

ВЫРАЩИВАНИЕ ТРАВ

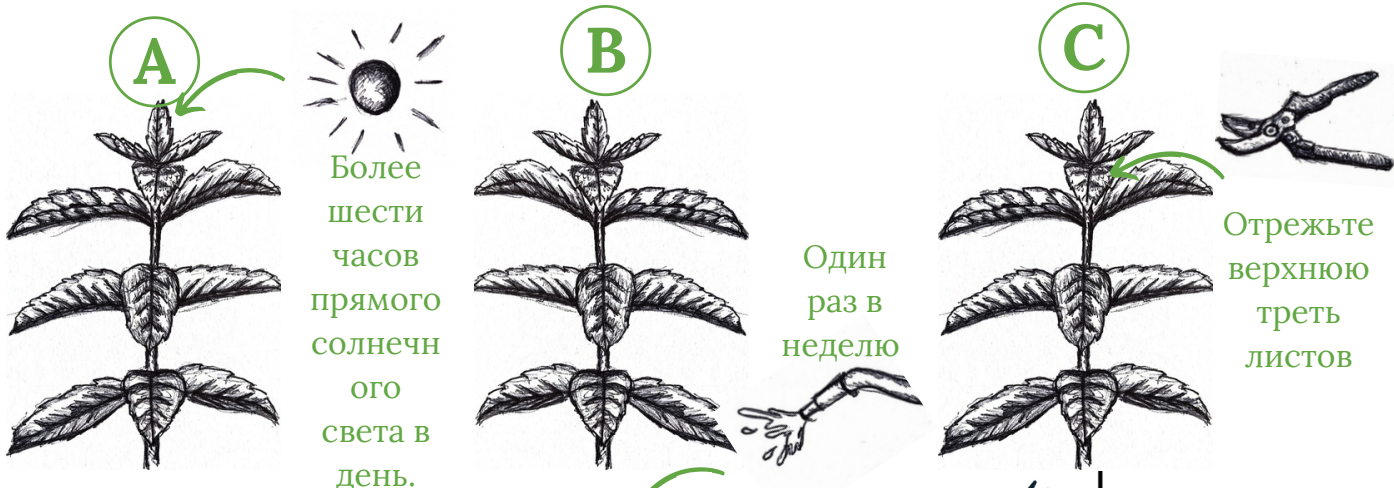
Травы обладают лечебными, визуальными, экологическими и кулинарными достоинствами. Они часто требуют минимального ухода, небольшого количества воды после укоренения. Они, как правило, привлекают минимальное количество насекомых вредителей. Многие травы хорошо растут как в помещении, так и на открытом воздухе!

ВЫРАЩИВАНИЕ ТРАВ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ

А. ОСВЕЩЕНИЕ. Многим травам требуется не менее шести часов прямого солнечного света в день. Чем больше солнечного света получают ваши травы, тем больше вырабатывается масла и тем сильнее вкус и аромат вашего растения. Места, которые освещаются с юга или запада, являются лучшими для выращивания трав. Если они не получают достаточного количества света ежедневно, растения могут стать тоньше и слабее.

В. ОРОШЕНИЕ. Один раз в неделю увлажняйте почву вокруг основания растения так, чтобы почва была влажной примерно на глубину 8 дюймов. Это делается для того, чтобы корни растения получали достаточно воды.

С. СБОР УРОЖАЯ ТРАВ. Вы можете собирать травы в течение всего вегетационного периода, срезая верхнюю треть веточки растения. Многие травы будут иметь наиболее выраженный вкус, если их собрать непосредственно перед цветением. Середина утра – оптимальное время для сбора трав, потому что роса часто только что высохла, что способствует более высокому содержанию масла.



ВЫРАЩИВАНИЕ ТРАВ В ПОМЕЩЕНИИ

Для выращивания трав лучше всего иметь окна, выходящие на юг. Если у вас нет окон, выходящих на юг, рассмотрите возможность выращивания трав, которые могут расти при непрямом солнечном свете, таких как мята, лавровый лист, розмарин, тимьян, мелисса лимонная и эстрагон. Возможно, вам придется менять местами контейнеры с травами, чтобы растения росли равномерно. Старайтесь поддерживать температуру в помещении в диапазоне 55–70 °F для роста здоровых трав.

ХРАНЕНИЕ.



←
4-5 стеблей в пучке для хранения

СУШКА НА ВОЗДУХЕ. Если у вас есть время и место, высушите травы на воздухе — это отличный вариант. Более медленный и длительный процесс сушки помогает сохранить аромат травы. Сначала аккуратно промойте траву в воде и дайте ей высохнуть. Затем возьмите 4–5 стеблей, свяжите их вместе веревкой и повесьте в перевернутом положении в теплом, темном, сухом и хорошо проветриваемом помещении. Листья сохнут 7–14 дней.

СУШКА В МИКРОВОЛНОВОЙ ПЕЧИ. Сушка трав в микроволновой печи может быть хорошим вариантом хранения при ограниченном времени. Хотя вы можете потерять часть масла, микроволновая печь — это эффективный метод сушки. Сначала аккуратно промойте траву в воде и дайте ей высохнуть. Затем удалите листья со стеблей и разложите их на тарелке. Разогревайте тарелку в микроволновой печи с 15-секундными интервалами, пока трава полностью не высохнет. Возможно, вам придется поэкспериментировать с настройками микроволновой печи, пока вы не найдете настройки, при которых трава должным образом сушится.

ХРАНЕНИЕ ВЫСУШЕННЫХ ТРАВ. Как только листья травы высохнут, удалите их со стеблей (если вы еще этого не сделали). Поместите листья травы в герметичный контейнер и плотно закройте его. Затем храните травы в прохладном, темном и сухом месте до года.

ЗАМОРАЖИВАНИЕ ТРАВ. Заполните каждую секцию формы для льда примерно наполовину листьями трав. Затем налейте масло на весь лоток для кубиков льда, пока оно не покроет ваши травы. Поместите лоток в морозильную камеру и используйте по мере необходимости. Попробуйте заморозить небольшое количество трав, потому что вы не сможете повторно заморозить травы после их оттаивания.

Источники. UMass Center for Agriculture, Food, and the Environment, Missouri Botanical Garden, University of Minnesota Extension, Penn State Extension. Иллюстрации Оливии Голден (Olivia Golden).