Pokrzywa — karta zbioru, kuchni i gnojówki

Urtica dioica · chwast, warzywo, surowiec i nawóz · Aura Natury, au.poznan.pl

Pokrzywa czy jasnota

Pokrzywa (Urtica dioica)	Parzy; liście ząbkowane, kwiaty drobne w zwisających kłosach. Zbieraj w rękawicach.
Jasnota biała (Lamium album)	Nie parzy; białe kwiaty wargowe w kątach liści („głucha pokrzywa"). Inna roślina.

Cztery role — i cztery terminy zbioru

Warzywo	Młode liście wiosną — na zupę, pesto, farsz; blanszowanie usuwa parzenie.
Surowiec	Liść i ziele wiosną, korzeń jesienią — to różne części o różnym zastosowaniu.
Nawóz	Gnojówka jako domowy nawóz azotowy (poniżej) — nie środek ochrony roślin.
Kosmetyka	Popłukanka do włosów — bez obietnic zdrowotnych.

Zbiór bezpieczny

- Młode liście i szczyty pędów wiosną, przed kwitnieniem; korzeń jesienią. W rękawicach.
- Nie zbieraj przy śmietnikach, oborach, drogach i polach po opryskach.
- Odróżnij od jasnoty; przy wątpliwości nie zbieraj.

Gnojówka z pokrzywy — krok po kroku

- Ok. 1 kg świeżego, młodego ziela na 10 l wody (najlepiej deszczowej), w pojemniku plastikowym.
- Odstaw w słonecznym miejscu, mieszaj codziennie; fermentacja ok. 1–2 tygodni.
- Gotowa, gdy przestaje się pienić i ciemnieje (intensywny zapach — z dala od domu).
- Rozcieńcz: do podlewania ok. 1:10, do zraszania liści ok. 1:20.
- Podlewaj pod korzeń, na wilgotną glebę, w sezonie wzrostu; nie w upał i nie na rośliny osłabione.

Kuchnia

- Zupa, pesto, farsz — po sparzeniu/obgotowaniu parzenie znika.

- Używaj młodych liści wiosną, ze sprawdzonego stanowiska.