

Jagode

Jagode obožujemo prav vsi, od otrok do odraslih. Sveže jagode so okusne in zdrave, saj vsebujejo mnogo vitaminov, rudninskih soli in antioksidantov, hkrati pa nimajo skoraj nič kalorij in bi naj celo varovale pred rakom. Ugodno delujejo proti arteriosklerozi ter pospešujejo odvajanje seča in drugih škodljivih snovi iz telesa.

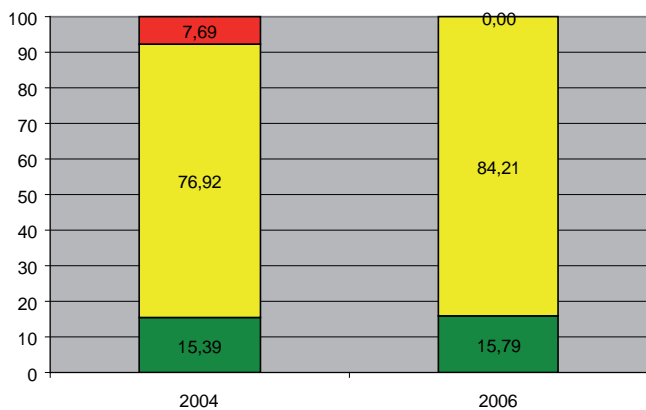
V Sloveniji jih pridelujemo med majem in avgustom, vendar so danes na voljo v trgovinah skoraj vse leto. Že kmalu po Božiču lahko najdemo uvožene »zgodnje jagode« na policah trgovin. Veliko pa je razočaranje, ko vzamemo v usta prekrasne rdeče jagode, ki jih ponujajo v supermarketih, saj imajo povsem voden okus.

Precej jagod na našem trgu je uvoženih iz tujine, zelo majhen odstotek pa je pridelanih ekološko.

84,21 % v Sloveniji pridelanih jagod vsebuje ostanki pesticidov.

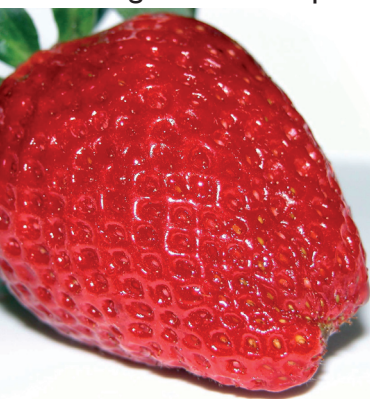
Jagode iz konvencionalne pridelave so precej obremenjene s pesticidi. V okviru poročila o spremljanju ostankov pesticidov v živilih iz leta 2004 so preverjali ostanke različnih pesticidov v jagodah. Tako so bili v letu 2004 med analiziranimi vzorci prisotni ostanki pesticidov v kar 84,61 % vzorcih, katerih izvor je Slovenija. V uvoženih vzorcih pa so bili najdeni ostanki pesticidov v 77,78 % vzorcev.

Pregled obremenjenosti vzorcev jagod pridelanih v Sloveniji z ostanki pesticidov (v %)



■ odstotek vzorcev z ostanki pesticidov, ki presegajo dovoljeno mejno vrednost
■ odstotek vzorcev z ostanki pesticidov, pod dovoljeno mejno vrednostjo
■ odstotek vzorcev brez ostankov pesticidov

V letu 2006 so preverili ostanke različnih pesticidov v jagodah slovenskih pridelovalcev. Med njimi so tudi mnogi rakotvorni, povzročajo hormonske spremembe in dolgoročno škodijo našemu zdravju. Kar 84,21 % analiziranih vzorcev je vsebovalo ostanke pesticidov. V analiziranih vzorcih so zasledili ostanke 12 različnih pesticidov.



Med njimi so tudi rakotvorni, kot npr. pirimetanil. Pirimetanil lahko dodatno škoduje tudi hormonskemu sistemu. Še posebej so izpostavljeni otroci. V vzorcih se najpogosteje pojavljata aktivni snovi ciprodinil in tolifluanid. Tolifluanid sodi v skupino »verjetno rakotvornih«, pri čemer najbolj prizadene kosti in zobe, jetra ter ščitnico. V 57,89 % vzorcev je bila zaznana prisotnost ostankov več kot enega pesticida. Pri tem je potrebno poudariti, da ni znano in raziskano, kako vpliva na naše zdravje kombinacija različnih pesticidov.

Kaj lahko naredimo sami?

Poskrbimo za svoje zdravje in za zdravje naših otrok! Če se želimo izogniti pesticidom in njihovim ostankom v živilih, pridelajmo jagode na lastnem vrtu in ne uporabljajmo pesticidov. Če te možnosti nimamo, uživajmo ekološko pridelane jagode, ki so tudi bolj okusne in zdrave. V ekološko pridelanem sadju zagotovo ne bomo našli ostankov sintetičnih pesticidov. Pri nakupu bodimo pozorni na bio oznake! V Sloveniji večino ekološko pridelanih živil najdemo pod blagovno znamko Biodar, biološko-dinamično pridelana pa pod znamko Demeter. Na splošno pa se držimo pravila, da jejmo jagode takrat, ko je zanje sezona, saj so takrat manj obremenjene s pesticidi.

Koristni nasveti za pridelavo jagod

Najustreznejši čas za saditev jagod je od avgusta do septembra. Prej ko sadimo, boljši bo pridelek naslednje leto. Izberimo sončno, toda zavarovano mesto. Zaradi talnih bolezni za sadike jagod izberemo površino, kjer ni bil posajen paradiznik, kumare ali detelja. Dobri sosede jagodam v mešanem posevku so špinaca, por, čebula, solata, nizki fižol, redkvice in boreč. Jagode so občutljive na glivične bolezni. V boju proti njim se obnesejo preprečevalna škropljenja s presličnim čajem, zalivanje s koprivno prevrelko, ki ji dodamo nekaj čebulne brozge. Tudi mešani nasad s česnom preprečuje glivične bolezni.

Za zdravo rast jagod lahko naredimo tudi zastirko iz slame, tako da plodovi ležijo na suhi in čisti podlagi. Drobne vejice, skobljanci, kosi lubja in iglasta stelja na gredi zagotavljajo jagodam ozračje, v katerem se lahko dobro razvijajo in rodijo posebno aromatične plodove. Takšna zastirka preprečuje rast plevelov in izpiranje hranljivih snovi ter poskrbi za čiste plodove.

Vir:

- Poročilo o strokovnih nalogah s področja fitofarmaceutskih sredstev za leto 2004 (Kmetijski inštitut Slovenije),
- Določanje ostankov fitofarmaceutskih sredstev in ostalih kontaminantov v kmetijskih pridelkih 2006 (Kmetijski inštitut Slovenije)
- Uradni nadzor nad živilni izdelki, ki prihajajo v stik z živilni – program nadzora ostankov pesticidov v živilih – Poročilo za leto 2004 (Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije, Zavod za zdravstveno varstvo Maribor)
- Knjiga Biovrt (Marie-Luise Kreuter)