



# GRYKA SIEWNA

*Gryczani liderzy*

**NOWOŚĆ**  
• MHR KORONA

**NOWOŚĆ**  
• MHR SMUGA

• KORA

• PANDA

Małopolska Hodowla Roślin jest liderem w hodowli gryki. To u nas zostały wyhodowane odmiany, które doskonale radzą sobie w różnych warunkach glebowo-klimatycznych Polski. Z nasion gryki otrzymuje się m.in. smaczną i bardzo wartościową kaszę, która powinna być stałym gościem na polskich stołach.

Gryka siewna należy do rodziny rdestowatych. Owoc – trójgraniasty orzeszek, o ostrych krawędziach, zwykle brunatno-brązowej barwy stanowi materiał siewny.

Odpady uzyskiwane w wyniku przerobu nasion na kaszę i mąkę są wartościową paszą dla drobiu i świń. Słoma tej rośliny w połączeniu ze słomą innych roślin jest wartościową paszą dla bydła (można ją zakiszać).

Gryka jest rośliną miododajną. Z jednego hektara można zebrać 40 -200 kg miodu. W razie długotrwałej suszy, kwiaty gryki wydzielają małe ilości nektaru, co zniechęca owady do oblotu plantacji.

Gryka z wielu względów, zaliczana jest do roślin ekologicznych. W małym stopniu jest porażana przez choroby i szkodniki, co ogranicza stosowanie zabiegów chemicznych na plantacjach. Bardzo dobrze wykorzystuje składniki pokarmowe zawarte w glebie, zwłaszcza fosfor, więc stosowane nawożenie chemiczne może być ograniczone.

Jest stosunkowo mało wrażliwa na zachwaszczenie roli, gdyż po wzejściu szybko rośnie, zakrywa między-

rzędzia i zagłusza chwasty, co eliminuje zabiegi herbicydowe. Roślina ta wykazuje właściwości fitosanitarne, m.in. przeciwdziała występowaniu w glebie niektórych gatunków nicieni.

Z nasion uzyskuje się smaczną i wartościową kaszę, zawierającą oprócz błonnika łatwo przyswajalne białko, makro- i mikroelementy (m.in. fosfor, żelazo, potas) oraz witaminy (zwłaszcza B1, B2, P, E). Zawiera też rutynę oraz kwercetynę, czyli związki chemiczne, które zbawiennie wpływają na układ krwionośny i stan żył, dlatego jeśli zmagamy się np. z żylakami, spożywanie kaszy jest jak najbardziej wskazane. Te składniki są także pożądane dla osób mających problemy z funkcjonowaniem układu sercowego. Wzmacnia organizm, podnosi odporność, działa antybakteryjnie oraz spowalnia procesy starzenia. Gryka polecana jest osobom chorym na cukrzycę, ze względu na korzystny indeks glikemiczny, chorym na celiakię, gdyż nie zawiera glutenu (jest to również podstawowy warunek przy produkcji odżywek stosowanych w niektórych schorzeniach metabolicznych, zwłaszcza u dzieci), osobom na diecie, ze względu na wysoką zawartość łatwo przyswajalnego białka, kobietom w okresie menopauzy, starającym się o dziecko, a także ciężarnym ze względu na kombinację składników mineralnych. Kasza gryczana pomaga również w leczeniu niepłodności oraz łysieniu.

## MHR KORONA NOWOŚĆ

- Długość okresu wegetacji – 90-100 dni
- Odmiana średnio-wczesna
- Dobra odporność na wiosenne chłody i okresowe susze
- Rośliny o wysokości 100-125 cm w zależności od warunków glebowo-klimatycznych
- Nasiona znacznie ciemniejsze od odmiany Kora, bardziej odporne na osypywanie oraz o wyższej masie 1000 nasion i łatwiejszym obłuszczeniu
- Plon nasion – 15-27 q/ha
- Masa 1000 nasion – 30-33 g
- Zawartość łuski – 20,5-24,5 %
- Dobra odporność na wiosenne chłody i okresowe susze

## PANDA

- Długość okresu wegetacji 90-105 dni
- Odmiana średnio-wczesna o dobrej odporności na wiosenne chłody i susze w czasie kwitnienia oraz na choroby
- Rośliny o wysokości 100-120 cm
- Nasiona odporniejsze na osypywanie od odmiany Kora
- Plon nasion – 15-23 q/ha
- Lepiej plonuje na glebach zwięzłych
- Masa 1000 nasion – 25-28 g w zależności od warunków glebowo-klimatycznych
- Zawartość łuski – 18-23 %

## MHR SMUGA NOWOŚĆ

- Długość okresu wegetacji – 85-90 dni
- Odmiana średnio-wczesna
- Bardzo dobra odporność na wiosenne chłody i okresowe susze
- Rośliny o wysokości 95-115 cm w zależności od warunków glebowo-klimatycznych
- Nasiona ciemniejsze od odmiany Kora, bardziej odporne na osypywanie
- Plon nasion – 16-30 q
- Masa 1000 nasion – 27-30 g
- Zawartość łuski – 19-23 %
- Jest to odmiana o dobrej odporności na wiosenne chłody i okresowe susze

## KORA

- Długość okresu wegetacji 90-100 dni
- Odmiana średnio-wczesna o dobrej odporności na wiosenne chłody i okresowe susze
- Rośliny o wysokości 100-120 cm w zależności od warunków glebowo-klimatycznych
- Nasiona dość odporne na osypywanie
- Plon nasion 15-22 q
- Zawartość łuski – 18-24 %
- Masa 1000 nasion – 25-28 g

# ZALECENIA UPRAWOWE

Gryka jest rośliną owadopylną i ciepłolubną. Do kiełkowania wymaga temperatury gleby powyżej 10°C; jest wrażliwa na przymrozki wiosenne; najlepiej rozwija się w temperaturze około 20°C, a wysoka temperatura i mała wilgotność powietrza w okresie kwitnienia powoduje spadek plonów. Silne wiatry mogą być przyczyną wylegania roślin.

## Wymagania i wybór przedplonu:

Gryka udaje się na glebach piaszczystych, ale ma bardzo duże wymagania wodne, dwa razy większe niż pszenica. Znosi kwaśny odczyn podłoża, jednak lepiej plonuje na glebach o odczynie zbliżonym do obojętnego.

Dobrymi przedplonami są zboża ozime i jare, jednak uprawiane nie później niż w 2-gim, 3-cim roku po oborniku; oraz poplony ozime.

## Termin i norma siewu:

Grykę należy wysiewać między 10 a 20 maja. Jako poplon na paszę można ją wysiewać do końca lipca.

Zaleca się wysiewać 50-75 kg nasion/ha, w rzędy 25-50 cm, w zależności od rodzaju gleby. Większa rozstawa jest zalecana na glebach słabszych. Głębokość wysiewu 2-3 cm na lepszych stanowiskach; na lżejszych i suchszych do 5 cm.

## Nawożenie:

przeciętnie należy stosować 20-40 kg N; 20-40 kg P<sub>2</sub>O<sub>5</sub>; 20-40 kg K<sub>2</sub>O na ha. Na glebach uboższych należy zwiększyć dawki fosforu i potasu o 50%, a dawkę azotu można podwoić. Małe dawki azotu daje się w całości przedsięwzięciu, wyższe – połowę przedsięwzięciu, a drugą połowę w czasie kwitnienia gryki. Nawożenie fosforem i potasem stosuje się przedsięwzięciu, pod kultywator lub ciężką bronę.

## Zabiegi pielęgnacyjne i zbiór nasion:

Ze względu na duże wymagania wodne gryki, zabiegi uprawowe powinny sprzyjać magazynowaniu wilgoci w glebie. Po przedplonach wcześniej zbieranych – podorywka, bronowanie i orka zimowa. Wiosną, do czasu wysiewu nasion, 2-3-krotne bronowanie a bezpośrednio przed siewem, wysiew nawozów mineralnych i uprawa agregatem uprawowym.

W okresie wegetacji jedno- lub dwukrotne opielanie roślin, pierwsze najpóźniej w fazie 2-3 listków, następne w razie potrzeby, po dwóch tygodniach. Ostatnim zabiegiem jest obsypanie roślin w fazie kwitnienia.

## Termin zbioru:

Ustalenie terminu zbioru gryki jest trudne, gdyż gryka dojrzewa nierównomiernie i łatwo się osypuje, zwłaszcza na glebach lżejszych i w latach o dużych opadach. Zbiór należy rozpocząć, gdy na szczytach pędów na-

siona już dojrzewają i około 60-70% z nich ma zabarwienie brązowe. Wówczas albo zbieramy grykę dwufazowo (koszenie kosiarką pokosową, a po 7-10 dniach zbiór kombajnem wyposażonym w podbieracz pokosów); albo stosujemy zabieg chemiczny przyspieszający i wyrównujący dojrzewanie nasion oraz zmniejszający straty przy zbiorze.

## Gryka z dopłatą

Uprawiając grykę można starać się o dodatkowe dopłaty. Dopłata do gryki, ujęta jest w ramach działania - Rolnictwo zrównoważone, pakiet 6 „Zachowanie zagrożonych zasobów genetycznych roślin w rolnictwie”. Wysokość dopłaty uzależniona jest od kierunku uprawy tej rośliny w gospodarstwie. Przy uprawie z przeznaczeniem na cele spożywcze dopłata wynosi 750 zł/ha, natomiast gdy jest nim reprodukcja materiału siewnego - 1000 zł/ha. Dopłata przysługuje do maksymalnej powierzchni 5 ha.

## Przepis na Biłgorajski Piróg z kurkami

### Składniki:

- 3 szklanki mąki
- 1 kostka masła
- 20 g drożdży
- szczypta proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka cukru
- 700 g ziemniaków
- 500 g kaszy gryczanej
- 350 g sera twarogowego
- 1 szklanka śmietany
- 5 jaj
- 1 łyżka smalcu
- sól, pieprz

### Wykonanie:

**Farsz** - ugotować ziemniaki, odlać wodę, zostawiając trochę na dnie. Utłuc, wsypać kaszę gryczaną, dodać smalec, pozostawić na małym ogniu, pod przykryciem, aż kasza napęcznieje i zmięknie. Dodać pokruszony ser, przyprawić solą i pieprzem ziołowym, wymieszać. Dodać śmietanę i jajka, wymieszać.

**Ciasto** - drożdże rozkruszyć w miseczce, dodać proszek do pieczenia, szczyptę soli, odrobinę cukru, śmietanę, dokładnie wymieszać. Mąkę wysypać na stolnicę, dodać masło, przesiekać je z mąką, dodać śmietanę z drożdżami. Wyrobić gładkie ciasto, podzielić je na pół, jedną częścią wyłożyć dno i boki wysmarowanej masłem formy. Wyłożyć nadzieniem na ciasto, przykryć drugim płatem ciasta, posmarować jajkiem i wstawić do pieca na 1 godzinę i 40 minut.

**Sos kurkowy** - cebulę posiekać, zrumienić na maśle, wrzucić posiekane kurki. Dodać około łyżeczki mąki, wlać trochę bulionu, dodać 30% śmietankę, chwilę pogotować, aby śmietanka zagęściła się, po czym wlać trochę białego wytrawnego wina. Doprawić solą i pieprzem.

Upieczony piróg podawać z sosem z kurek, lub z gęstą kwaśną śmietaną - Smacznego!

## PUNKTY SPRZEDAŻY

1	Kraków 30-002, ul. Zbożowa 4, woj. małopolskie	tel. 12/633-68-22
2	Krasnystaw 22-300, Białka 6, woj. lubelskie	tel. 82/577-12-00
3	Biłgoraj 23-400, ul. Komorowskiego 33, woj. lubelskie	tel. 84/686-58-14
4	Henryków 57-210, ul. Henryka Brodatego 46, woj. dolnośląskie	tel. 74/810-50-16
5	Hrubieszów 22-500, ul. Nowa 31, woj. lubelskie	tel. 84/696-26-25
6	Kobierzyce 55-040, ul. Sportowa 21, woj. dolnośląskie	tel. 71/311-13-45
7	Kolbuszowa 36-100, ul. Sokołowska 1, woj. podkarpackie	tel. 17/227-12-38
8	Krańnik 23-200, ul. Kolejowa 18, woj. lubelskie	tel. 81/884-32-01
9	Lidzbark Warmiński 11-100, ul. Dąbrowskiego 15, woj. warm.-mazurskie	tel. 89/767-22-81
10	Lublin 20-309 ul. Łęczyńska 5, woj. lubelskie	tel. 81/746-10-31
11	Kańczuga 37-220, Mikulice 34 a, woj. podkarpackie	tel. 16/640-33-14
12	Słomniki 32-090, Niedźwiedź, woj. małopolskie	tel. 12/388-15-71
13	Kłomnice 42-270, Nieznanice, woj. śląskie	tel. 34/328-91-92
14	Nowy Sącz 33-300, ul. Ciećkiewicza 3, woj. małopolskie	tel. 18/443-70-57
15	Wojciechów 24-204, Palikije 104, woj. lubelskie	tel. 81/517-70-10
16	Proszowice 32-100, ul. Kopernika 6, woj. małopolskie	tel. 12/386-20-43
17	Szczucin 33-230, ul. Campingowa 6, woj. małopolskie	tel. 14/643-61-98
18	Świecie 86-100, ul. Woj. Polskiego 72, woj. kuj.-pomorskie	tel. 52/331-34-39
19	Tomaszów Lubelski 22-600, ul. Łaszczowiecka 5, woj. lubelskie	tel. 84/664-30-61
20	Ułhówek 22-678, ul. Tomaszowska 142, woj. lubelskie	tel. 84/661-60-14
21	Uszyce 46-310, Gorzów Śląski, Uszyce 90, woj. opolskie	tel. 34/359-33-89
22	Wolbrom 32-340, ul. Garbarska 1, woj. małopolskie	tel. 32/644-10-23
23	Zamość 22-400, ul. Kilińskiego 80, woj. lubelskie	tel. 84/638-68-72

**ALEKSANDER OWCZAREK**

tel. +48 539 190 354  
aowczarek@mhr.com.pl

**KRZYSZTOF HUMAJ**

tel. +48 539 190 355  
khumaj@mhr.com.pl

**RADOSŁAW BERBEĆ**

tel. +48 539 190 359  
rberbec@mhr.com.pl

