



m Folytatás az I. oldalról

Nem az elképzelés szerint, de nem rosszul

Levente nyolc évet töltött a magyar fővárosban, és már ott elhatározta, hogy ha hazajön, mikroöldségek termesztésével foglalkozni. Tavaly költözött haza, s mosolyogva meséli, hogy érdekes és mozgalmas másfél évet tud maga mögött. Elképzelése, miszerint kisebb és nagyobb vendéglőknek fog majd mikroöldséget termeszteni, nem vált be, de nem panaszkodik, hiszen hetente gyarapodik a magánmegrendelők száma.

„Meglepő volt, hogy a magán-személyek milyen nyitottak a mikroöldség kipróbálására, és milyen jól fogadják az újdonságokat. Egyre többen kérik, vásárokon megismernek, interneten felfedeznek és rendelnek, Marosvásárhelyen hához is szállítjuk hetente kétszer. A vendéglők sokkal zárkózottabbak voltak. A szakácsok közül voltak olyanok, akik nem is ismerték a mikroöldséget, pedig díszítésre is kíválók. Egy-két vegetáriánus ven-

déglő, illetve egy országos szinten elismert vendéglő kérte, hogy legyenek a beszállítójuk. Mikroöldséget lehet kapni a nagyobb áruházakban is, de az általam kivitt friss, aznap szedem le, amikor kiszállítom, sőt,

ha kell, földestől adjuk vásárlóinknak.” Sokféle növénykét lehet rendelni és megkóstolni: vörös káposztát, háromféle retket, tökmagot, rukkolát, háromféle mustárt, céklát, mángoldot, répát, brokkolít.



Díszítésként, salátába vagy csak színes, ízes feltétként is használhatjuk a mikroöldséget

FOTÓK: HAÁZ VINCE

nem tudtam szép mikroöldséket vinni a megrendelőnek. De szeretek tanulni, fejlődni, és sokféle tervem van, egyebek mellett a mikroöldség-termelés bővítése, gyógynövények termesztése.”

Ehető virágok következnek

Ha már a tervekről beszéltünk, Horváth Levente azt is elmondta, hogy nagy az igény a fine dining-vendéglők részéről, ezért tavasztól szeretne ehető virágokat is termeszteni. Ilyen például az árvácska is, amelynek virágai nemcsak szépek, hanem fogyasztásra is alkalmasak.

Szuperélelmiszerek

Amerikai kutatók szuperélelmiszereknek nevezték a mikroöldséget, miután kimutatták, hogy legtöbbjükben nagy mennyiségű C- és E-vitamin van, valamint béta-karotin, amelyek fontosak a nyálkahártyák egészségéhez, a jó látáshoz, valamint hasznosak a daganatos betegségek megelőzésében is. Ezek a növények igazi vitaminbombák: a vörös káposzta mikroöldségben a kifejlett káposztához képest 40-szer több E-vitamin, 6-szor több C-vitamin és 69-szer több K-vitamin van. A mikrorettek is gazdagabb E-vitaminban az érettnél, a mikrosalátában több az antioxidáns. A mikrokoriander háromszor annyi béta-karotint tartalmaz, mint a kifejlett. Minél színesebb a mikroöldség, annál nagyobb a tápanyagtartalma.

Minden organikus

Levente fontosnak tartja, hogy a mag, valamint a tőzeg, amibe beleteszi, és a víz, amivel öntözi, minden organikus legyen. Ezért belföldről és külföldről is rendel magot és tőzeget, hogy biztos legyen benne, minden organikus. A mikroöldség ugyan megteremne tiszta, vegyszermentes, rohadó falevelekkel dúsított erdei földben is, Horváth Levente szerint viszont az már érintkezett a levegővel és a mikroorganizmusokkal, így teljes tisztasága nem garantált. A termelő az öntözésre használt víznek méri a Ph-értékét, hogy megfelelő legyen a magoknak. Leventétől megtudtuk, hogy öntözésre a csapvíz is alkalmas, ha legalább 24 órát állni hagyják, hogy a klór

elpárologjon belőle. Azt is elárulta, hogy a kis zöldek mesterséges fényt kibocsátó lámpa alatt nőnek, amíg el nem érik a megfelelő méretet.

Saját tapasztalatából tanult

Mindent, amit a mikroöldsékről és termesztésükről megtanult, saját tapasztalatából tudja, hiszen szakirodalom vajmi kevés van, újabban videókban beszélnek erről azok, akik már próbálták. „Néha végig kell nézned egy bő tíz perces videót, hogy meghallad az a pár másodpercnyi szöveget, ami téged érdekel vagy számodra fontos. Sok mindent megtanultam saját káromon, saját megfigyeléseimből. Megtörtént, hogy nem volt megfelelő a mag vagy nem keltek ki egyenesen, ezért

