

ЛИТЕРАТУРА

1. Алабушев, А. В. Уникальные возможности сорго. Земледелие. – № 3, 2000. – 19 с.
2. Жуков, М. П. Выбор и обоснование элементов технологии возделывания сорго / М. П. Жуков, П. П. Гончаров-Зайкин // Кормопр-во. – 2002. – № 4. – С. 22-24.
3. Ключников, Н. А. Оптимальная доза удобрений для новых сортов сорго / Н. А. Ключников, Л. П. Бельтиков, Е. В. Агафонов // Земледелие. – 2001. – № 4. – 31 с.

УДК 635.26

САМЫЕ РАННИЕ ВИТАМИНЫ: ЛУК-СЛИЗУН

Белоус О. А., Кравчик Е. Г.

УО «Гродненский государственный аграрный университет»

г. Гродно, Республика Беларусь

Так называемая зелень или зеленые листья жизненно необходимы всему живому на земле, и человек не является исключением. Все, что собирают или выращивают для получения надземной листовой части растения, относят к зелени. В зависимости от происхождения и использования различают зелень культивируемую и дикорастущую. Самая распространенная культивируемая витаминная троица: укроп, петрушка и зеленый лук.

Лук считается королем овощных зеленных культур. Практически ни один салат, суп или закуска не обходятся без него. Лук обладает бактерицидными свойствами, стимулирует аппетит и улучшает усвоение пищи. Так повелось, что лук издавна применялся для предупреждения и лечения различных заболеваний. В обширном семействе луковых множество как видов, так и сортов, каждый из которых составляет круглый год витамины к нашему столу. Есть однолетние и многолетние представители семейства, и многие из них достаточно широко используются в пищу человеком. Такой очень интересной культурой является лук-слизун, который относится к многолетним лукам. Он может расти на одном месте 5-6 лет и ежегодно давать как ранний витаминный урожай, так и еще несколько срезов за сезон [1, 2].

Особенность данной культуры заключается в том, что лук-слизун не требователен к условиям выращивания, а точнее к температурному режиму. Это зимостойкая культура, которая может переносить морозы в зимний период до -25°C , особенно под снегом. А вегетацию начинает с момента таяния снега, отрастая и давая молодую сочную зелень в самые ранние сроки весной.

В естественной среде дикие разновидности слизуна встречаются на Алтае, в Сибири Центральной части Европы, в т. ч. и Беларуси. В какой-то момент люди отметили, что растение хорошо поедается домашним скотом, и попробовали употребить его в пищу. Со временем сочные ростки начали выращивать, что привело к окультуриванию слизуна. Надо отметить, что название «слизун» растение получило из-за высокого содержания особых слизистых веществ, которые снижают остроту лука (делают его диетическим продуктом) и придают ему определенную сочность [5, 7].

Доказано, что лук-слизун обогащен большим количеством минералов и витаминов, а также кислотами, которые положительно влияют на здоровье человека. Диетологи утверждают, что по уровню полезных свойств лук-слизун превосходит даже некоторые фрукты. Рекомендуется активно применять этот овощ в весенний период, во время возникновения авитаминоза из-за прошедших холодов, т. к. лук содержит достаточно большое количество витамина С.

Врачи считают, что применение лука в качестве добавок в пищу положительно сказывается на заболеваниях ЖКТ. Из-за большого количества слизистых веществ в составе, лук-слизун способен улучшать работу желудка, а также стабилизировать кислотно-щелочной баланс [2, 4].

Лук также увеличивает уровень гемоглобина в крови, поэтому довольно часто употребляется людьми, страдающими анемией. Высокий уровень витамина В₂ в составе лука-слизуна помогает улучшать метаболизм в организме, поэтому он весьма полезен для желающих сбросить лишний вес. Многие диеты активно пропагандируют употреблять больше зелени, в т. ч. и лука. Растение способно поддерживать репродуктивную функцию как у мужчин, так и у женщин.

Людям с проблемами в работе щитовидной железы довольно часто рекомендуют обогатить свой рацион зелеными перьями лука-слизуна. Дело в том, что рибофлавин, который входит в состав продукта, стабилизирует работу щитовидной железы и помогает держать в норме уровень гормонов.

Мало кому известно, что частое употребление лука в пищу является неплохой профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний. Некоторые ученые утверждают, что из-за сочетания витаминов А и С в составе лука-слизуна уменьшается вероятность развития злокачественных опухолей в организме [3, 5].

Регулярное употребление перьев лука положительно влияет на мозговую деятельность. Во время беременности также стоит тщатель-

но следить за здоровьем, поэтому салаты с зеленью положительно скажутся на развитии плода [6].

Луковый сок способен оказывать благоприятное влияние на раны и способствовать их быстрому заживлению. Частое применение растения в пищу также способствует обновлению кожи человека. Зелень данного лука способна останавливать аллергические реакции в организме человека, а также некоторые воспалительные процессы [4, 5].

И в заключение надо отметить, что в условиях ранневесеннего авитаминоза, сниженного иммунитета, ГУ «Центром гигиены и эпидемиологии РБ» рекомендуется употреблять в год не менее 140 кг овощей, в т. ч. и зелени лука, которая благотворно влияет на обменные процессы в организме человека, а также устойчивость к вирусным заболеваниям.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гордеева, А. П. Овощеводство. Лабораторный практикум: учебное пособие / А. П. Гордеева, Г. И. Сарвино, М. В. Царева. – Минск: «ИВЦ Минфин», 2012. – 246 с.
2. Лук: описание, свойства, польза и вред. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zdips.ru/zdorovoe-pitanie/entsiklopediya-ovoshchej/1475-luk-poleznye-svoystva.html>.
3. Лук. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://spicexpert.ru/pecicii/look/>.
4. Овощеводство: учебник / Г. И. Тараканов [и др.]; ред. Г. И. Тараканова и В. Д. Мухина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Колосс, 2003. – 471 с.
5. Пакулова, В. М. Природа. Неживая и живая / В. М. Пакулова, Н. В. Иванова. – М.: «Просвещение», 2012 г. – 158 с.
6. Попков, В. А. Овощеводство Беларуси / В. А. Попков. – Минск: Наша Идея, 2011. – 1088 с.
7. Скорина, В. . Овощеводство / В. В. Скорина. – Минск: «ИВЦ Минфина», 2018. – 366 с.
8. Современные технологии в овощеводстве / А. А. Аутко [и др.]; под редакцией А. А. Аутко / Нац. акад. наук Беларуси, Ин-т овощеводства. – Минск: Беларус. навука, 2012. – 490 с.

УДК 633.15

РОСТ РАСТЕНИЙ КУКУРУЗЫ ПОД ВЛИЯНИЕМ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЙ, СРОКОВ СЕВА И ПЛОТНОСТИ СТЕБЛЕСТОЯ

Богданов А. З.

РУП «Научно-практический центр НАН Беларуси по земледелию»
г. Жодино, Республика Беларусь

Гибриды кукурузы ДН Пивиха (ФАО 200) и ДН Галатей (ФАО 260) на опытном поле РУП «Научно-практический центр НАН Беларуси по земледелию» высевались 20 апреля и 4 мая. Всходы при первом сроке сева в 2019 г. отмечены 8 мая, при втором – 20 мая, в 2020 г. – 15