

GOJI – kustovnica čínska – *Lycium chinense*

Goji patrí k skupine rastlín pochádzajúcich z číny, ktoré svojimi účinkami zabezpečujú dlhovekosť, posilňujú organizmus a prispievajú k celkovému zlepšeniu funkcií orgánov. Nie sú to novo objavené rastliny, ale stáročia využívané rastliny. Rastlina Goji rastie veľmi bujne (i v našich podmienkach), je mrazuodolná (-25°C). Je to ker dorastajúci 2,5-3,5 m, s prevísajúcimi vetvami a dlhými, tenkými konáríkmi. Rastliny je vhodné sadiť v spone 1 x 2,5m. Goji patrí do čeľadi ľuľkovité, podobne ako napr. paradajky a zemiaky, a obsahuje tiež jedovatý solanín, ktorého obsah v plodoch zretím klesá. Kvitne hviezdovitými, fialovobielymi kvetmi od júna do augusta. Rastliny sú samoopelivé a do plodnosti vstupujú v 2-3 roku. Na stanovište nie je kustovnica náročná, vyhovuje jej slnečné chránené miesto a ľahšia, nie premokrená pôda. Vďaka previsnutému rastu je vhodná aj na výsadby vo svahu. Do vykopanej jamy o niečo väčšej než je koreňový bal pridajte kvalitný záhradnícky substrát a malé množstvo organického hnojiva. Po vysadení rastlinu dobre zalejte. Je dôležité neprehnojovať pôdu dusíkatými hnojivami, ktoré vedú k prírastkom zelenej hmoty, ale radšej hnojiť hnojivom s obsahom K, P, Mg pre lepšiu násadu a dozrievanie plodov.

Pestovanie a rez:

Na dosiahnutie čo najlepšej a najkvalitnejšej úrody je potrebné pravidelne rastlinu rezať. Cieľom rezu je odstraňovanie výhonov bez plodov, zakracovanie výhonov s plodmi a presvetľovanie koruny. Kustovnicu je možné pestovať v rôznych pestovateľských tvaroch: valcovitý, dáždnikovitý a poschodový(etážový). U všetkých tvarov je potrebné vytvoriť kmeň z jedného alebo viacerých výhonov, okolo ktorého odstraňujeme neplodnú obrast.

Zber a použitie:

Plody dozrievajú postupne od júla do októbra. Na priamy konzum sú vhodné len celkom zrelé plody. Vyvarujte sa zberu po daždi. Plody sú po usušení ešte chutnejšie a menej horké. Mladé výhonky, uvarené (voda sa vyleje – obsahuje solanín) sa v číne používajú ako príloha k mäsu, podobne ako kapusta u nás.

Účinky:

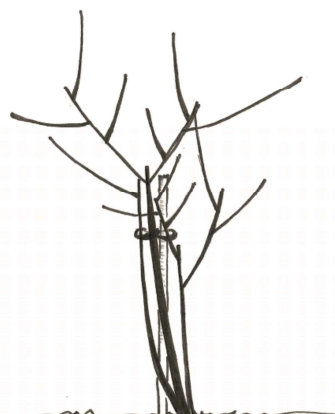
Sušené a čerstvé plody upravujú vysoký krvný tlak, posilňujú zrak, odstraňujú závraty, bolesti v krížoch, chronické „vnútorné krvácanie“, krvácanie z nosa, astmu a únavu.

Rez kustovnice čínskej

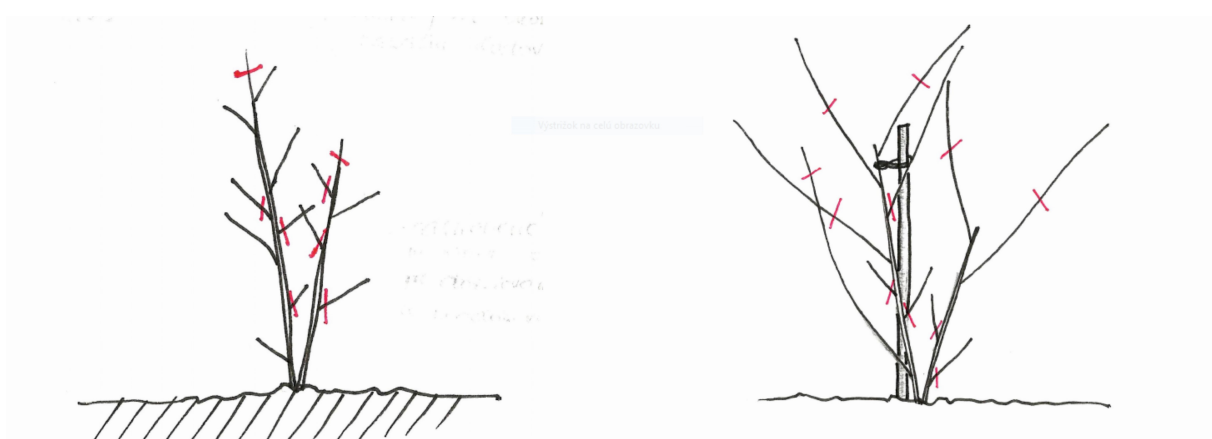
I.rok



II.rok



III.rok – pred rezom



I.rok

U mladých rastlín sa snažíme o skorú násadu plodov. Preriedime preto obrast na výhonoch tak, že vyberieme 4-6 výhonov, ktoré ponecháme pre skorú úrodu a ostatné odstránime. Vrcholy kostrových konárov zastrihujeme vo výške 50-60 cm, čo bude výška nasadenia korunky.

II.rok Tvarujeme korunku:

- kostrové konáre tvoria kmienik, odstraňujeme obrast
- uviažeme ich o kolík
- plodiace výhony zakracujeme o $\frac{1}{2}$ až $\frac{2}{3}$
- neplodiace, tie čo zahusťujú korunku odstraňujeme

III.rok

- odstraňujeme obrast okolo kmienika do výšky 50-60 cm.
- preriedujeme korunku
- zakracujeme plodiace výhony

