



**P**aljud püsililled on koduaeda toodud mitte alati ilu, vaid kasulikuse pärast – nende raviomaduste tõttu, toidukõrvaseks või roogade maitsestamiseks. Väikeses koduaias, kus iga ruutmeeter on rangelt arvel, võiks igast taimest saada väiksemal või suuremal määral ka kasu. Samas ei ole iga õis söödav ja nii mõnegi maitmine võib vähikule kurvalt lõppeda.

Kunagi kasvatati Euroopas kartuleid kui lillekultuuri, mille valminud marjade söömine tekitas kõhu- ja peavalu, Venemaal isegi mässu. Samamoodi on õitsev hapukirss kevadise aia ilusaim ehe, kuid tema hirmhupud marjad enam erist röömu ei paku. Meie tuntud lillekultuurid mugulbegoonia ja mungalill on Kes- ja Lõuna-Euroopas juba ammu sed köögiviljataimed. Harilikku nurmenukku ja meile tülikat võilille aga kasvatatakse peenardel lausa salatikultuuridena, viimasele on viidud sisse isegi sordiaretus. Hea kokk ja looduses lahtiste silmadega kõndiv gurmaan teeb haiuimedest ning isegi pääsupesast sööki.

### Bergeenia ravi- ja toidutaimena

Bergeenia (*Bergenia*) ehk badaan on kevadel paar nädalat pärast lume minekut õitsev nahkjate lehtedega püsik kivirikuliste (*Saxifragaceae*) sugukonnast, mida Aasia mäestikes on kümnet liiki. Kuigi



bergeenia on mitmeaastane taim, kasvatatakse ta igal aastal uued lehed, vanad surnud lehed säilivad tänu kõrgele parkainete sisaldusele (kuni 13–30%) veel 4–5 aastat ja just tänu looduses toimivatele kääritusprotsessidele saavutavad surnud lehtede parkained erilise bioaktiivsuse ning on kuivatatult tunnustatud nn siberi või mongoolia teena (väärtslikumad on kolm aastat ja enam taime küljes käärinud lehed).

**Lehete valmistamiseks** pese vanad üle kolme aasta taime küljes seisnud lehed mullaosakestest ja tolmust puhtaks ning kuivata ühekordse kihina varjulises tuuletõmbusega kohas. Kuivanud lehed purusta ja säilita kinnises hästi suletavas nõus. Tee säilib 2–3 aastat.

Hea tee valmistamiseks keeda peenestatud purustatud lehti vähese veega 20–30 minutit, saadud ekstrakti tarvita nagu harilikku teetõmmist. Veelgi

õigem tee valmistamise viis on selline, kus teed lastakse kolm korda keema tõusta, kuid ei keedeta ja vahepeal lastakse veidi jahtuda. Valmis tee on oma värvuselt kuld kollakas, omapärase lõhna ja tervistava toimega.

Bergeenia tee on kogu seedeorganismi toniseeriva ja puhastava toimega. Kange-

ma teega soovitatakse loputada põletikulist-angiinilist kurku. Teed soovitatakse kasutada ka põie- ja neeruhaiguste raviks.



## Püsililled roaks ja röömuks

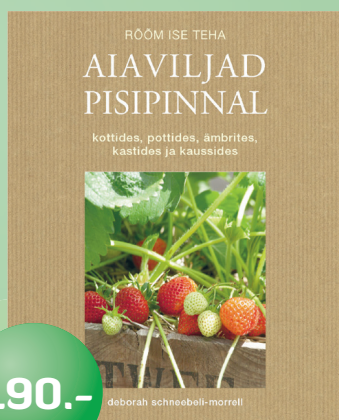
Toivo Niiberger  
180 lk, pk

165.-

Sari lilledest ja taimedest uues võtmes

## Aiaviljad pisipinnal

Deborah Schneebeli-Morrell  
144 lk, kk



190.-

Siit saad teada, kuidas kasvatada endale toidupoolist isegi siis, kui ruumiga priisata pole.

Raamatus on hulgaliselt nõuan-deid: alates sellest, millist konteinerit vastavalt taime omapärale valida, milliseid taimi kahjurite eemal hoidmiseks koos kasvatada, millal saaki korjata, väetada ja kasta kuni selleni, kuidas võidelda enamlevinud haigustega keemilisi vahendeid kasutamata.

Kointeinerkasvatuseks sobilike söögitaime valik on üllatavalt lai. Lisaks maitsetaimedele võid kasva-

tada ube, herneid, varajast kartulit ja juurvilja, paprikat ja tšillit, marjapõõsaid ja suve läbi saaki andvat lehtköögivilja. Proovi kasvatada ka amplitomati, mustikapõõsaid või isegi viinapuud – selline taim ehib uhkelt ka sinu pisikest hoovi või terrassi.

„Aiaviljad pisipinnal“ innustab aiapidamisega alustajaid näppe mullaseks tegema ning kogenumaid looduslähedasemalt kasvatama, et röömu tunda nii oma kaunist tarbeaiast kui ka tervislikust heast-paremast toidulauast.