

Jak na bylinky

Zavinutka podvojná (*Monarda didyma*)

Na trhu se většinou setkáváme s bylinkami, u nichž zcela převažují léčebné funkce nad estetickými. Známe ovšem několik druhů, jež obsahují pestrou škálu léčivých látek a zároveň je zcela bez ostychu můžeme použít i do okrasných květinových záhonů. Jednou z těchto krásků je zavinutka podvojná z čeledi hluchavkovitých (*Lamiaceae*).

Krátké představení

Čeď tato vytrvalá rostlina dorůstající výšky okolo jednoho metru rozhodně nezapře. Na vysokých pevných lodyhách vyrůstají květenství v lichopřeslenech nejčastěji v sytě červené barvě. Seženete ovšem i kultivary v bílé, fialové a růžové barvě. Zavinutka k nám zavítala ze severoamerických prérií, kde ji k léčbě využívaly především indiánské kmeny. Své oblíbě se v těchto oblastech těší i dnes, ačkoliv je v současnosti oblíbená hlavně jako okrasná trvalka. Na trhu se běžně objevuje také zavinutka trubkovitá (*M. fistulosa*) s fialovými květy.

Jak ji pěstovat

Pěstování zavinutky není nijak složité, pamatujte na to, že nechce žádné extrémy. Vyhovuje jí slunné a polostinné stanoviště. Dopřejte jí humózní půdu s občasnou závlahou. Při výsadbě přidejte trochu zahradního substrátu nebo malou dávku rozloženého kompostu. Výhodou zavinutky je široká možnost použití v zahradě i na terase. Pěstovat ji můžete ve větších nádobách i ve volné půdě na záhonech, jen pamatujte na její mírnou expanzivitu. Pokud roste na optimálním stanovišti, velice rychle se pomocí výběžků rozrůstá do okolí, přičemž snadno vytlačí méně vzrůstné druhy. Proto ji každý rok zredukujte obrýpnutím rýčem. Rostlinu tak zároveň rozmnožíte. Při pěstování v nádobě by měla mít dostatek prostoru na prokořenění, upřednostněte tedy nádoby s minimálním průměrem 40 centimetrů. Květenství můžete odstranit na podzim po odkvetu nebo lépe až na jaře. Suché semeníky jsou totiž během zimy atraktivní a navíc představují zdroj potravy pro ptactvo.

Na co ji použít

Pro listy a květy najdete uplatnění v čerstvém i sušeném stavu. Z listů připravíte bylinný výluh účinný při

menstruačních potíží nebo na uklidnění. Kombinovat je můžete i s dalšími bylinami, jako je máta, meduňka, mateřídouška nebo agastache. Čerstvé listy a květy perfektně doplní ovocné i zeleninové saláty. Květy mají široké uplatnění ve floristice. Jako čerstvé vydrží ve váze déle než jeden týden. Celé rozkvetlé stonky můžete samozřejmě také sušit zavěšené na suchém a dobře větraném místě.

Kombinace s dalšími druhy rostlin

Při výběru vhodných sousedů na zahradě mějte na paměti rychlý a poměrně mohutný růst zavinutky. Proto jí vždy dopřejte dostatek místa. Své uplatnění najde v trvalkových záhonech, ale také v bylinkovištích nebo na oblíbeném lékárenském záhonku. Kombinujte ji s dalšími druhy aromatických rostlin nebo s okrasnými trvalkami s obdobnými nároky na pěstování. V lékárenském záhonu ji doplní třeba agastache, divizna, lípie, meduňka a máta, zatímco v bylinkovišti druhy vhodné k okořenění pokrmů. V trvalkové výsadbě si dobře rozumí s mavuní a třapatkou.

Zavinutka v bylinných směsích

Vůně listů a květů zavinutky má velice blízko k vůni máty a meduňky, proto se s těmito bylinkami perfektně doplňuje v bylinných směsích. Výluhy si můžete připravit z bylin v čerstvém i sušeném stavu. Chutově příjemný čaj na uklidnění připravíte z listů zavinutky, meduňky, maliníku a jahodníku. Doplnit můžete květ bezu černého či heřmáнку nebo sušené šípky (nejlépe hrubě nadrcené). Pokud vás trápí nachlazení, sáhněte po čaji z listů zavinutky, máty, meduňky, mateřídoušky, šalvěje ananasové (v malém množství možno nahradit šalvějí lékařskou) a květů lípy. Tato směs má poměrně výrazné dezinfekční účinky, proto byliny nechte ve výluhu pouze několik málo minut.

inzerce



Ing. Lucie Peukertová
Cembra



Zavinutka podvojná
(*Monarda didyma*)



Zavinutka trubkovitá
(*Monarda fistulosa*)