

Μποστανάκι στο μπαλκόνι: βότανα και αρωματικά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



photo: Άντυ Παξινός

του Άντυ Παξινού.

Πώς μπορούμε εύκολα να φτιάξουμε ένα μικρό βοτανο-μποστάνι, βολικό και κοντά στην κουζίνα μας, να το χαιρόμαστε και να το εκμεταλλευόμαστε χωρίς κόπο; Μπορούμε να βάλουμε ζαρντινιέρες σε σειρά και σε όποιο σχήμα μας αρέσει σε ένα μπαλκόνι κοντά στην κουζίνα ή ακόμα και σε ένα τραπέζι στην ίδια την κουζίνα, αρκεί να υπάρχει αρκετό φως.

Οι συγκεκριμένες ζαρντινιέρες έχουν χώρο στο κάτω μέρος της γλάστρας με μετρητή για τη στάθμη του νερού που λειτουργεί ως αυτόματο πότισμα. Ωστόσο πρέπει να γεμίζουμε προσεκτικά τη γλάστρα με νερό μέχρι τη σωστή στάθμη. Έτσι, αν δεν διαθέτουμε χρόνο, για μεγάλο διάστημα δεν θα χρειαστεί να αγχωθούμε για το πότισμα. Παράλληλα το φυτό διατηρείται καθαρό καθώς αποθηκεύει το παραπανίσιο νερό χωρίς να τρέχει από κάτω παρασύροντας και χώμα.

Θα πρέπει να έχουμε ενημερωθεί από πριν σχετικά με το πόσο πότισμα απαιτεί το κάθε φυτό και να χωρίσουμε σε ομάδες όσα είναι όμοια, ώστε να μπουν στην ίδια ζαρντινιέρα. Στο συγκεκριμένο μπουστάνι έβαλα το δεντρολίβανο, το φλισκούνι, το δίκταμο και την αψιθιά μαζί, γιατί αυτά τα φυτά ζητούν ελάχιστο νερό. Σε άλλη ομάδα μπήκαν το βάλαμο, το φασκόμηλο και το εστραγκόν, αυτά τα φυτά απαιτούν μέτριο πότισμα. Στην τελευταία ομάδα είναι η στέβια, η βαλεριάνα και ο κόκκινος βασιλικός που θέλουν παραπάνω νερό.

Για χώμα θα χρησιμοποιήσουμε ίση αναλογία από κομπόστ, τύρφη και περλίτη. Στην πρώτη ομάδα θα προσθέσουμε περισσότερο περλίτη από τύρφη και στην τελευταία ομάδα το αντίθετο, ώστε να δημιουργήσουμε τις καλύτερες δυνατές συνθήκες για όλα τα φυτά μας. Επίσης μπορούμε να ορίσουμε τη στάθμη του νερού με τον μετρητή ώστε να πετύχουμε την κατάλληλη υγρασία. Τα φυτά που θα επιλέξουμε θα κριθούν ανάλογα με το ποια προτιμούμε σε γεύση, σε άρωμα αλλά και ως προς στις θεραπευτικές ιδιότητές τους, που ενδεχομένως να έχουμε ανάγκη. Επιπλέον μερικά βότανα λειτουργούν ως εντομοαπωθητικά, γι' αυτό είναι καλό να υπάρχουν στο μπουστάνι μας για την προστασία των υπόλοιπων φυτών. Εντομοαπωθητικές ιδιότητες έχουν ο απήγανος, η αψιθιά, η λουίζα, το μελισσόχορτο, ο βασιλικός κ.ά.

Επειδή ο χώρος είναι περιορισμένος, θα πρέπει να κορφολογούμε τα βότανά μας αρκετά συχνά ώστε να μη στριμώχνονται - αυτό δεν είναι απαραίτητα αρνητικό, αφού έτσι θα αναγκάζομαστε να τα καταναλώνουμε συχνότερα. Πολλά από αυτά τρώγονται ακόμα και ωμά, όπως για παράδειγμα σε σαλάτες. Άλλα έχουν αρκετά έντονη γεύση, αυτά είναι πιο εύγευστα σε μικρές δόσεις στη μαγειρική. Επιπλέον μπορούμε να συλλέγουμε φύλλα από τα βότανά μας με σκοπό την αποξήρανσή τους και στη συνέχεια να τα καταναλώσουμε ως αφέψημα.



photo: Άντυ Παξινός

Εάν διαθέτουμε κήπο, μπορούμε να φτιάξουμε ακόμα μεγαλύτερο μποστάνι για τα βότανά μας ή να τα τοποθετήσουμε σε ξεχωριστές μεγαλύτερες γλάστρες ώστε να αναπτυχθούν περισσότερο και να γεμίζουν το σπίτι μας με τα πλούσια αρώματά τους.

Πηγή: bostanistas.gr