

Revonhätä

□

Sisällys

- [1 Käyttö](#)
- [2 Lajit](#)
- [3 Viljely](#)
- [4 Siementen keruu](#)
- [5 Ravintoaineet](#)
- [6 Linkit](#)

Käyttö

Liian typpipitoisilla paikoilla kerää nitraattia

Lajit

Suomessa luontoon villiintyneet:

- Viherrevonhätä (*A. retroflexus*) (sijainnit: [ab](#))
- Suppilorevonhätä (*A. polygonoides*) (sijainnit: [a](#))

Koristekasveiksi:

- Punarevonhätä (*A. caudatus*)

Viljely

Siementen keruu

Ohjeet revonhätien siementen puhdistukseen: lähde:

<http://www.realseeds.co.uk/amaranthprocessing.html>

1. On tärkeää kerätä tähkät leikkaamalla oikeassa vaiheessa, kun kukinnot ovat vielä melko kosteita, mutta siemenet varisevat helposti kukkia käsin hierottaessa. Jos kukinnot ovat kokonaan kuivuneet ne raapivat käsiä ja suurin osa siemenistä varisee maahan muurahaisten ja lintujen vietäväksi
2. Kukin tähkä riivitään irti varresta pitämällä varren alaosasta ylösalaisin kiinni ja riipimällä alaspäin keruuastian päällä.
3. Tähkiä hierotaan kohtuullisen tiheän seulan päällä, jolloin noin 4/5 siemenistä varisee välittömästi seulan läpi. Loput ovat liian hankalia saada eroteltua tällä tavoin.
4. Jos siemenet ovat kosteita, ne levitetään ohuena kerroksena päiväksi pariiksi kuivumaan.

5. Kuivat siemenet puhdistetaan akanoista kaatamalla niitä tuulessa astiasta toiseen 3-4 kertaa tai viskomalla tarkoitukseen sopivalla viskurilla kunnes akanat ovat lähteneet lentoon. Jos tuuli on kova niin pienempikin pudotus irrottamaan akanat. Keruuastian alla on hyvä pitää tiivistä lakanaa tai kaksi ihmistä voi käyttää lakanaa myös viskurina.

6. Siemen pitäisi nyt olla puhdasta, mutta sen voi vielä seuloa jauhoseulalla ja sen jälkeen kuivata auringossa tai uunissa ja varastoida esim. ilmatiiviiseen lasipurkkiin.

Ravintoaineet

Siemenissä on 15-18 % proteiinia, sekä merkittäviä määriä lysiiniä ja metioniiniä, jotka ovat useimmista viljoista puuttuvia rajoittavia aminohappoja. Siemen sisältää kaksi kertaa enemmän kalkkia kuin maito, sekä runsaasti rautaa, kaliumia, fosforia, sekä A- ja C-vitamiineja.

Siemenestä on 6-10 % öljyä, joka koostuu enimmäkseen tyydyttymättömistä rasvahapoista ja sisältää paljon linolihappoa. Siemenen ravinteet sijaitsevat siemenen keskustaa ympäröivässä tärkkelysrenkaassa ja kestävät siten hyvin kypsentämistä.

Amarantin nuoret lehdet sisältävät enemmän kalkkia, rautaa ja fosforia kuin pinaatin lehdet.

Linkit