

# MALÍNSKÁ KŘENOVKA

Křen je zeleninou, kořením, léčivkou, vyniká přizpůsobivostí a životností. I malá část kořene dokáže zakořenit a vytvořit vegetační vrchol. Dává na jedné straně hodnotný užitek, na druhé straně hrozí úporným zaplevelením. Zakořeňuje se do hloubky několika metrů.

Jak křen na zahrádce pěstovat? To již dávno vyřešili naši předkové v Malíně u Kutné Hory. Kultura křenu je tam doložena již od 12. století. Postupem času vznikl ve světě ojedinělý pěstitelský postup trvalé malínské křenovky. Je sice pracný, ale zachování postupu vylučuje zaplevelení. Křenovky byly dlouholeté, nebyla vzácností jejich padesátiletá i osmdesátiletá produktivita. Všechny práce se vykonávaly ručně, do křenovky se nevstupovalo ani koňmi, aby se neušlapala půda.

Křen sice na půdu náročný není, ale nejlepší jakost je z půd hlubokých, humózních, zásobených spodní vodou., nikoliv kyselých, propustných, snadno zpracovatelných. Malínská křenovka se zakládala na podzim, výjimečně do konce března, kdy křen začíná rašit. Předtím se půda připravovala ručním převrstvováním (rigolováním). Ve sponu „na krok“ (75 cm) do čtverce se vykopaly jamky do hloubky 30 cm v šířce 20 cm. Na dno jamky se kladl kořenový řízek síly palce, délky asi 10 cm, vyříznutý ze zdravých hladkých kořenů. Na jaře se po objevení listů rostliny okopaly, v srpnu pak podruhé se současným jednocením. Okopávky pro křenovku je nezbytnou zárukou, že nedojde k zaplevelení. K jednocení a ke sklizni sloužila motyka „křenovka“ s delší násadou, vykováná úzkým listem délky asi 35 cm. Při jednocení křenu se opatrně odkopla zemina k matečnému řízku. Ze vzhůru vyrašených výhonů se ponechal jediný nejsilnější, někdy dva, ostatní se odkoply u řízku, aby se nepoškodil. Byl základem dalších sklizní.

Při sklizni na podzim, převážně až po zaschnutí listů se „křenovkou“ opět odkopla zemina a zesílený vyjednocený kořen odkopl od matečného řízku s potřebnou pečlivostí a ohledem na řízek.

V Malíně třídili kořeny podle velikosti, silnější byly více ceněny. Těžší kusy než půl kilogramu byly „výstřelky“, o něco slabší „výmětky“, v počtu 15 – 20 kořenů na 1 kg „prostředáky“ a slabé „výražky“ se převážně zkrmovaly stejně jako listy. Na podzim sklizený křen se zakládá, aby nevysychal, nejlépe do písku venku. Chrání se před promoknutím, aby se mohl za mrazů z písku vyjmout. Kořeny jsou bezpečně mrazuvzdorné. Lze je sklízet během mírné zimy i z jara.

Křen vyniká vysokým obsahem C vitamínu, dvojnásobkem obsahu citronů, je bohatý sírou, draslíkem, železem. Na pokusných zvířatech byly prokázány protinádorové účinky. Je pikantním kořením mnoha jídel. V křenové placce nastrohaný prokrvuje pokožku při revmatismu, ischiasu a u obtížně se hojící rány. Požití zlepšuje stav po infekční žloutence, chronickém zánětu jater.

Zkušeno z malínských křenovek lze na zahrádce využít. V Malíně sklízeli 0,5 – 1,5 kg jakostních silných kořenů z metru čtverečního.

O-KČT TJ TURISTA Kutná Hora  
pořádá



## dálkový pochod “ZA MALÍNSKÝM KŘENEM“

34. ročník



9. – 10. října 2015



Akce se koná za finanční  
podpory  
Středočeského kraje a  
Města Kutná Hora

Středočeský kraj



## PREZENTACE:

Klubovna TJ Turista Puškinská ul. u sportovní haly BIOS (od zastávky ČD Kutná Hora město značeno - bílý trojúhelník).

## PÁTEK 9. října 2015

Start trasy 100 km: z místa prezentace 18.00-22.00 hod

Startovné: 80 Kč

## SOBOTA 10. října 2015

Start: z místa prezentace od 7.00 do 10.00 hod.

Startovné: různé do 80 Kč

## Trasy pěší :

10 km - KH - Malín - Hlízov - Kaňk – KH

11 km - KH - Škvárovna - Suchdol (Autobusem zpět)

15 km - KH - Malín - Hlízov - Kaňk - Přitoky - Škvárovna - Velký rybník – KH

17 km - KH - Malín - Hlízov - Kaňk - Přitoky - Škvárovna – KH

24 km - KH - Malešov - NS Po stopách husitských hejtmanů - Malešov – Škvárovna - KH

32 km - KH - Malešov – NS Po stopách husitských hejtmanů - Malešov Škvárovna - Přitoky - Kaňk - Sedlec - KH

48 km - KH - Malešov - Sion - Bahno - Hetlín - Zbraslavice – Rozcestí u mohyly – Vidlák- Malešov - Škvárovna - KH

54 km - KH - Malešov - Sion - Bahno - Vernýřov - Kamenná Lhota - Zbraslavice - Bahno Malešov - Škvárovna - KH

*Kontrola na Škvárovně a v Malíně na tradiční „křenovce“.*

*Podrobné propozice budou k dispozici na [www.tj-turista.cz](http://www.tj-turista.cz) v druhé polovině září*

**Trasy cyklo:** od 40 do 200 km na všechny strany - výběr

## **Informace:**

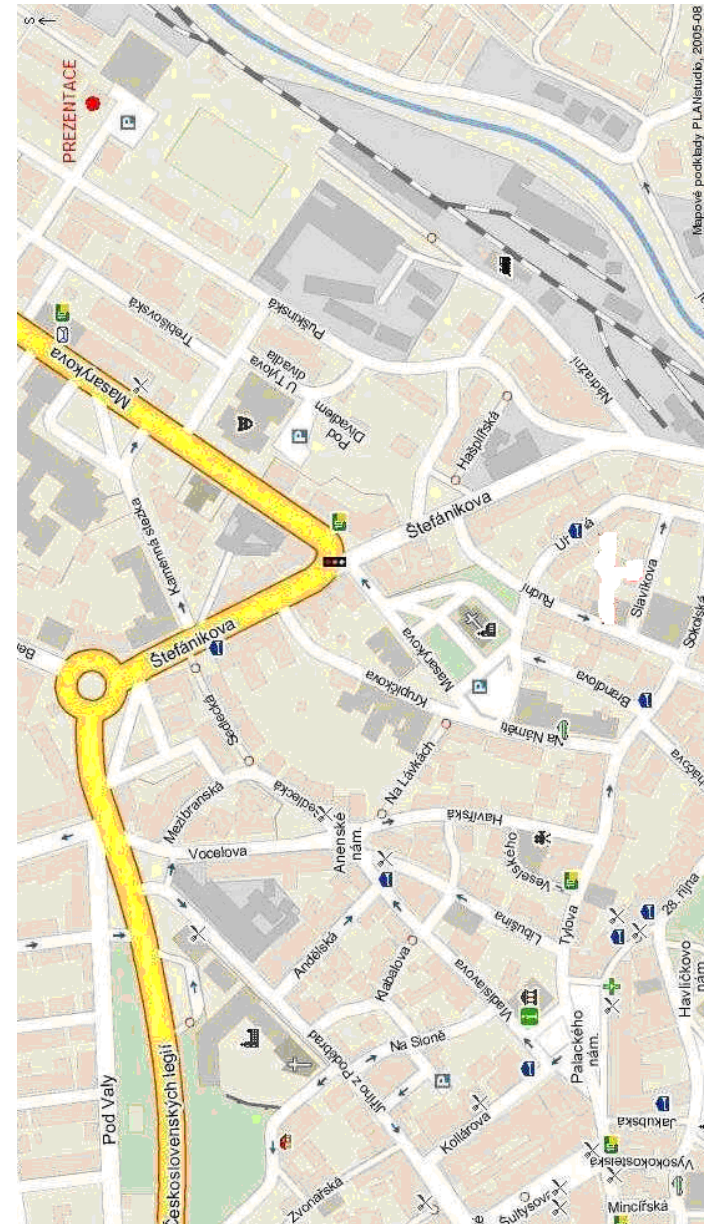
Jana Liberská OKČT TJ Turista,  
Růžová 837, 284 01 KH Tel: +420604506728,  
E-mail: [jana@fortrans.cz](mailto:jana@fortrans.cz) WWW:[tj-turista.cz](http://tj-turista.cz)

## **Ubytování:**

Každý si zajišťuje sám. Doporučujeme s předstihem kontaktovat Informační centrum, tel : 327 512 378.

Doporučujeme: mapy KČT č.42 Kolínsko a Kutnohorsko, č.43 Střední Posázaví, psací potřeby.

V rámci startovního obdrží každý účastník v cíli diplom s pamětním razítkem, turistickou vizitku a klobásu s pravým malínským křenem. Kromě toho si může koupit zákusky v naší proslavené cukrárně pod širým nebem, ale hlavně se projít podzimní přírodou nádherným okolím Kutné Hory.



**Účast na pochodu je na vlastní nebezpečí. Prosíme, abyste se chovali pozorně a ohleduplně k majetku ostatních osob i k prostředí, kterým se budete pohybovat.**