

1. ΑΝΘΡΙΣΚΟΣ ή ΜΥΡΩΝΙ

- Επιστημονικό όνομα: *Anthriscus cerefolium* [L.] Hoffm.
- Συνώνυμο: *Scandix cerefolium* L., *Cerefolium cerefolium* Britt.
- Οικογένεια: Apiaceae

- Ο ανθρίσκος ή μυρώνι (*Anthriscus cerefolium* L., Ανθρίσκος ο χαιρέφυλλος) ανήκει στην οικογένεια των Σκιαδανθών (Apiaceae).
- Έχει διπλοειδή αριθμό χρωμοσωμάτων με $2n=18$.
- Σε άλλες γλώσσες είναι γνωστός με τις ονομασίες chervil, salad chervil, garden chervil, French parsley (Αγγλικά), cerfeuil (Γαλλικά), cerfoglio (Ιταλικά), perifollo (Ισπανικά) και Kerbel, Gartenkerbel, Französische Petersilie (Γερμανικά).

- Στο γένος *Anthriscus* ανήκει και το είδος *A. sylvestris* γνωστό και ως wild chevril ή cow parsley (μοιάζει με το κώνειο *Conium maculatum*!!!)
- *A. caucalis* (burr chervil)
- *A. nemorosa* (τυρί Van herby)

- Το λατινικό όνομα του είδους προέρχεται από την Ελληνική λέξη «Ανθρίσκος», ενώ η λέξη «cerefolium» σημαίνει κηρώδες φύλλο που πιθανόν να δόθηκε στο φυτό λόγω του λαμπερού πράσινου χρώματος των φύλλων του.
- Μπορεί ωστόσο να προκύπτει από κακό συλλαβισμό της λέξης «cherifolium» που χρησιμοποιούσαν οι Ρωμαίοι για το φυτό και προέρχεται από τις Ελληνικές λέξεις «χαίρειν» και «φύλλο», αναφερόμενες στο ευχάριστο άρωμα των φύλλων του φυτού.

- Υπάρχουν και άλλα δύο είδη τα οποία είναι γνωστά με το όνομα μυρώνι, σκαντζίκι ή καυκαλίθρα και πιο συγκεκριμένα το
- *Scandix australis* L. και το *S. pecten veneris*, με το τελευταίο να έχει επιπλέον την ονομασία «χτένα της Αφροδίτης»
- *Chaerophyllum bulbosum* L. (turnip-rooted chervil, ριζώδες μυρώνι).
- Το *Scandix odorata*, γνωστό και ως Spanish chervil ή sweet chervil

- Το είδος *Anthriscus cerefolium* κατάγεται από την περιοχή της Μικράς Ασίας, της Νότιας Ρωσίας και του Καυκάσου, ενώ έχει πλέον εγκλιματιστεί σε πολλές περιοχές της Βόρειας Αμερικής μετά την εισαγωγή του είδους το 1806 στην Αμερικανική ήπειρο.
- Στην Ευρώπη διαδόθηκε από τους Ρωμαίους κατά την εποχή της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας.
- Η χρήση του φυτού από τον άνθρωπο ξεκινά από τα αρχαία χρόνια, ενώ σήμερα είναι αρκετά διαδεδομένο στην Κεντρική και Δυτική Ευρώπη.

Χρήσεις

- Το εδώδιμο μέρος του φυτού είναι τα αρωματικά φύλλα του τα οποία διατίθενται νωπά και κατεψυγμένα ή υπό μορφή σάλτσας παρόμοιας με το pesto.
- Βρίσκει πολλές χρήσεις στη μαγειρική, προσδίδοντας ιδιαίτερα ευχάριστο άρωμα σε σαλάτες, σούπες, πιάτα με κρέας, ψάρι, σάλτσες, ξύδια αλλά και ως γαρνίρισμα.

Θρεπτική σύσταση φύλλων ανά 100 γραμμάρια αποξηραμένου προϊόντος.

Συστατικό	Περιεκτικότητα	Συστατικό	Περιεκτικότητα
Νερό	7,20%	Βιταμίνη C	50,0 mg
Θερμίδες	237 Kcal	Ca	1346 mg
Υδατάνθρακες	49,10%	Fe	31,95 mg
Λίπη	3,90%	Mg	130 mg
Πρωτεΐνες	23,20%	P	450 mg
Φυτικές ίνες	11,3 γρ	K	4740 mg
Βιταμίνη A	5850 IU	Na	83 mg
Βιταμίνη B1	0,380 mg	Zn	8,80 mg
Βιταμίνη B2	0,680 mg	Cu	0,4 mg
Βιταμίνη B3	5,400 mg	Mn	2,1 mg
Βιταμίνη B6	0,930 mg	Se	29,3 μg

- Έχει πολλές φαρμακευτικές ιδιότητες με αποτέλεσμα να χρησιμοποιείται στην παραδοσιακή ιατρική εδώ και πολλούς αιώνες, ενώ βρίσκει πολλές εφαρμογές στην ομοιοπαθητική.
- Θεωρείται ότι έχει χωνευτικές ιδιότητες, περιορίζει την αρτηριακή πίεση, ενώ βοηθά στην αντιμετώπιση του λόξυγκα, διαφόρων δερματικών και μυοσκελετικών παθήσεων και μπορεί να βελτιώσει την κυκλοφορία του αίματος και να περιορίσει την κυτταρίτιδα.

- Η ουσία ανθρικήνη που πρόσφατα απομονώθηκε από φυτά του γένους *Anthriscus* βρέθηκε ότι έχει αντικαρκινική δράση σε καρκινικά κύτταρα του μαστού.
- Τα φύλλα του φυτού αποτελούν συστατικό σε διάφορα καλλυντικά.
- Επίσης στο φυτό αποδίδονται και θρησκευτικοί συμβολισμοί (ομοιότητα με μύρο)

- Τα κύρια συστατικά του ελαίου είναι:
 - η μεθυλεugenόλη,
 - η εστραγόλη,
 - το 1-αλλυλ-2,4-διμεθοξυβενζόλιο και
 - το ενδεκάνιο.
- Η σύσταση του ελαίου αλλάζει ανάλογα με το στάδιο ανάπτυξης του φυτού, με την εστραγόλη να αυξάνεται σημαντικά στο στάδιο της άνθησης, αλλά και το τμήμα του φυτού, όπου στους σπόρους το 95% του αιθέριου ελαίου αποτελείται από εστραγόλη.

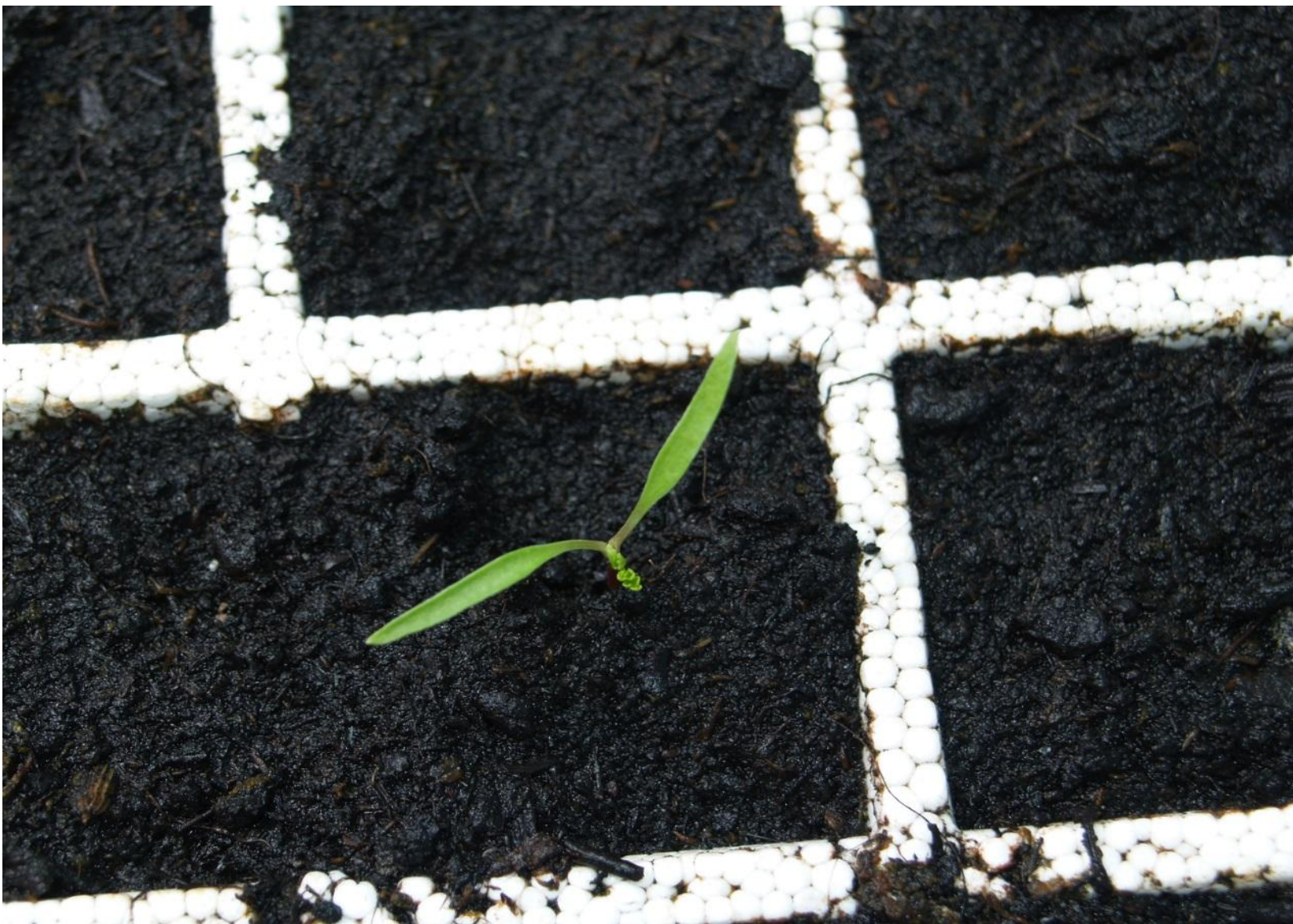
ΒΟΤΑΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

- Είναι φυτό διετές με ύψος που φτάνει τα 0,7 μ. κατά την άνθηση, ενώ κατά τη βλαστική φάση σχηματίζει ροζέτα διαμέτρου περίπου 30 εκ.
- Η ρίζα του φυτού είναι λεπτή, μακριά, μονοσχιδής και λευκού χρώματος.
- Οι βλαστοί του φυτού είναι κοίλοι, στρογγυλής διατομής, φέρουν ραβδώσεις και τρίχωμα λευκού χρώματος και εμφανίζουν την τάση να διακλαδίζονται έντονα.

- Τα φύλλα του είναι σύνθετα, αποτελούμενα από δισχιδή έως τρισχιδή φυλλάρια και έχουν ένα ελαφρύ κυματισμό.
- Το χρώμα των φύλλων είναι αρχικά ανοιχτό πράσινο και στη συνέχεια καθώς αυτά γερνούν γίνεται σκούρο πράσινο προς καφεκόκκινο.

- Τα κατώτερα φύλλα είναι πιο μυτερά, ενώ τα ανώτερα φύλλα είναι επιφυή σχηματίζοντας κολεό στη βάση τους.
- Τα άνθη του είναι λευκά και εμφανίζονται σε επάκριες ταξιανθίες υπό μορφή σκιαδίων.
- Η άνθηση του φυτού ξεκινά περίπου 25 εβδομάδες μετά τη βλάστηση, ενώ ο βιολογικός κύκλος του φυτού διαρκεί 6 μήνες.

- Οι καρποί του φυτού είναι επιμήκεις, ωοειδείς και οξύληκτοι με μήκος που φτάνει το 1 εκ.
- Οι σπόροι του φυτού είναι μυτεροί με μια υποτυπώδη αυλάκωση από άκρο σε άκρο.
- Σε 1 γραμμάριο περιέχονται 400-450 σπόροι.
- Οι σπόροι διατηρούν τη βλαστική τους ικανότητα για περίπου 6 χρόνια, αρκεί να έχουν χαμηλό ποσοστό περιεχόμενης υγρασίας.



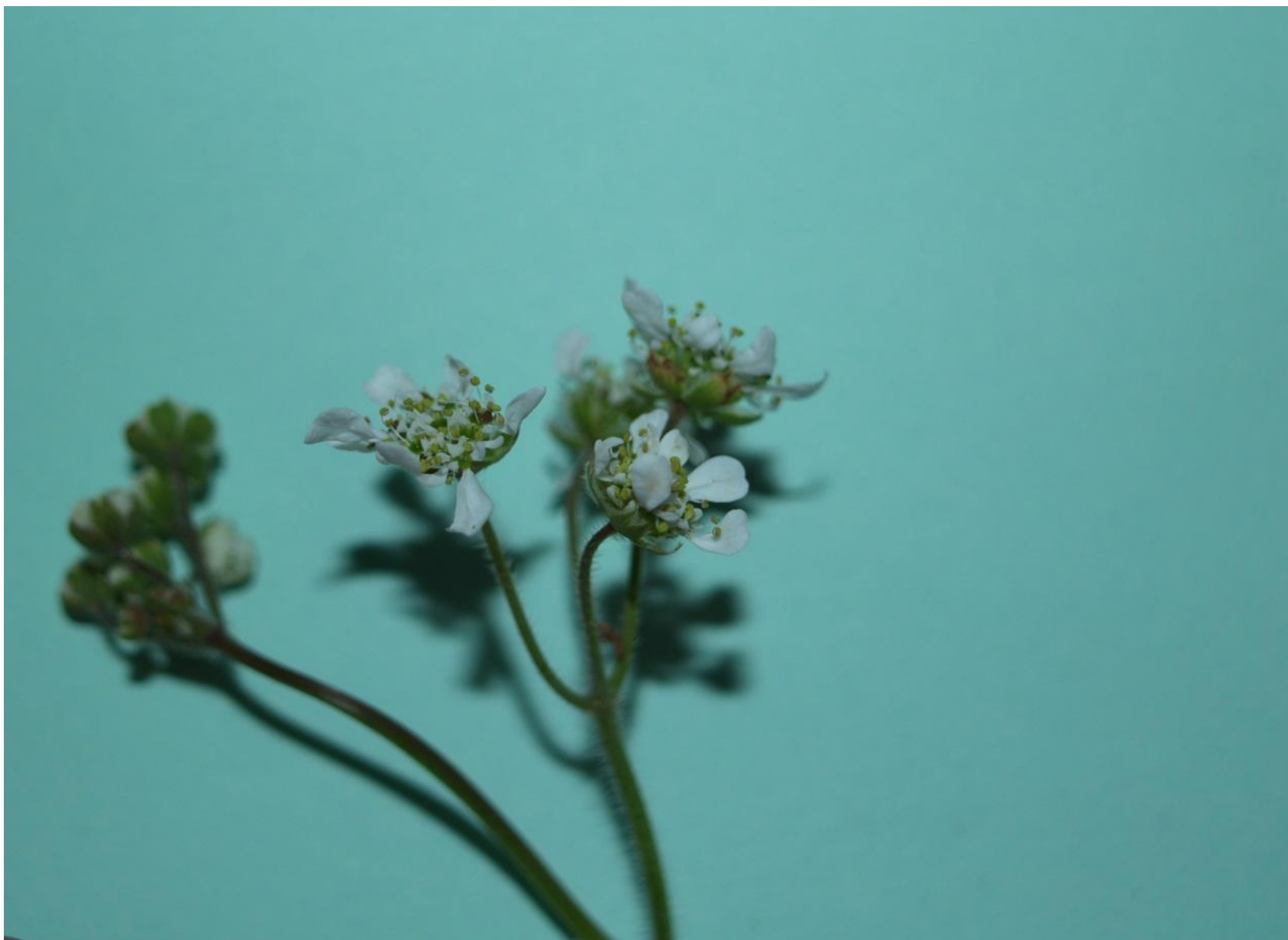














ΠΟΙΚΙΛΙΕΣ

- Υπάρχουν εμπορικές ποικιλίες ανθρίσκου με κυριότερες τις Massa και Fijne Krul, οι οποίες είναι κατάλληλες για γλαστρικά φυτά, αλλά και για παραγωγή φύλλων που προορίζονται για φρεσκοκομμένα προϊόντα ή για παραγωγή επεξεργασμένων τροφίμων.

ΚΛΙΜΑ-ΕΔΑΦΟΣ

- Είναι φυτό ψυχρής εποχής και αρέσκεται σε δροσερά κλίματα, με θερμοκρασίες που κυμαίνονται στους 15-20 °C, ενώ αναπτύσσεται καλύτερα σε σκιερές-ημισκιερές τοποθεσίες. Η ετήσια βροχόπτωση θα πρέπει να ανέρχεται στα 500-1300 χιλ. βροχής.
- Προτιμά τα καλά αποστραγγιζόμενα εδάφη, ενώ η αντίδραση του εδάφους θα πρέπει να κυμαίνεται σε τιμές 5,0-8,2 με άριστη τιμή το 6,5.

ΚΑΛΛΙΕΡΓΗΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ

- Όσον αφορά τη λίπανση του φυτού, αποτελεί βασική καλλιεργητική φροντίδα προκειμένου να επιτύχουμε τις καλύτερες δυνατές αποδόσεις και τη μέγιστη ποιότητα του παραγόμενου προϊόντος.
- Η εφαρμογή 12 κιλών αζώτου και καλίου ανά στρέμμα έχει θετική επίδραση τόσο στην παραγωγή βιομάζας όσο και στη συνολική απόδοση σε αιθέριο έλαιο, χωρίς να επηρεάζεται σημαντικά η χημική σύσταση και το άρωμα του φυτού.

ΣΥΓΚΟΜΙΔΗ-ΜΕΤΑΣΥΛΛΕΚΤΙΚΟΙ ΧΕΙΡΙΣΜΟΙ-ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ

- Η συγκομιδή των φύλλων γίνεται 6-8 εβδομάδες μετά τη σπορά και δεν θα πρέπει να καθυστερεί περισσότερο γιατί διαφορετικά χάνεται το έντονο άρωμα και μειώνεται η ποιότητά τους, ενώ αυξάνονται οι πιθανότητες πρόωρης εμφάνισης ανθικού στελέχους.

- Εφαρμόζονται διαδοχικές κοπές αφαιρώντας κάθε φορά τα εξωτερικά φύλλα της ροζέτας, εξασφαλίζοντας με αυτό τον τρόπο τη διαθεσιμότητα φρέσκων φύλλων για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

- Τα φύλλα διατίθενται ως νωπά ή ως αποξηραμένα.
- Η ξήρανση των φύλλων γίνεται σε σκιερό και καλά αεριζόμενο περιβάλλον και μετά την ξήρανση ακολουθεί τρίψιμο και συσκευασία σε αδιαφανείς και αεροστεγείς συσκευασίες, όπου μπορεί να διατηρηθούν για μεγάλο χρονικό διάστημα.

- Με την ξήρανση χάνεται μεγάλο μέρος του αρώματος, παράγοντας που θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη για τη χρήση που θα έχει το τελικό προϊόν.

- Τα νωπά φύλλα μπορούν επίσης να ψιλοτεμαχιστούν και να συντηρηθούν στην κατάψυξη, διατηρώντας το έντονο άρωμά τους
- Τα τελευταία χρόνια είναι αρκετά συνηθισμένη η εφαρμογή της λυοφιλοποίησης (freeze-drying) για τη διατήρηση των φύλλων διάφορων αρωματικών φυτών, καθώς με αυτή τη μέθοδο διατηρείται καλύτερα το άρωμα και η χημική τους σύσταση.

ΑΠΟΔΟΣΕΙΣ

- Οι αποδόσεις σε φύλλα κυμαίνονται στα 250-300 κιλά ανά στρέμμα, ενώ αυτές σε σπόρο φτάνουν τα 50-70 κιλά ανά στρέμμα.
- Περιέχει μικρές ποσότητες αιθέριου ελαίου (0,3% για τα νωπά φύλλα και 0,9% για τους αποξηραμένους σπόρους).

ΕΧΘΡΟΙ-ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ

- Σαλιγκάρια: τρέφονται με το φύλλωμα του φυτού.
- Σήψεις των στελεχών και των μίσχων των φύλλων από προσβολές του μύκητα *Plectosphaerella rauciseptata* σε υδροπονικές καλλιέργειες ανθρίσκου σε σύστημα επίπλευσης,
- Εμφάνιση του περιθωριακού καψίματος των φύλλων λόγω έλλειψης ασβεστίου, ως αποτέλεσμα διαφόρων παραγόντων που σχετίζονται με τη διαθεσιμότητα του ασβεστίου στο φυτό.