

## Stevia rebaudiana

### Původ:

Pravděpodobně z Bolívie, odkud se rozšířila i do dalších jihoamerických oblastí. Stevia byla od pradávna pro své léčivé účinky a jako sladidlo využívána indiány. V Severní Americe i v Evropě se tato rostlina objevila teprve nedávno, v Japonsku tvoří základ pro výrobu 40 % všech umělých sladidel.

### Botanická charakteristika:

Je to vytrvalá bylina, polokeř vzpřímeného vzrůstu 50-80 cm vysoký. Pěstuje se jako jednoletka nebo jako trvalka. Listy jsou vstřícné, oválné, po okraji vroubkované, šedozelené barvy a pokryty množstvím jemných chloupků. Květy se objevují koncem léta, jsou drobné, bílé a sloučeny v latnatých květenstvích. Stonek je kulatý, bylinný a později dřevnatý

### Využití:

Listy rostliny obsahují přírodní sladidlo, ve vodě rozpustný glykosid steviosid. Suché listy jsou 200-300 x sladší než řepný cukr. Jsou vhodné při diabetes, přičemž mají nulovou kalorickou hodnotu. Dále rostlina obsahuje antibakteriální látky, které mají příznivý vliv na ústní a střevní mikroflóru a omezují množení patogenních bakterií a plísní. Maska z čerstvých listů může být použita při léčení akné, dermatitis a podobně. Jako sladidlo se využívají buď čerstvé lístečky, které se luhují v teplých nápojích, nebo se využívá sušiny z listů ve formě prášku, který lze použít místo cukru a synteticky vyráběných sladidel.

### Pěstování:

Rostlina má ráda slunce a teplo. Při teplotě pod 10 °C zastavuje růst a teplota okolo 5 °C již rostlinu poškozuje a listy uvadají. Pro pěstování jsou vhodné prosluněné balkony, slunečné polohy při zdech domů a jinak proti větru chráněná slunečná místa. Stevii pěstujeme v nádobách o objemu 4-8 l naplněných směsí zahradní zeminy, kompostu a zahradního substrátu v poměru 1:1:1. Nádoba by měla mít dobrou drenáž. Pro lepší větvení rostlinu ve výšce 30 cm zaštipujeme. Výhony sklízíme po 3-4 měsících, kdy dosáhnou 50-60 cm. Stříháme 20 cm nad zemí. Druhou sklizeň děláme asi za 2 měsíce. Nejlépe se však daří Stevii ve skleníku, kde můžeme sklízet i 3 x do roka. Na podzim, kdy teploty začnou klesat, rostlina zastavuje růst a zatahuje se do kořenů. Listy žloutnou a opadají. V té době rostlinu sestříháme asi 10 cm nad zemí a zimujeme ve vzdušné místnosti při teplotě 8-14 °C. Zaléváme minimálně, substrát nesmí ale úplně vyschnout. V prvních jarních měsících rostlinu probouzíme k životu. Květináč dáme na vnitřní parapet jižního okna a mírně zalijeme. Rostlina přežívá zimu v kořenech, kde v půdě vytvoří mnoho nových výhonů. I na první pohled suchá rostlina nás může na jaře příjemně překvapit. Rostliny přesazujeme do většího květináče, až vidíme, že začínají rašit první výhony. Přihnojujeme co 14 dní Kristalonem Start nebo Květ. Škůdci nebyli v našich zeměpisných podmínkách na Stevii dosud pozorování a také zdravotní stav rostliny se jeví jako velmi dobrý.