



Paprastoji trūkažolė

Cichorium intybus

Rangas: **species**

3

STEBĖJIMŲ

3

STEBĖTOJŲ

Liepa

PIKO MĒNUO

KARALYSTĖ

Plantae

KLASĖ

Magnoliopsida

ŠEIMA

Asteraceae

GENTIS

Cichorium

Kur ir kada stebėti?

Dažniausiai aptinkama šeškinės ozo centrinė dalis. Daugiausia stebėjimų užfiksuota liepą.

Apie rūšį

Paprastoji trūkažolė (*Cichorium intybus*) – astrinių (Asteraceae) šeimos augalas. Aukštis 20-130 cm. Stiebas šakotas, apaugęs plaukeliais. Lapai pjūkliški arba plunksniškai suskaldyti, iš abiejų pusių apaugę šereliais ir plaukeliais. Graižai pavieniai, 3-4 cm pločio. Vainikėlis šviesiai mėlynas, vandenyje greitai nublunka. Pasitaiko ir baltos spalvos vainikėlis. Žydi liepos-rugsėjo mėn. Auga pakelėse, palaukėse, dykvietėse.

Lietuvoje dažna rūšis. Augalo išdžiovintos ir sumaltos šaknys vartojamos kavos pakaitalui, vad. cikorijai, gauti. Šaknys yra kepamos, skrudinamos, malamos ir naudojamos kaip priedas, ypač Viduržemio jūros regione (kur augalas yra vietinis). Prancūzijoje 60% cikorijų ir 40% kavos mišinys parduodamas kaip „Ricoré“. Jis buvo plačiau naudojamas ekonominių krizių, tokių kaip Didžioji depresija 1930-aisiais, ir Antrojo pasaulinio karo metu žemyninėje Europoje. Cikorijos su cukriniais runkeliais ir rugiais buvo naudojamos kaip Rytų Vokietijos „Mischkaffee“ (mišri kava) ingredientas, įvestos per „Rytų Vokietijos kavos krizę“ 1976–1979 m. Jos taip pat dedama į kavą ispanų, graikų, turkų, sirų, libaniečių ir palestiniečių virtuvėse.

Žaliuose paprastosios trūkažolės lapuose 92 % vandens, 5 % angliavandenių, 2 % baltymų bei nereikšmingų riebalų. Augalo lapuose gausu vitamino K, vitamino A, vitamino C, kai kurių B grupės vitaminų ir mangano. Vitamino E ir kalcio yra vidutiniškai.



Skenuok ir peržiūrėk
naujausią informaciją

seskinesozas.lt

Biologinės įvairovės projektas

Duomenys: iNaturalist, Wikipedia, GBIF

iNaturalist rūšies puslapis