

2010-й — год дедушки Лука

**Людмила
Баранчикова,**
*старший
научный сотрудник
Института
содержания
и методов
обучения РАО,
кандидат
педагогических наук*

В последнее время стало модным вести летоисчисление по восточным календарям, хотя издревле существовали свои исконно русские традиции обозначения года. Некоторые древние славянские племена, жившие на территории современной России, Белоруссии, Украины и занимавшиеся земледелием, имели свой православный 12-летний садово-огородный календарь. Каждый год, что примечательно, именовался названием определённой культуры. Почему? Можно лишь предположить, что календарь, вероятнее всего, связан с циклом солнечной активности и определённые годы были особо благоприятны для развития тех или иных культур.

Текущие 12 лет по земледельческому календарю наших предков:

- 2010-й — луковый;
- 2011-й — яблочный;
- 2012-й — огуречный;
- 2013-й — гороховый;
- 2014-й — смородинно-берсяной (берсень — крыжовник);
- 2015-й — медово-хмельной (посвящённый хмелю как растению);
- 2016-й — репный;
- 2017-й — липовый;
- 2018-й — хлебный (рожь, гречиха, просо);
- 2019-й — малиновый;
- 2020-й — морковный;
- 2021-й — капустный.

Итак, 2010-й — луковый год.

Об этом чудесном овоще, круглый год не сходящем с нашего стола, поговорить стоит. Без лука ни суп не обходится, ни мясо не поджаривается, а салат, разве он может быть без лука? Хорош лук и свежий, зелёный, и в крепки белых луковицах. Зимой — это ещё помощь в борьбе с простудами (панадол отдыхает), да и при многих других болезнях помогает.

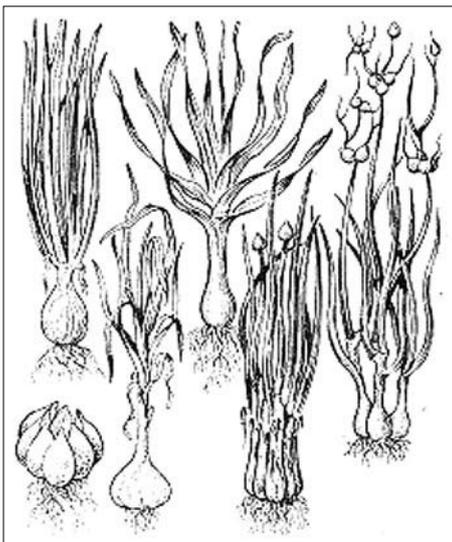
Рачительные хозяйки уже с Нового года начинают собирать луковую шелуху, чтобы было чем на Пасху яйца красить.

Красавицы ополаскивают отваром этой шелухи волосы — для здоровья и золотистого оттенка.

Род Луки. В семействе луковых — это многочисленный род одно-, двух- и многолетних растений. Луки возделываются с древнейших времён и широко распространены в культуре. Мир луков исключительно разнообразен.

Известно более 600 видов: лук репчатый, порей, лук-батун, лук душистый, лук многоярусный, лук-слизун, лук-шнитт, лук-шалот, лук победный (черемша), рокамболь и др. Какой из них ни освоишь, в накладе не останешься. Более 200 культурных сортов выращивается на огородах, а в потенциале — ещё столько же диких. Около 170 сортов репчатого лука районированы.

В давние времена лук выращивали в отдельных местах —



«гнездах», близ деревень и городов, от которых старые сорта и получили своё наименование: бессоновский (Пенза), одиновец и мячковский (Подмосковье) и т.д. Знаменитое «гнездо» огородничества возникло на берегу озера Неро, в Ростове Ярославском, где выдающиеся мастера гряд выращивали местные ростовские сорта: ростовский, ростовский репчатый, ростовский кубастый, даниловский.

Ныне репчатый лук выращивается повсеместно, даже там, где раньше земледелия не было: за Полярным Кругом, в районе бухты Тикси, в Салехарде и Якутии.

Высокий урожай лука возможен лишь при правильном выборе сорта с высокими посевными качествами семян.

Репчатый — самый популярный среди луков, он урожаен, обладает хорошей лёжкостью, даёт вкусные трубчатые листья (перо) и качественные луковицы.

Перо лука — главнейший зелёный продукт. Потребность в зелёном луке по нормам питания составляет 2,2 кг в год на человека. К сожалению, производство зелёного лука отстаёт от спроса. Частично восполнить этот пробел по силам юным овощеводам — школьникам.

Луковое семейство, пестрящее различной окраской и размером луковиц, имеет общую «фамильную» черту: наличие едких летучих и пахучих веществ — фитонцидов и эфирных масел. Причём, южные сорта в этом смысле намного «добрее» северных.

В отличие от корнеплодов, у лука повышенная требовательность

к почвенному питанию, особенно азотному, увлажнению (особенно в первую половину вегетации) и освещению (среднерусские сорта — растения длинного дня). Лук хорошо растёт не среднетяжёлых, плодородных, хорошо дренированных почвах со слабокислой реакцией. Лучшее удобрение для лука — навозный компост. При температуре 18–20 °С и достаточном увлажнении почвы всходы появляются на 10–12-й день. Следует иметь в виду, что всходы в фазе петельки легко повреждаются заморозками. В фазе 2–4-х настоящих листочков лук уже стойко к холодам, переносит заморозки до –6–7 °С.

Народное почвоведение

Ростовские огородники за много веков накопили опыт по использованию земли. Они делили почвы на восемь разновидностей, причём каждая была связана с возделыванием того или другого овоща, другими словами, по земле и культура: рассадная, огуречная, луковая, петрушечная, морковная, цикорная, картофельная, капустная.

Ростовские огородники, эти народные почвоведы, под лук рекомендовали песчаную, рыхлую, умеренно влажную землю с глинистой подпочвой и запасом старых перегнойных веществ.

На овощных грядках лук на редкость «дружелюбен», т.е. охотно растёт в соседстве со многими овощами и не мешает им жить. Прекрасно уживается с морковью (отгоняет едким духом морковную муху, а морковь как бы в признание за это отпугивает от «дедушки» луковую

муху), свёклой, салатом, шпинатом, огурцами, редисом, кресс-салатом, чабером, клубникой. Плохо растёт с фасолью, горохом, бобами, шалфеем.

Не выращивают лук после кукурузы и ... лука.

После уборки предшественника почву рыхлят, провоцируя всходы сорных растений; вносят удобрения; участок глубоко перекапывают, чтобы взошедшие сорняки и их семена уложить поглубже. Ранней весной почву боронуют граблями, вносят минеральные удобрения и почву ещё раз рыхлят.

Сорта лука подразделяют по числу луковиц в гнезде, что зависит от количества зачатков: многогнездные многозачатковые (4–6 луковиц), среднегнездные (2–4) и малогнездные (1, редко 2). По вкусу сорта делятся на острые, полуострые и сладкие.

Грядки с луком — украшение овощного отдела школьного учебно-опытного участка, особенно многолетние луки (душистый, слизун, шнитт), — прекрасны и на газоне. Они долго и красиво цветут, соцветия у них разной окраски, их отличает приятный аромат, обилие нектара. Эти растения — надёжные медоносы (мёд без лукового привкуса).

Дедушка Лук с характером

Американские учёные — фитопсихологи, изучающие психологию растений, пришли к заключению, что помимо хорошего ухода к каждому овощу нужен свой индивидуальный подход. Лук любит ... девушек, но без косметики. Фитопсихологи

заметили, что яркий грим, особенно чересчур накрашенные глаза, вызывают у лука что-то наподобие страха: он весь как бы сжимается, становится жёстким, малосъедобным.

Всё это похоже на шутку. Но всё же попробуйте проверить и, возможно, огородные грядки станут урожайнее.

Лук репчатый

Известен с древности, более 6 тысяч лет. Родина Афганистан и Средняя Азия. Выращивали его в Древней Греции, Древнем Египте, Индии, Римской империи, где его использовали как лекарственное и пищевое растение.

Его использовали и при совершении религиозных ритуалов, магических действий, мумифицировании, захоронении. Римским полководцем Ксенофонтом лук был введён в ежедневный рацион воинов, поскольку считалось, что он способствует восстановлению сил и энергии и даже более — предохраняет от ударов мечей и алебард.

Потом он распространился далеко на запад и восток.

Древнерусское и старославянское название — **лукъ**. Есть предположения, что слово лук происходит от греческого — «светлый, белый». Возможно, первоначально оно могло быть названием луковицы, причём не только лука, но и других луковичных.

В связи с названием нередко возникает вопрос: почему репчатый лук, без которого суп не сварить, называют так же, как лук, из которого ребятня стреляет?

Разгадка этого проста и та-

ится в зелёном луковом ростке. Зелёный росток у молодого лука, растущего из семени (а не из репки), изгибается, вылезая из земли, подобно тетиве лука, из которой стреляют. Вот поэтому сходству овощ именуют луком. Эта упругая зелёная луковая дуга образуется серединой частью семядоли, концы которой остаются в почве. Зелёная петелька торчит на грядке дней 10-15, не изменяясь.

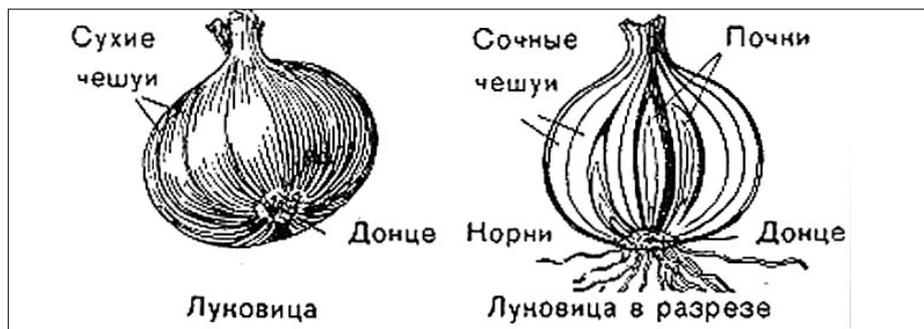
Болгарские названия: лук, луков, луковица; украинские — цибуля; белорусские — цибуля.

По-гречески лук называют «хромион», т.е. панцирь, что объясняется обычаем, сохранившимся с древних времён до средневековья, носить под панцирем на груди обыкновенную луковицу-талисман, якобы предохраняющую воина, закованного в стальные латы, от смертельных ран. Такой талисман носил и Дон-Кихот Ламанчский — герой известного романа Сервантеса.

Есть у лука и научное латинское название «алиум», что значит — остро пахнущий. Конечно, найдутся люди, которым не нравится запах лука, а особенно — чеснока. Но у этих овощей и поклонников немало. Тысячи лет род алиум кормит человечество на всех континентах и ни в одной стране не отказались от этого целебного и бодрящего, остро пахнущего овоща.

Более того, лук репчатый неизменно в ряду наиболее ценных овощных культур. И потребность в нём не снижается: на человека в год требуется 8–12 кг.

Культура репчатого лука исключительно урожайная,



Строение луковицы

отзывчивая на вложенный труд. Лук репчатый — двухлетнее перекрёстноопыляющееся растение со слабой корневой системой и относительно развитой листовой поверхностью. Луковица состоит из донца, сухих и сочных чешуй, зачатков и шейки.

Луковица репчатого лука — видоизменённый побег, стеблевая часть которого — сильно укороченная — (донце) находится в основании луковицы. Луковый стебель видоизменён до полной неузнаваемости. Он несколько не похож на стебель обычных травянистых растений. Луковый стебель — это сплюснутая затвердевшая округлая пластинка, нижняя часть луковицы-репки, называемая донцем. В середине донца после усыхания главного корня, живущего недолго, нарождаются тонкие придаточные корешки в виде густой белёсой бороды. Борода — не украшение луковицы, она добывает земные соки и питает ими растение.

Строение луковицы

Корни у лука слабые, маловетвистые, растут неглубоко в самом верхнем слое почвы, что

сказывается на медленном росте, особенно в первой половине вегетации.

От донца отрастают многочисленные чешуи — видоизменённые листья. Чешуи не все одинаковые: наружные — сухие, словно, тёплая шубка, надеты в несколько слоёв. Чем толще слой чешуек, тем лучше репка защищена от холода. Они разного цвета — золотистые, красноватые, белые, фиолетовые. Функция кроющих чешуй по отношению к внутренним — открытым, сочным и мясистым, содержащим питательные вещества в виде сахаров, расходуемых на дыхание при хранении лука зимой и на прорастание при посадке, — защитная (предохранить луковицу от микроорганизмов и предупредить её прорастание при кратковременном увлажнении).

Луковица дом без окон и дверей. Если её разрезать ножом вниз, то между белыми сочными пластинками-чешуйками на донце-стебле можно разглядеть верхушечную почку — зачаток или детку. Луковая почка-зачаток, словно, в колыбельке спит у самого донца. Количество их различно и зависит от сорта и величины лу-

ковицы; при их множестве лук именуют многозачатковым.

На высокой сочной стрелке, посередине вздутой, вырастает бутон-бубенчик, покрытый плотным кожистым чехольчиком («обвёрткой»). Чехольчик-обвёртка лопаётся, и раскрывается нежное соцветие-шар - фиолетовое, розовое или синее-синее. Луковый зонтик свеж и красив недели три и более. Среди луковых немало декоративных растений, украшающих клумбы.

Лук с цветоносным стеблем

Репчатый лук — овощная культура с одно-, двух- и трёхлетним циклом выращивания. Обычно лук-репку получают за 2 года: из чернушки выращивают севок, а на другое лето — крупные луковицы, называемые репкой.

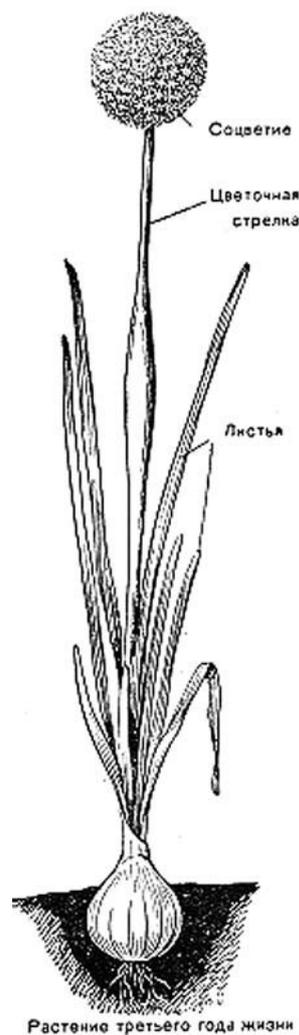
В старое время знаменитые ростовские огородники получали крупную репку и вовсе на третий год: из севка выходил так называемый выборок, а уж из него — репка.

Сегодня более характерен 3-летний цикл выращивания, но овощеводы уже научились выращивать лук-репку и за один год. Добавим, что в районах с непродолжительным летом развитие лука-репки всё-таки покоится на уже ставшем традиционным севочном способе.

Подольше иметь с огорода нежные зелёные листья можно, если уметь варьировать семенной материал. Сначала нужно посеять чернушку, потом средние по размеру луковицы — из них-то и будет зелень первой. Через 2 недели посадить луковицы мелкого севка — они дадут урожай после крупных лу-

ковиц, но раньше посева семенами.

Интересно, что на каждом этапе выращивания лук меняет свои названия — имена: семена — «лук-чернушка»; выросшая из чёрного, как уголёк, семечка маленькая луковка — лук-севок; весной посаженная на грядку, она растолстеет и станет похожа на репку, её так и станут звать-величать — лук-репка.



Лук с цветоносным стеблем

Редкую красоту можно увидеть в таком простом и привычном всем растении, как репчатый лук, особенно, когда луковица зимой выпустила перо, находясь в баночке с водой. Прорастившая луковица, не только обогащает витаминами стол, но и оберегает кухню от мух и микробов. Лук и на грядках поможет: отпугнёт тлю, бабочек и гусениц.

Позовём лекаря с грядки

В луковицах и листьях репчатого лука много витамина С, есть витамины групп В, РР, каротин (провитамин А); 80-100 г зелёного лука обеспечивает суточную потребность в витамине С. Лук богат сахарами, минеральными солями, органическими кислотами. В луковицах и листьях лука содержится эфирное масло, всё растение обладает фитонцидной активностью. Из разрезанной луковицы, буквально, вылетают «стрелы» и, хотя они и невидимы, но ощутимы — от них щиплет глаза, они вышибают слезу. К слову, американским химиком Э. Блэком было выделено летучее вещество, вызывающее слезотечение, лакриматор: который растворяясь в воде (слезах), образует серную кислоту, раздражающую «радужную» глаза. Если на пути летящих луковых «стрел» окажутся «вредные» микробы, им не сдобровать: фитонциды настолько сильны, что предохраняют человека от многих возбудителей тяжёлых болезней. В Великую Отечественную войну фитонцидами лечили долго незаживающие раны.

Лук не только вкусная приправа к кушаньям — лук целебен: и Осипу от осиплости, и Ар-

хипу от охриплости поможет. Деда ели — здоровели. Недаром русский народ сложил поговорку: «Лук — от семи недуг».

Применяя лук как лечебное средство, ещё древние врачи полагали, что нет ни одного заболевания, при котором приготовленный соответствующим образом лук не принёс бы больному облегчения.

В народной медицине лук считается божественным растением. В Древнем Риме он олицетворял неистощимую жизненную силу и бессмертие. Его носили на груди как талисман, способный защитить от злого глаза и болезней. Лук издавна считался могучим средством против ряда заболеваний.

- В русских травниках лук рекомендовали при водянке, камнях в почках и мочевом пузыре. Указывалось, что он способствует размягчению мокроты при простудных заболеваниях.
- Свежеприготовленную кашку используют для десятиминутных ингаляций при ангине, ОРВИ, гриппе. Для этого большого с головой накрывают простыней и подносят к лицу тарелку с кашкой. При воспалении горла кашку лука едят с тёртыми яблоками и мёдом 2-3 раза в день по 2–3 чайные ложки.
- Луковый сок с мёдом помогает от ангины. Свежеотжатый сок принимают по 1 чайной ложке 3–4 раза в день.
- Кусочки ваты, смоченные луковым соком и заложенные в ноздри на 10–15 минут 3–4 раза в день, излечивают гриппозный насморк.
- Настой лука рекомендуется для борьбы с круглыми глистами (аскаридами и острицами).

Луковицу измельчают, заливают стаканом кипячёной воды и настаивают 8–12 часов при комнатной температуре. Настой выпивают натощак по $\frac{1}{3}$ – $\frac{1}{2}$ стакана в течение 3–4 дней.

При острых заболеваниях почек, печени, сердца лук используют с осторожностью.

- Луковый сок рекомендуется при неврастении, бессоннице и ревматизме. Является хорошим очистителем крови. Особенно эффективен при инфекциях носоглотки, т.к. обладает бактерицидным действием.

- Употребление лука в пищу понижает содержание сахара в крови.

Лук батун (дудчатый, зимняк). Культура древняя. В России возделывается повсеместно, но в небольших объёмах. В Сибири растёт в диком виде.

Батун имеет 3 подвида: китайский, японский и русский (отличается зимостойкостью и высоким содержанием витамина С).

Зелёные листья батун — щедрый источник витамина С, сахаров, витаминов группы В, РР, А, солей калия, магния, железа.

Батун свето- и влаголюбив, зимостоек, хорошие урожаи даёт на плодородных почвах, чистых от сорняков.

Внешне батун мало отличается от репчатого лука, но у него более мощные длинные листья (перья), они с весны до осени свежи и зелены. Луковица у батун едва заметна и переходит в утолщенный стебель. И стебель, и корни отличаются сильным ветвлением. Листья ежегодно отмирают, зимуют лишь донце, корни и почки, дающие новые разветвления.

Сеют лук на протяжении весны, лета.

В первый год образует кустик из 3–4-х растений, число которых впоследствии увеличивается до 15–20. Один куст даёт целую охапку зелени — нежных грубчатых листьев. На второй год жизни растение выбрасывает невысокие цветоносы (стрелки) с шаровидным зонтиком (как у репчатого лука), растение цветёт, даёт семена (мельче, чем у репчатого).

В первый год после посадки срезку пера не делают; в последующие годы срезают 3–4 раза (после чего растения обильно поливают), не допуская огрубления листьев — огрубевшие в пищу не годятся. С кустов, оставленных на семена, листья не срезают ни разу.

Батун — культура привлекательная для огородников и, прежде всего, своей неприхотливостью, но и не только, а также возможностью раннего получения первой свежей зелени.

Батун — один из самых скороспелых луков. Он и ценится за то, что отдаёт свою зелень рано весной, сразу после схода снега. Хорошо, если не огороде есть такие травинки-витамишки. Растает снег весной, выгланет солнышко и уже можно нащипать зелени на добрую окрошку, или в миске натолочь с солью — макай на здоровье чёрный хлеб. Свежая и острая еда получится. И ещё: посеял батун один раз — урожаем снимай 5–6 лет.

Зелёный лук подают на стол преимущественно в свежем виде. Жаль, конечно, но в обычных комнатных условиях он быстро желтеет, увядает, теряет и внешний вид и качество.

В пищу употребляют листья и отбеленную часть стебля как приправу к различным блюдам, для приготовления салатов, начинки для пирогов. В народном календаре есть даже праздник лука (20 февраля). В этот день обязательно пекут пироги с луком.

В народной медицине батун используется для снижения кровяного давления, улучшения эластичности капилляров.

Нетрадиционные луки

Об этих видах уникальных луков, известных во всём мире, сегодняшние учащиеся не имеют представления, потому что они на грядках не только школьных учебно-опытных участков, но и на домашних огородах, редкие гости.

Было бы замечательно, если бы в год «дедушки» Лука, учителя биологии и технологии познакомили школьников с многообразием его видов, научили приёмам их выращивания, ввели новосёлов в культуру учебно-опытных участков школ, а затем и домашних огородов. Ведь в сущности ничего сложного: луки растут быстро и дружно, им даже какая-то особая агротехника не нужна. Главное — прилежные руки, практика да хороший сорт, деятельность и инициатива.

Важно продумать план посева, не забыть при этом вопросы плодосмена, заострить внимание на обновлении ассортимента, а также прикинуть и экономический результат, который, безусловно, захочется иметь в виде реального денежного дохода (учителя своей же школы, родители, жители близлежащих

домов станут постоянными покупателями экологически чистой свежей зелени); среди школ района можно провести конкурс на самый доходный участок. Возможно, год-два доход будет не так уж и велик, но ценнее всего тут, безусловно, творчество.

Немаловажно также, что грядки с луком могут стать «огородом для науки», зелёной лабораторией для опытов и наблюдений.

Выражение «Лук от семи недуг» может обрести здоровый смысл, став основой проекта. Стихи, сказки-присказки, пословицы, поговорки, огородное краснословье — всё украсит осенний праздник «дедушки» Лука. Учащиеся смогут продемонстрировать и кулинарные способности, приготовив из лука простые аппетитные разносолы, да такие, чтобы за ушами пицало. В жизни такое умение дорогого стоит.

Лук порей, жемчужный

В сравнении с репчатым порей богаче каротином, витаминами С и В, солями калия и железа; при хранении количество витамина С увеличивается в 1,5 раза (этим свойством не обладают ни овощные, ни плодовые культуры). В состав эфирного масла порея входит сера.

Порей — действительно жемчужина среди всех овощей!

В пищу у порея используют листья, особенно молодые, и толстенную белую «ногу».

Невысокое содержание эфирных масел делает возможным использование порея при диетическом питании.

Потребляют его в сыром, солёном, варёном, сушёном и жареном виде.

Из зелени варят вкусный суп, ароматный и полезный, необыкновенно аппетитно и жаркое с пореем, молодые листья и стебли хороши в салате, а приправленный майонезом или соусом порей будет прекрасным гарниром для всех мясных и рыбных блюд; отварной и слегка поджаренный на сливочном масле, порей вполне заменит цветную капусту. Нарезанные кольцами «ноги» замораживают; «ножки» и листья порея поддаются сушке и в таком виде долго хранятся.

Порей повышает аппетит, благоприятно влияет на органы пищеварения, улучшает деятельность печени и желчного пузыря, обладает мочегонным действием. Этот лук целебен при многих заболеваниях: камнях в почках, атеросклерозе, при нарушениях обмена веществ, особенно связанных с возрастными изменениями, ожирении, ревматизме.

Не только цветущие растения, но и обычная овощная зелень может стать символом. На языке цветов лук-порей означает успех, богатство, удачу.

Как видите, у полезного овоща мрачного значения нет!

Многолетние луки

Луки бывают разные. Есть и многолетние, высококалорийные, богатые разнообразными витаминами — В1, В2, РР. Всего 40 г зелёного лука полностью обеспечивают потребность человека в витамине С. Широкая гамма минеральных веществ, диетические свойства, способность возбуждать аппетит, бактерицидность — всё это выдвигает

многолетние луки в ряд ценнейших продуктов питания.

Хорошее это дело — выращивать многолетние луки! К сожалению, в России ими мало занимаются, предпочитая мало известным многолетникам традиционный лук-репку.

К многолетним лукам относятся: душистый лук, многоярусный, слизун, шнитт, шалот, рокамболь, черемша и другие.

Многолетние луки — культуры ранние. Едва сойдёт снег, в рост устремляется многоярусный лук, за ним шнитт, слизун, душистый. Получается что-то вроде бесконечного конвейера острой зелени. Ходи с ножницами, стриги каждый лук по очереди да радуйся витаминному гостинцу.

Полезность многолетних луков на этом не кончается. Обладая коротким периодом относительного покоя, эти луки и в комнатных условиях продолжают давать зелень уже с осени. Многолетние луки не очень претендуют на свет и тепло: в меру того и другого — и лучок «постарается». Не надо только забывать о поливе да о подкормке и... срезать вымахавшую зелень.

Это интересно ...

Морской лук.

У этого лука из земли торчат листья, похожие на зелень тюльпана. В старину его брали с собой мореплаватели, чтобы избавиться от крыс на корабле.

Любопытна его «выборочная деятельность»: из всех теплокровных животных нацеливается только исключительно на крыс и губит их.