fot. www. pixabay.com/pl

# Biała marchewka

MODR KARNIOWICE

Małopolski Ośrodek Doradztwa Rolniczego z s. w Karniowicach

## Odmiany

- ✓ White Satin – bardzo plenna odmiana o krótkim okresie wegetacji i białym korzeniu,
- ✓ Snow Man – odmiana o jednolitym białym kolorze i dobrym smaku,
- ✓ Rainbow – odmiana na zbiór pęczkowy, jej korzenie mogą mieć jednocześnie barwę białą, żółtą lub pomarańczową,
- ✓ na uwagę zasługują również odmiany fioletowe np. Deep Purple oraz żółte np. Mello Yello.

fot. www.pixabay.com/pl

## Biała marchewka...

to jedna z pierwotnych form marchwi zwyczajnej. Biała, fioletowa oraz żółta marchew były szeroko uprawiane do XVII wieku, do momentu kiedy Holendrzy wyhodowali pomarańczowy korzeń, który zdobył obecnie popularność na całym świecie.

Białe odmiany marchwi wyglądem przypominają pietruszkę. Jednak smak i zapach jest podobny do jej pomarańczowych odmian. Są dodatkowo równie chrupkie, słodsze i delikatniejsze w smaku.

Należy rozróżnić białe odmiany marchwi zwyczajnej od marchwi dzikiej, która również ma biały korzeń. Jest to podgatunek marchwi, powszechnie występujący w Polsce na stanowiskach naturalnych. Można spożywać jej korzeń, który ma właściwości lecznicze, jednak jego smak jest gorzki i nieco cierpki.

Uprawa odmian o kolorowych korzeniach, w tym białym, w zasadzie nie różni się od uprawy tradycyjnej, pomarańczowej marchwi. Ujemną cechą białych odmian to skłonność do przebarwiania się głowy korzenia na zielono pod wpływem światła. Można temu zapobiec przez obredlanie roślin.

## Wartości odżywcze

- po przebadaniu składu chemicznego odmiany White Satin okazało się, że ma ona wyższą zawartość błonnika pokarmowego oraz jest dobrym źródłem przeciwutleniaczy jakimi są związki fenolowe,
- przechowywanie odmiany White Satin w niskich temperaturach powoduje duże straty witaminy C,
- odmiany białe cechują się wysokimi wartościami prozdrowotnymi, gdyż są równie bogatym źródłem soli mineralnych i witamin jak odmiany tradycyjne,
- gdy ugotujemy lub upieczemy korzeń białej marchwi lub jej innych kolorowych odmian w całości to zachowa on więcej cennych składników odżywczych,
- odmiany kolorowe zawierają barwniki o właściwościach antynowotworowych.

## Zastosowanie

- w ogrodzie: biała marchew nadaje się zarówno na tradycyjny warzywnik, jak i na podniesione grządki (w drewnianych skrzyniach),
- w kuchni: białe odmiany są szczególnie polecane jako kolorystyczne urozmaicenie sałatek i przekąsek; można z nich przygotowywać zupy krem lub ciasto marchewkowe o zaskakującym białym kolorze; świetnie nadają się również na soki jedno- i wieloskładnikowe.

## Uprawa

- marchew jest rośliną klimatu umiarkowanego,
- wymaga gleb lekkich o dobrej strukturze oraz uregulowanych stosunkach wodnych,
- uprawa z siewu wprost do gruntu jako plon główny (siew IV) lub jako poplon (siew V/VI, nie po innych selerowatych), ewentualnie z przeznaczeniem na zbiór pęczkowy (siew koniec III),
- ze względu na akumulację azotanów zaleca się umiarkowane nawożenie azotem; może być uprawiana w 2 roku po oborniku,
- źle rośnie na podłożu świeżo wapnowanym,
- jesienią (w roku poprzedzającym uprawę) zaleca się zastosować nawozy fosforowo-potasowe,
- gleba powinna być bardzo starannie uprawiona i odchwaszczona,
- uprawa „na płask” lub na redlinach.

*fot. Piotr Bucki*

Opracowanie: **Ilona Maczek** Dział Technologii Produkcji Rolniczej i Doświadczalnictwa MODR

Wydawca: **Małopolski Ośrodek Doradztwa Rolniczego z s. w Karniowicach**,32-082 Bolechowice, Karniowice ul. Osiedlowa 9; tel. 12-285-21-13/14, fax 12-285-11-07; **www.modr.pl;** Skład komputerowy: Dział Metodyki Doradztwa i Szkoleń - Zespół Wydawnictw - Halina Knap
ISBN - 978-83-66244-23-8
Karniowice 2020