

Vadon termő ehető- és gyógynövények Zalaszántón

Kápolnás-Albeker Melinda Márta

Gyógy- és fűszernövények felsőoktatási szakképzés levelező tagozat
Kertészettudományi Intézet, Zöldség- és Gombatermesztési Tanszék

Belső témavezető: Dr. Bódis Judit Zsuzsanna egyetemi docens, MATE Georgikon Campus,
Vadgazdálkodási és Természetvédelmi Intézet

A családom, elsősorban a gyermekeim iránt érzett felelősség ösztönzött arra, hogy elkezdjek ismerkedni a közvetlen környezetünk élővilágával, mind a rovarok, mind a növények terén. Az esetleges növényi mérgezések elkerülése érdekében kezdtem tanulmányozni a körülöttünk megtalálható vadnövényeket, majd érdeklődésem egyre inkább a környéken fellelhető vadontermő ehető- és gyógynövények felé fordult. Dolgozatom célja, hogy Zalaszántó egy adott szakaszán ezeket feltérképezsem, házilagos feldolgozásukra (házipatika, gasztronómia) ötleteket adjak, majd ezt az összegzést valamilyen formában elérhetővé tegyem az itt élők számára. Szeretnék ezzel rávilágítani arra, hogy a körülöttünk élő növények egyfajta segítőtársaként, potenciális gyógyszer- vagy élelemforrásként is rendelkezésünkre állnak, ha mi is úgy akarjuk. A természetadta élelmek gyűjtögetése őseink idejében kezdődött, majd a növények ismerete és felhasználása folyamatosan fejlődött, az orvostudomány és gasztronómia alapjául szolgálva. A vadnövények felhasználása igen sokrétű volt, használati tárgyak készítése mellett, a gyógyításban és az étkezésben (kiegészítő és ínségeledelként) is szerepet játszottak a mindennapi életben. Napjainkban is egyre többen fordulnak felénk, így fontos tisztában lennünk a vadon gyűjthető ehető- és gyógynövények pontos azonosításával, a gyűjtési, feldolgozási és tárolási feltételeivel is.

A zalaszántói Kovácsi-hegyen található Derék-hegy egy részét jártam be 2022 és 2023 tavaszán, mely során, több mint 27 féle ehető vad- és gyógynövényt figyeltem meg, amik az alábbiak: borostyán, bürökgémorr, gyermekláncfű, hagymaszagú kányazsombor, hólyagos habszegfű, indás ínfű, kerek repkény, komló, közönséges pásztortáska, közönséges tyúkhúr, lósóska és mezei sóska fajok, medvehagyma, mezei árvácska, mezei cickafark, mezei zsálya, nagy csalán, orvosi füstike, piros árvacsalán, réti kakukktorma, salátaboglárka, saláta galambbegy, százszorszép, útifű fajok, kígyóhagyma, vadhagyma, vérehulló fecskefű, vörös és fehér here, zamatos turbolya. Területi eloszlásuk szempontjából különböztek, volt, ahol elvétele

fordult elő egy-egy faj, míg máshol tömegesen. Ez a területek rendszeres bolygatásával, és az emberi tevékenységgel is összefüggésbe hozható.

A szemrevételezés mellett egy négy kérdésből álló kérdőívet is kitöltettem 11 helyi lakossal, akik közt voltak betelepültek, és tősgyökeresek is.

A kérdőívre kapott válaszok és a témában folytatott beszélgetések alapján úgy látom, hogy megvan az érdeklődés a vadnövények gasztronómiai és gyógyászati felhasználása iránt, és az itt élők jó része szívesen mélyítené tovább ebbéli ismereteit workshopok, gyógynövényismereti túrák és előadások által is.