



α

Φέτος

η καλοκαιρινή σοδειά τα πήγε καλά. Αν εξαιρέσουμε τα αγγούρια και τα πεπόνια που ούτε καν προλάβαμε να τα δοκιμάσουμε, τα υπόλοιπα κηπευτικά ήταν άφθονα και με ελάχιστες ασθένειες.

Προς τα τέλη Αυγούστου - αρχές Σεπτέμβρη ο μπαξές έδειξε (όπως κάθε χρόνο) παρακμή και το φυσιολογικό μαρασμό, σημάδι πως άλλη μια καλοκαιρινή καλλιεργητική περίοδος έφτασε στο τέλος της.

Οφείλω να ομολογήσω πως με πιάνει κάποια μελαγχολία, μέχρι να ξεπεταχτούν τα χειμωνιάτικα, αλλά φέτος μέχρι και τώρα που γράφω τις γραμμές αυτές αρχές Οκτώβρη έχω κάποια ιδιαίτερα φυτά που μου έχουν τραβήξει όλο το ενδιαφέρον!

Λούφα, το σφουγγάρι της στεριάς: Καλλιέργεια

Πρόκειται για τη Λούφα ή Ελίφι ή Λίφι. Στην Αμερική συναντάται ως *Luffa*, ενώ σε άλλα κράτη θα τη δείτε να αναγράφεται ως *Loofah*. Είναι ένα είδος κολοκυθιού που οι καρποί σε πλήρη ωρίμανση μπορεί να φτάσουν μέχρι και μισό μέτρο (!) και αποδίδει ένα σπογγώδες υλικό το οποίο με μια μικρή διαδικασία γίνεται ένα εξαιρετικό σφουγγάρι για το μπάνιο μας, ή για το πλύσιμο των κατσαρολικών, ή σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να γίνει ένα απίθανο φίλτρο. Το 2012 μου χάρισαν 15

σπόρους Αιγυπτιακής λούφας κι επειδή είχα πλήρη άγνοια της συγκεκριμένης καλλιέργειας μελέτησα αρκετά ξενόγλωσσα κείμενα, είδα αρκετά σχετικά videos και οφείλω να ομολογήσω πως γοητεύτηκα.

Το μόνο κακό ήταν πως άργησα να κάνω την τελική μεταφύτευση, αφού θα μπορούσα να εκμεταλλευτώ αρκετές περισσότερες ηλιόλουστες μέρες. Η λούφα θέλει τουλάχιστον 100 ηλιόλουστες μέρες καλλιέργειας για καλή απόδοση. Αυτό σημαίνει πως η ευνοϊκότερες περιοχές είναι τα τροπικά και υποτροπικά μέρη. Μέχρι τα τέλη Νοέμβρη και ανάλογα με τον καιρό, η λούφα εξακολουθεί να αποδίδει καρπούς.

Η προβλάστηση των σπόρων έγινε με τη μέθοδο των βρεγμένων εφημερίδων τον Απρίλη. Ίσως το σκάσιμο των σπόρων να πάρει γύρω στις 20 μέρες. Από τη διαδικασία απέκτησα 15 δυνατά υγιή φύτρα, τα οποία βόλεψα με προσοχή σε μικρά κυπελάκια με χώμα κομπόστας. Αφού απέκτησαν ύψος 10 εκατοστών τα μετέφερα προς μεταφύτευση στο χωράφι, όπου είχα φροντίσει να φτιάξω μια υποτυπώδη κληματαριά με καλάμια, αφού η Λούφα είναι αναρριχητική, φτάνοντας σε μήκος κάποιες φορές τα 5 μέτρα. Μέσα από την πρώτη μου αυτή καλλιέργεια διαπίστωνα πως είναι απαραίτητο να είναι σκαρφαλωμένες κάπου ψηλά, εκεί όπου ο ήλιος κι ο αέρας υπάρχουν σε αφθονία και στα σημεία αυτά η απόδοση των φυτών σε καρπούς φτάνει στο μέγιστο.

Η φύτευση έγινε με τη μέθοδο των αυλακιών. Τα φυτά φυτεύτηκαν σε βουναλάκια ύψους 15 εκατοστών, με σκοπό να μη βρέχονται με το πότισμα, ενώ τα αυλάκια ποτίσματος ήταν αρκετά βαθιά. Οι λούφες θέλουν άφθονο και τακτικό πότισμα. Τουλάχιστον κάθε δύο μέρες πρέπει να αυλάκια να πλημμυρίζουν με νερό και το πότισμα να γίνεται κατά προτίμηση κατά τις απογευματινές ώρες.

Στην αρχή η ανάπτυξη των φυντανιών ήταν πολύ αργή. Όταν όμως η θερμοκρασίες άρχισαν να ξεπερνούν τους 30c δεν προλάβαινα να δένω τις νέες κορφές πάνω στα κάθετα καλάμια. Βέβαια με τα δεσίματα δε χρειάστηκε να ασχοληθώ πολύ, γιατί τα φυτά αυτά βγάζουν τακτικά ελικοειδείς βλαστούς και πιάνονται με μεγάλη ευκολία από οτιδήποτε.

Το σημείο που είχα επιλέξει για τη φύτευση των φυτών ήταν αρκετά κοντά σε ελιές. Η αλήθεια είναι πως δεν κατάλαβα για ποτέ πρόλαβαν να εγκαταλείψουν την κληματαριά και να αναρριχηθούν στα δένδρα. Τα άφησα να καταλάβουν τα δέντρα, περισσότερο από περιέργεια. Τελικά αποδείχτηκε πως η επιλογή αυτή ήταν εξαιρετική.

Λούφα, το σφουγγάρι της στεριάς: Καλλιέργεια

Τα άνθη τους είναι πανέμορφα και κίτρινα, βγαίνουν σε μπουκέτα και τα θηλυκά που θα καταφέρουν τελικά να γονιμοποιηθούν θα δώσουν καρπούς. Αναγκαία όπως

και σε όλες τις καλλιέργειες η ύπαρξη επικονιαστών. Θα το πω για άλλη μια φορά κι ας γίνομαι κουραστικός. Αν θέλουμε να υπάρχουν επικονιαστές στο χώρο μας, δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται φυτοφάρμακα. Πεταλούδες, μέλισσες, σερσέγκια, πασχαλίτσες στα άνθη των φυτών μας είναι δείγμα αγνότητας του χώρου μας. Αν δείτε στρατιές μυρμηγκιών να ανεβοκατεβαίνουν στα φυτά μην ανησυχήσετε. Συμβάλλουν κι αυτά στην επικονίαση, ενώ η ζημιά που προκαλούν είναι αμελητέα. Η ταχύτητα ανάπτυξης των καρπών είναι πολύ μεγάλη. Μέσα σε 10 μέρες μπορεί να φτάσουν στο μέγιστο μέγεθος το οποίο ποικίλει από 15 - 50 cm. Στην αρχή οι καρποί είναι συμπαγείς και γεμάτοι νερό. Αφήνουμε τους καρπούς στην ησυχία τους μέχρι να φτάσουν στο τελικό στάδιο ωρίμανσης.

Λούφα, το σφουγγάρι της στεριάς: Καλλιέργεια

Το καταλαβαίνουμε από το κίτρινο και σκούρο χρώμα του εξωτερικού φλοιού, αλλά και από το βάρος που είναι πλέον ελάχιστο, αφού οι καρποί σε αυτό το στάδιο αφυδατώνονται εντελώς. Ξεφλουδίζουμε τον καρπό και παίρνουμε το ξερό σφουγγάρι. Σε ένα ευρύχωρο κουβά χτυπώντας στα τοιχώματα συλλέγουμε τους σπόρους για τις επόμενες καλλιέργειες. Κάθε μια λούφα μπορεί να μας δώσει πάνω από 100 γόνιμους σπόρους, πράγμα που σημαίνει πως μπορούμε να έχουμε μια καλή παρακαταθήκη για όσους επιθυμούν να το καλλιεργήσουν. Επιλέγουμε τους σπόρους με το μαύρο χρώμα, αφού οι πιο ανοιχτόχρωμοι δεν έφτασαν ποτέ σε πλήρες στάδιο ωρίμανσης.

Λούφα, το σφουγγάρι της στεριάς: Καλλιέργεια

Οι σπόροι αφήνονται σε σκιερό μέρος για 5-6 μέρες και αποθηκεύονται σε στεγανά κουτάκια. Για μεγαλύτερο χρόνο ζωής των σπόρων, μπορούμε να τους βάλουμε στο ψυγείο μας μέχρι να χρησιμοποιηθούν. Σε κάποιες χώρες οι καρποί όταν είναι σε μέγεθος 5-10 cm καταναλώνονται σαν σαλάτα και θεωρούνται λιχουδιά. Προσωπικά δε δοκίμασα. Ίσως του χρόνου.

Λούφα, το σφουγγάρι της στεριάς: Καλλιέργεια

Τα σφουγγάρια που μαζεύουμε κάθε φορά πρέπει να καθαρίζονται προσεκτικά, ώστε να μη μένουν κομμάτια φλούδας επάνω τους, γιατί κινδυνεύουν να σαπίσουν ή να αφήσουν αντιαισθητικές μαύρες κηλίδες στα σημεία αυτά. Κάθε συγκομιδή απλώνεται στον ήλιο για λίγες μέρες μέχρι να φύγει και το παραμικρό ίχνος υγρασίας. Αν θέλουμε τα σφουγγάρια μας να είναι περισσότερο λευκά, κάνουμε ένα μίγμα με 90% νερό και 10% χλωρίνη. Τα αφήνουμε να μουλιάσουν 40-60 λεπτά τα ξεπλένουμε καλά και επίσης τα εκθέτουμε στον ήλιο. Προσωπικά μου αρέσει αυτή η υποκίτρινη φυσική απόχρωσή τους και δεν μπαίνω στη διαδικασία



χλωρίνης. Αφού βεβαιωθούμε πως τα σφουγγάρια στέγνωσαν, τα αποθηκεύουμε σε μέρος χωρίς σκόνες τοποθετημένα σε κάποιο χαρτοκούτι.

Το στεριανό αυτό σφουγγάρι κάνει μια καταπληκτική απολέπιση στο σώμα και κάνει το μπάνιο πραγματική απόλαυση. Θεωρώ πως είναι πιο ανθεκτικό από το θαλάσσιο και σαφώς είναι πιο υγιεινό. Μετά το μπάνιο το ξεπλένουμε καλά από το σαπούνι και το αφήνουμε σε στεγνό μέρος μέχρι την επόμενη φορά.

Λούφα, το σφουγγάρι της στεριάς: Καλλιέργεια

Κλείνοντας να αναφέρω πως η καλλιέργεια της λούφας μου φάνηκε πολύ ενδιαφέρουσα όσο και διασκεδαστική. Σαν δώρα τα σφουγγάρια αυτά εκτιμώνται ιδιαίτερα από τους φίλους μας που είναι χρήστες φυσικών προϊόντων. Αν θελήσουμε μαλακότερα σφουγγάρια για πιο ευαίσθητες επιδερμίδες, τότε δε θα περιμένουμε την πλήρη ωρίμανση των καρπών, αλλά θα τους συλλέξουμε όταν το χρώμα του φλοιού είναι ακόμα πρασινοκίτρινο και δεν έχει χάσει ο καρπός όλο το νερό. Σε αυτή την περίπτωση βέβαια δεν θα μπορέσουμε να έχουμε ώριμους σπόρους.

Στη χώρα μας η καλλιέργεια και η χρήση της λούφας δεν είναι ιδιαίτερα γνωστή, εύχομαι όμως να γίνει σύντομα αφού αξίζει τον κόπο.













Πηγή: [ftiaxno.gr](http://ftiaxno.gr)