



# *Символ української осені*



# ПОРТРЕТ



Рослини родини Гарбузових поширені у тропічних та субтропічних районах. В Україні вирощують три види гарбузів – звичайний, великоплідний (або волоський) та мускатний. Гарбузові мають вусики (видозмінені пагони) та повзуче стебло. Ці однорічні трав'янисті рослини в'ються або стеляться у траві, мають почергове, пальчато- або перисто-лопатеве листя та великі жовті поодинокі, інколи зібрані у суцвіття (китиці, волоть, зонтик) квіти. Оцвітина разом з основою тичинкових ниток утворюють квіткову трубку. Чашечка зрослолиста, віночок зрослопелюстковий п'ятилопатевий, тичинок – переважно 5, маточка – 1.

Плід гарбуза називають гарбузиною.

# ПРИНАДИ



Гарбузові – улюбленці комах, понад 150 видів яких полюбують крупні нектарники їхніх квітів, наповнених дуже солодким нектаром. Будова квітки така, що нектар доступний усім, хто забажає. Не всі квіти мають сильний аромат, а тому приваблюють запилювачів великими яскравими жовтими (зрідка білими або зеленуватими) віночками. Пелюстки квітів гарбуза мають здатність відбивати невидимі для нашого ока, але видимі комахам ультрафіолетові промені. Основні запилювачі – бджоли, степові мурахи, оси і джмелі. Причому, вони більше полюбують чоловічі квіти, пилок яких – чудовий корм: у ньому понад 100 корисних речовин.

# КОРИСНІСТЬ

Цей сонячний плід – справжній чемпіон за вмістом корисних речовин. У зрілих плодах рослини багато крохмалю, цукрів, пектину, клітковини, вітамінів А, С, Е, D, РР, К, групи В і досить рідкісного вітаміну Т, каротину (провітаміну А), а деякі сорти гарбуза містять каротину у 2-3 рази більше, ніж морква! Гарбуз також містить калій, кальцій, залізо, магній, мідь, цинк, кремній, фтор. Відомо, що гарбуз чинить протитуберкульозну дію, тому що в своєму складі має речовину, яка пригнічує ріст туберкульозної палички. Вживання гарбуза при відновленні після туберкульозу може істотно полегшити стан і зменшити час реабілітації. Страви з гарбуза рекомендують вживати при гепатиті, холециститі, жовчокам'яній хворобі. Оскільки оранжева м'якоть не викликає великого виділення шлункового соку, вона стимулює швидке заживлення виразок. Цікаво, що за вмістом заліза гарбуз – лідер серед овочів, а цінних білків він містить більше, ніж курячі та перепелині яйця!



# КОРИСНІСТЬ



Гарбузове насіння з давніх часів використовують в народній медицині як антигельмінтний засіб, а олія із гарбуза містить біологічно активні речовини, які відновлюють нервову систему, активізують імунітет.

Поживна цінність гарбузового насіння підвищується з їх старінням.

З обережністю до гарбуза потрібно ставитися при цукровому діабеті, адже цей плід солодкий.



# ІСТОРІЯ

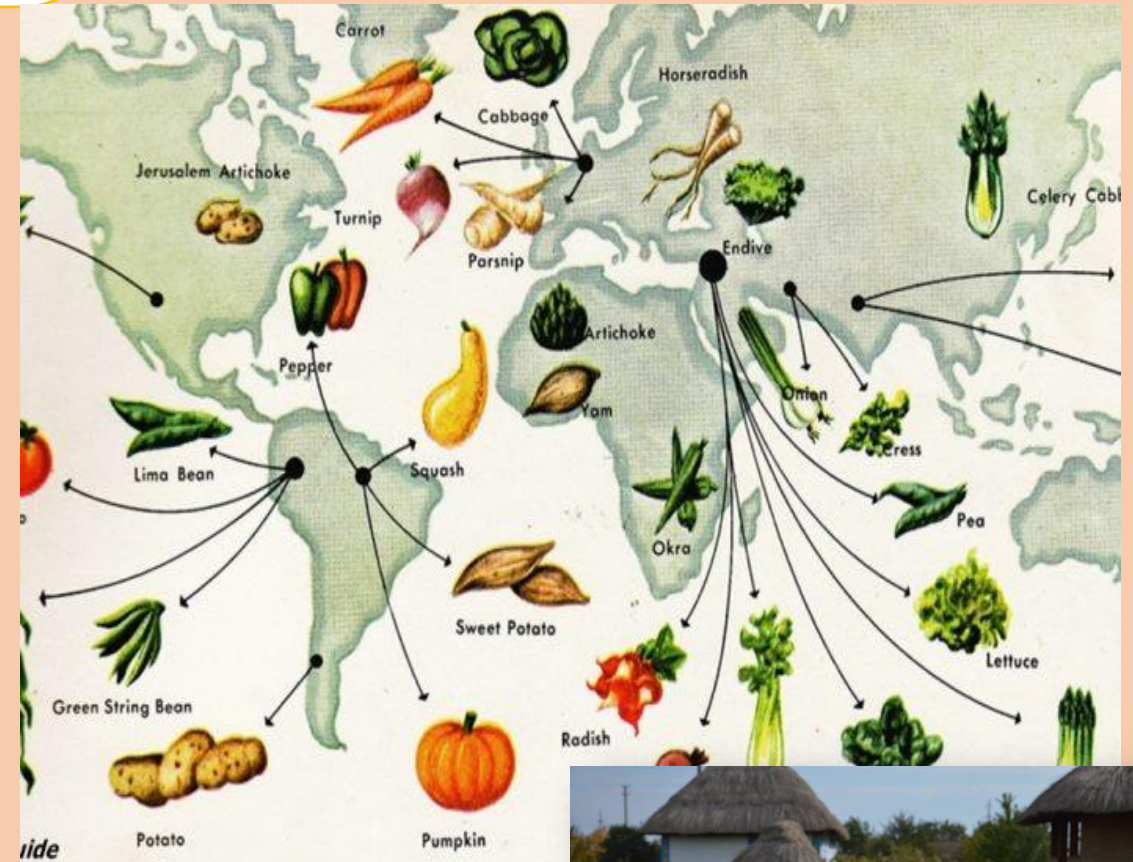
Гарбуз – одна з найдавніших культур.

Його батьківщина – Центральна Мексика, де гарбузи вирощують ще з VI-V тисячоліття до н.е. Індіє першими оцінили корисність гарбузини. Вони смажили її шматочки на багатті, а зі смужок в'яленого гарбуза плели килимки.

Здавна гарбуз шанують у Південно-Східній Азії. Мони і кхмери, наприклад, вважали його священною рослиною. Тайські повір'я стверджують, що 330 народів на Землі утворилися з 8 насінин гарбуза, які впали з неба. У Китаї гарбуз використовували як талісман, і вірили, що він забирає негативну енергію і оберігає господаря від злих духів, а талісманами з гарбуза горлянки принаджували до хати достаток і удачу. В Камбоджі, Лаосі, Таїланді гарбузи використовували в магічних ритуалах для захисту від злих духів, чаклунства, привернення багатства.

Перші американські поселенці відразу оцінили гарбуз. Вони вирізали верхню частину плоду, видаляли насіння, а потім наповнювали гарбузину молоком, спеціями, медом і запікали в гарячій золі.

В Європу цю рослину завіз Христофор Колумб.



# ПЕРСОНАЖ



Корисний плід не лише шанують, але й оспівують. Він – і казковий персонаж (згадайте „Попелюшку" Ш. Перро, „Чиполіно" Д. Родарі), і герой фільмів („Максим Перепелиця") та художніх творів (Євген Шморгун. «Сувенір із Козакії), і символ свят (Хелловін, Гарбуз-фест). До речі, традицію вирізати з гарбузів ліхтарики у США привезли ірландці. У себе на батьківщині вони використовують для цього брукву, але вирізати ліхтарики з гарбуза виявилося набагато легше і цікавіше.



# ГАРБУЗ

## в українському обряді



У традиційному українському обряді сватання цей овоч відомий як «жартівлива відмова». Якщо дівчина не згодна була вийти заміж, то замість рушників виносила нелюбому парубку гарбуза. Іноді молоді дівчата ще й прикрашали гарбуз стрічкою. Це був як натяк, щоб хлопець вдруге не надумав свататися. Звідси й повелась давня приказка «Глядіть, щоб вам гарбуза не піднесли!», яку говорили молодим хлопцям, коли ті женихались та сватались.





# ГАРБУЗ

## у мистецтві

Як в далекому минулому так і зараз художники залюбки використовують гарбуз як натуру в своїх композиціях, завдячуючи його формам та яскравому забарвленню.



# ГАРБУЗ

## в українському фольклорі



Українська народна пісня «Ходить гарбуз по городу...»

### Прислів'я про гарбуз

Молодий та зелений, як гарбуз у спасівку.  
Гарбузом ситий не будеш.  
Ти йому про образи, а він тобі про гарбузи.  
Ти йому «гарбуз», а він тобі – «люб'я»!

### Загадки

1. Сивий кіт перевісився через пліт.
2. Без рук, без ніг, а вилізе на пліт.
3. Біг через пліт, зачепивсь та й висить.
4. Без вікон, без дверей, повна хата людей.
5. Стоїть хатка без вікон без дверей, а в тій хатці повно людей.
6. Мій брат Кіндрат через землю пройшов, мішок грошей найшов.
9. Ліз Мартин через тин, на тім боці пані старої збувся.
10. Без рук, без ніг, та на тин лізе.



**Скоромовка** На город заліз гарбуз, у землі засів, загруз.  
Налетіла враз гроза й намочила гарбуза.  
Зморщив лоба той гарбуз:  
«Ох, забув узять картуз...»

# ГАРБУЗ

## В УКРАЇНСЬКІЙ КУХНІ

На українському столі жовтогарячий гарбуз займає почесне місце. Наші господині готують з нього багато різних страв. Суп-пюре, каша, котлети, пудинг, плачинда, запіканка, овочеве рагу, салати, джем, пастила, повидло, бісквіт, тістечка, віта-мінні напої — з гарбуза можна приготувати понад тридцять страв. Якщо ж додати гарбуза до тіста, то воно матиме красивий золотавий колір.



# ГАРБУЗ

## В УКРАЇНСЬКІЙ КУХНІ





# Гарбузи бувають різні:

- ❖ за призначенням: їстівні, кормові та декоративні;
- ❖ за кольором: оранжеві, сині, білі, зелені, кремові;
- ❖ за розміром: маленькі, великі та гіганти.



# Гарбузи бувають різні:



*Більших за гарбуз плодів немає.*

# Цікаві факти про гарбуз



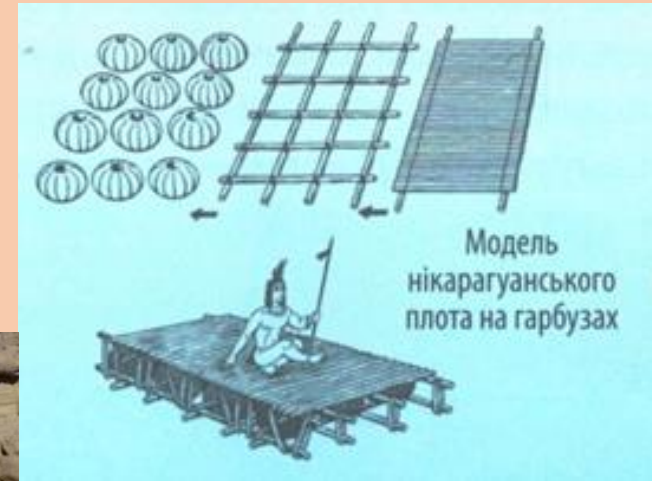
❖ Слово «гарбуз» запозичене з тюркської мови. У тюркську потрапило з перської, де буквально означало «віслячий огірок».

❖ У Латинській Америці з гарбуза робиться майже все від плоти до посуду.

❖ Киргизи в гарбузових бутлях зберігають знаменитий кумис - в подібній посуді він зовсім не псується.

❖ На початку ХІХ століття на Гаїті гарбузи-горлянки використовували як гроші.

❖ З одного гектара поля, засадженого гарбузами, можна отримати 30 кг меду. Він жовтий і швидко кристалізується.



❖ Американське місто Мортоне (штат Іллінойс) – гарбузова столиця.

❖ В Індії на гарбуз ловлять мавп. У ньому свердлять отвір і насипають всередину рис. Мавпа потрапляє у пастку: засовує лапу, хапає рис у жменю і вже не розтискає її.



# Цікаві факти про гарбуз



- ❖ Молдавани кажуть, що огірки, посолені у гарбузі, смачніші за огірки, посолені у дерев'яній діжці.



- ❖ Давні слов'яни вірили, що боги з настанням осені ховають сонце у гарбуз. Тому гарбуз восени стає таким яскраво-золотим, а сонце все рідше з'являється на небі.



- ❖ У Стародавньому Китаї новонароджених купали в купелі, зробленій з великого гарбуза. І в наш час китаїці вважають гарбуз потужним талісманом, який вбирає злу енергію. Його вішають над дверима як оберіг і роблять брязкальця з сухими бобами всередині.

- ❖ Гарбузові квіти можна їсти.



- ❖ В Африці гарбуз використовується в якості мотоциклетного шолома.



- ❖ Кашу можна зварити в самому гарбузі: для цього слід відрізати верхівку, вийняти насіння, вишкребти серединку, покласти усі необхідні інгредієнти, накрити зрізаною верхівкою і готувати в духовці.

- ❖ Гарбуз – герой безлічі рекордів. Приміром, у США був випечений найбільший пиріг з гарбуза – діаметром 152 см. Випікався цей гігантський пиріг понад 6 годин.



*Цей великий помаранчевий,  
налитий сонцем овоч –  
символ української осені.*



*Гарбуз впродовж тисячоліть служить людям і буде корисним нам завжди. Бо хіба можна відмовитися від скарбниці вітамінів, мінералів та мікроелементів, захованих у палаючій оболонці, в якій восени наче сховалось сонце?*



