

Dilles, lociņi, sāls un pipari ir tik tradicionāli garšaugi un garšvielas, ka bez tām nav iedomājama neviena latvieša virtuve. Tāpat gandrīz vai ikvienā virtuves plauktiņā atodams kāds maisiņš ar žāvētām piparmētrām, liepziediem un kumelītēm. Šodien, kad visa pasaule ir vaļā un globālais tīmeklis sniedz neiedomājamu informācijas daudzumu, esam iepazinuši daudzas jaunas garšas, cittautu virtuvei raksturīgus ēdienus un garšaugus. Arī lielveikalos vairs nav problēmas iegādāties tādus garšaugus, kas pie mums neaug un kas ļauj virtuvē veikt visneiedomājamākos eksperimentus. Un neskatoties uz to, ka mūsdienu straujais dzīves temps, ir, kā vēl nekad agrāk, ļāvis uzplaukt ātro uzkodu (fast food) lietošanas paradumiem, Latviju ir pārņēmusi arī cita tendence – dzīvot veselīgi, mierīgi un lietot uzturā pēc iespējas dabiskākus pārtikas produktus.

Tas ir radījis pieprasījumu pēc tā saucamajām “zāļu tējām” – gan pašmāju, gan citur pasaulē ražotiem žāvētu augļu un ārstniecības augu maisījumiem. Izrādās, ka plaši lietotajiem un arī mazāk zināmajiem garšaugiem un ārstniecības augiem ir kaut kas kopīgs – visi zināmie garšaugi, ko lietojam uzturā ir ārstniecības augi. Tiesa ne visi ārstniecības augi ir bez jebkādiem ierobežojumiem lietojami uzturā, taču tiem, kam patīk gatavot ēst, un kuriem ir iespējas un nav arī nekas pretim izaudzēt kaut ko savā piemājas dārziņā, piedāvāju apvienot garšaugu un ārstniecības pasauli un radīt savu ārstniecības augu – garšaugu dārziņu. Tā ir iespēja ne tikai padarīt interesantāku savu dārzu, bet arī radīt garšīgas maltītes ar pašu audzētiem garšaugiem, kas var vienlaikus var noderēt brīžos, kad šķiet, ka ar veselību kaut kas nav īsti kā vajag, bet nopietna iemesla meklēt ārsta palīdzību it kā nav.

Speciāli veidotā dārza ārstniecības augu audzēšanai izcelsme ir meklējama viduslaikos, kad mūki ne tikai apkopoja zināšanas par augu īpašībām, tai skaitā arī ārstnieciskajām, bet pie klosteriem ierīkoja ārstniecības augu dārzus. Un, lai arī šodien augu daudzveidības un īpašību pētniecība ir pārcēlusies uz botāniskajiem dārziem un zinātniskiem institūtiem un ārstējoties mēs izmantojam rūpnieciski ražotas zāles, daļa ārstniecības augu joprojām ir atrodami mūsu dārzos, kas tur aug vai nu kā krāšņumaugi, vai kā garšaugi. Pēdējā laikā pasaulē arvien lielāku popularitāti ir ieguvusi tendence garšaugus audzēt krāšņumaugu vietā puķu kastēs balkonos un terasēs. Arī Rīgā ir atrodamas vasaras kafējnīcas, kuru terasēs kopā ar puķēm vai pat bez tām kastēs un podos lepni gozējas baziliks, timiāns, piparmētra un citi garšaugi. Ārstniecības augu – garšaugu dārziņa ierīkošana

Augu stādīšanai dārzā ir visdažādākas iespējas. Garšaugus var stādīt gan starp puķēm, gan sakņu dārzā, gan radīt īpašu akcentu dārzā, izveidojot atsevišķu ārstniecības augu – garšaugu dobi. Pirms augu stādīšanas, būtu vēlams noskaidrot auga tipu un tā augšanas prasības, un dobē grupēt augus, kuriem ir vienādas vai vismaz ļoti līdzīgas vajadzības pēc gaismas, mitruma un barības vielām. Tāpat veidojot veidojot dobi būtu vēlams zināt vai augi ir

## Ārstniecības augu - garšaugu dārziņa ierīkošana

Autors Dita Kļaviņa-Lauberte

Otrdiena, 03 septembris 2013 18:02

---

viengadīgs vai daudzgadīgs, un daudzgadīgiem augiem noskaidrot to salcietību.

Veidojot dobi, atkarībā no dārza var izvēlēties vairākus stilus. Par pamatu var ņemt tradicionālu klostera ārstniecības augu dārzu, un izveidot regulāra plānojuma dārziņu, kur katram augam tiek atvēlēta kvadrātveida vai taisnstūra formas dobe, kas izkārtotas vienā simetriskā laukumā. Augu dobes tiek norobežotas ar taciņām. Šāds dārziņš būs viegli pārskatāms un apkopjams, un augi būs viegli pieejami. Tas iederēsies rūpīgi koptā dārzā, kura saimniekiem patīk kārtība un simetrija. Lauku sētā iederēsies ārstniecības augu dārziņš etnogrāfiskā stilā, kur augi tiek stādīti un audzēti bez noteiktas sistēmas, kur tiek lolots un kopts ikviens, arī nevietā iesējies, augs un kas vairāk atgādina iežogotu puķu pļavu nevis mazdārziņu.

Var izvēlēties veidot garšaugu dārziņu paaugstinātā dobē. Šādai dobei vispirms tiek izveidots karkass. Materiāli var būt visdažādākie – akmens, ķieģelis, koks, vecs ratu ritenis, jebkas, ar ko var piešķirt dobei formu un ar ko var nodrošināt augstāku dobes līmeni. Izveidoto karkasu piepilda ar augu vajadzībām atbilstošu substrātu un sēj vai stāda izvēlētos garšaugus.