

Sojauba koduaiast

Jõgeva Sordiaretuse Instituudis on käsil Eesti tingimustesse sobiva sojaosordi aretamine. Senised tulemused on paljulubavad.

Sojaoa kasulikkusest on viimasel ajal väga palju räägitud ning hobiaednikel on küllap seetõttu suur huvi väärt kaunvilja ise kasvatada. Euroopast pärit väikepakendis seemet võib leida ka müügil.

Soja on soojanõudlik lühipäevataim, kuid tal on sorte, mis valmivad ka pikema päeva ja mõõdukama soojusega aladel. Jõgeva Sordiaretuse Instituudis alustati sojaokatseid 2005. aastal, et luua kodumaine sort ning täiustada agrotehnikat. Senised tulemused on paljulubavad: keskmine seemnesaak katses on olnud 2 t/ha.

Keemiliselt koostiselt ei jää Eestis kasvatatud sojaoad alla parimatele välismaa ubadele: toorproteiini on neis keskmiselt 40%, toorõli 20%. Vähetähtis ei ole ka fakt, et katsetes kasutatakse ainult GMO-vaba materjali.

Miks on soja nii kasulik

Sojatoodete kasulikkus on iidsetest aegadest teada, kuid süüa tuleb soja mõõdukalt. Juba meie esivanemad ütlesid: "Kõik mõõdukas on tervislik". 25 g sojavalku päevas on piisav kogus, et varustada organismi õiget tüüpi valkudega.

Sojauba on kõige valgurikkam kaunvili. Ta sisaldab kuni 45% taimset valku, millest inimorganism omastab 91–96%. Sojavalk on kergesti seeditav ja sisaldab kõiki asendamatu aminohappeid, mida organism ise ei suuda toota. Sojavalk aitab langetada kolesteroolitaset, ravida ateroskleroosi jne.

Sojauba on ka üks paremaid taimse õli allikaid. Eri sortide õlisisaldus on 14–24%. Sojaõlis on vähe küllastunud ja rohkelt (85%) kasulikke küllastumata rasvhappeid. Looduslikult heas vahekorras oomega-3 ja oomega-6 rasvhapped tugevdavad organismi vastupanuvõimet. Sojas on külluslikult letsitiini (2–3,5%) ja kiudaineid (5–9%). Mineraalainetest leidub

märkimisväärset hulgal kaaliumi-, kaltsiumi-, magneesiumi- ja fosforühendeid, vitamiinidest nii rasvkui veeslahustuvaid vitamiine. Sojatoodete kaltsium on vajalik lastele tervete luude ja hammaste arenguks ning vanemaalistele osteoporoosi raviks.

Külvake soojenenud mulda

Soja ei ole mulla suhtes eriti nõudlik. Ta kasvab paremini keskmise raskusega liivsavimullas, mille pH on 6–7. Hapus mullas ei suuda mügarbakterid õhulämmastikku siduda.

Kuna meie muldadel ei ole soja varem kasvatatud, siis puuduvad seal ka tema lämmastikku siduvad mügarbakterid. Seetõttu tuleb seemneid töödelda vastava mügarbakteri (*Rhizobium*) kultuuriga, teine võimalus on anda enne külvi mulda lämmastikku sisaldavat täisväetist (näiteks Cropcare 6-12-24).

Keerulisem on kliimaga. Soja on soojanõudlik ja külmakartlik. Külvata saab alles siis, kui muld on 5–8° soe. Väikese kevadise öökülma (maksimaalselt –4°) elavad taimed siiski üle.

Kui võimalik, valige sojale lõunakallakuga koht, mis kevadel varem soojeneb. Suuremal pinnal kasvatades peab arvestama sellega, et umbrohtu tuleb tõrjuda mehhaaniliselt, kuna veel pole leitud efektiivselt mõjuvaid herbitsiide. Lubatud on Metrix, kuid meil ei ole veel olnud sellega katseid. Seega peaks sojapõllu maa olema võimalikult umbrohupuhas.

Seeme külvake 4–5 cm sügavusele. Sobiv vahekaugus on 10–15 cm, sest liiga tiheda külvi korral ei moodustu kaunu. Ridade vahele jätke 45–50 cm.

Pärast külvi rullige maa korralikult, et seeme saaks mullaga kontakti, kuna ta vajab idanemiseks palju niiskust. Tärvaka umbrohu hävitamiseks tuleb mõne aja pärast mulda paar korda harida. Ka õitsemise ja kaunte moodustumise ajal peab muldas olema küllalt palju niiskust.

Edasi pole muud, kui oodata saagi valmimist, sest oma tugeva juurestikuga saab sojataim kõik kasvuks vajaliku mullast kätte.

Sojauba on bioloogiliselt küps, kui taime vars on muutunud pruu-



Väärtuslikku sojauba oleks tore ise kasvatada.

niks ja lehed on kollased või varisenud. Selline taim jääb püsti ning saaki saab koristada kombainiga.

Veel rohelistele lehtedele taimed on külmaõrnad. Enne öökülma saabumist võtke nad üles ning pange rõuku järelevalvima. Seeme tuleb kuivatada (kuni niiskust on 13–14 %) ja puhastada.

MAIA RAUDSEPING

TEADE

Dendroselts kutsub Tartusse

Eesti Dendroloogia Seltsi kevadine töökoosolek toimub 5. aprillil Tartu Botaanikaaias algusega kell 11 (aed avatakse kl 10). Juttu tuleb puude tulbastamisest ja tagasilõikusest, haljastuse sobivatest tuntud ja vähem tuntud puudest-pöösastest. Heiki Tamm räägib maailma suurimatest puudest, Aino Aaspõllu Miami haljastusest ja botaanikaaedadest. Huvilisi registreeritakse 2.–4. augustini toimuvale reisisle Peterburi floksinäitusele.

Täpsem info tel 504 2603, 644 0045, e-post aino.aaspollu@gmail.com.