах, где лето короткое, предпочтительно применять рассадный способ. Иначе растение не удивит и не порадует своими плодами.

Рассмотрим всю последовательность выращивания момордки через рассаду.

Отобранные семена замочите в обеззараживающем растворе примерно на 1 сутки. Если вы огородник со стажем, то наверняка знаете, что семена тыквенных, в частности огурца, тыквы, патиссона и кабачка, нередко проращивают, перед тем как высадить либо в открытый грунт, либо в отдельные емкости. Семена момордки, в отличие от них, плохо переносят подобную процедуру и часто загнивают. Поэтому продезинфицированные семена высевайте в заранее подготовленные стаканчики. Ящики использовать нежелательно, поскольку при пересадке нельзя исключить риск повреждения растения, от которого оно скорее всего не оправится. В связи с этим позаботьтесь о таре заранее.

Здесь можно использовать все — от самодельных емкостей из полиэтиленовой пленки и стаканчиков из подручных материалов до одноразовой посуды. В этом вопросе у каждого огородника свои предпочтения.

Например, вполне подходят стаканчики без дна, свернутые из бумаги (более долговечной будет полиэтиленовая пленка) и скрепленные обычной канцелярской скрепкой. В качестве шаблона подойдет пол-литровая бутылка. Стаканчики можно плотно установить в жестяную банку или пластиковый поддон с высокими бортиками. Промежуток между ними не следует засыпать грунтом.

Полив и подкормку удобно подавать непосредственно в банку или поддон. Благодаря нижнему поливу почва в стаканчиках не уплотняется и не переувлажняется (что, в свою очередь, является профилактикой черной ножки), на ее поверхности не выступает соль и не прорастают сорняки. Кроме того, не возникает проблем при перевозке рассады на дачу.

Стаканчики можно выполнить не только из бумаги, но и, например, из тары из-под молочных продуктов. В странах Западной Европы и США практикуют следующий способ: в таких «стаканчиках» либо продельвают прорезы в боковых стенках, либо просто разрезают стенки в виде лепестков. Надо не забыть и о дренажных отверстиях. До высадки растений в грунт горловину таких емкостей надо зафиксировать скотчем (или изоляционной лентой), а в соответствующий момент снять его и вместе с рассадой поместить «стаканчик» в подготовленные углубления и присыпать землей. Таким образом, овощные культуры остаются в емкостях весь вегетационный период. При этом корневая система не повреждается и благополучно разрастается в образовавшиеся отверстия. Кроме того, такая посуда сослужит неплохую службу, если на участке водится медведка.

Нельзя не упомянуть торфяные горшочки, которые стали классикой огородного жанра, поскольку используются на протяжении даже не десятилетий, а уже более двух столетий. Достоинства этой тары неоспоримы: в них проникает необходимый для развития корневой системы воздух, а вода не застаивается. Кроме того, растение не нужно извлекать из стаканчика, поскольку оно вместе с емкостью уста-



*Рис. 4. Извлечение
рассады из стаканчика*

навливается в грядку, благодаря чему рассада не страдает от стресса, не повреждается и дает 100%-ную приживаемость. Единственный минус — торфяные горшочки могут быть использованы только 1 раз.

Однако этого недостатка лишены пластиковые стаканчики. Кроме того, они бывают разного диаметра и высоты, поэтому легко подбираются под то или иное растение. При небольшом количестве рассады такая посуда вполне функциональна. Главное — не забыть о дренажных отверстиях и суметь вынуть растение перед посадкой (рис. 4).

Сделать это легко, если следовать нашим указаниям:

- полейте растение, чтобы земляной ком стал влажным (это предотвратит осыпание грунта и обнажение тончайший корневых волосков, через которые происходит всасывание питательных веществ);
- поместите растение между указательным и средним пальцами;
- аккуратно переверните стаканчик;
- освободите земляной ком от емкости.

Разумеется, к этому моменту грядка должна быть подготовлена, останется только осторожно опустить растение в углубление и присыпать почвой.

В завершение разговора на эту тему несколько советов:

- если по каким-то причинам нет возможности сделать в днище емкости для рассады дренажное отверстие, насыпьте в нее керамзит или другой подобный материал (кирпичный бой, мелкую гальку и др.), благодаря которому корни сеянца не будут постоянно находиться в воде и одновременно смогут получать необходимое количество влаги;

- наполняя емкость почвенной смесью, слегка уплотняйте ее и оставляйте примерно 2 см до верхнего края свободными от грунта, чтобы при поливе вода не вытекала;

- устанавливайте емкости с рассадой на поддоны, чтобы не только компактно размещать ее на окнах, но и не испортить подоконник;

- поскольку не исключен риск гибели отдельных сеянцев, высаживайте больше семян (приблизительно на 20% от необходимого количества).

Помимо посуды, нужно позаботиться и о почвенной смеси (субстрате, питательной смеси для выращивания рассады). Если учесть, что ее объем будет ограниченным, а растению придется находиться в ней некоторое время, она должна быть достаточно питательной. Самый простой выход из положения — приобрести в специализированном магазине готовый грунт. Такие смеси, как правило, содержат обработанный торф и соответствующее количество минеральных удобрений. Покупая подобный материал, следует учитывать, что для рассады это не лучший вариант хотя бы потому, что торф, обладая высокой влагоемкостью, может сжаться в плотный