OSTRUŽINÍK MALINOVÝ

Rubus idaeus

třída: vyšší dvouděložné; **řád:** růžotvaré; **čeleď:** růžovité; **rod:** ostružiník (maliník); **druh:** ostružiník malinový (maliník obecný); **lidové názvy:** malena, malene, malenka, malina, malina červená, malinčí, maliní, ostružiník maliník

POPIS:

Maliník je opadavý keř s jednoletými a dvouletými prýty, které vyrůstají jako kořenové výmladky. Prýty jsou první rok přímé, nevětvené, zelenavé nebo červenohnědě naběhlé, bez ostnů nebo s roztroušenými ostny. Dvouleté prýty jsou rozvětvené, v horní části ohnuté, s částečně se odlupující kůrou, postranní větvičky nesou květy a plody. Obvykle je 0,6 - 2 m vysoký.

Listy jsou lichozpeřené, 2 – 3jařmé, lístky vejčité, 4 – 10 cm dlouhé, 1 – 2x pilovité. Na líci jsou jemně chlupaté, slabě vrásčité, na rubu tence bělavé až šedavě plstnaté a koncový lístek často trojlaločný. Řapík je drobně ostnitý.

Květy jsou drobné, bílé, v koncových latách na postranních větévkách. Kvete v květnu a červnu, maliny dozrávají v červenci.

Souplodí peckoviček (maliny) jsou červená, vzácně světle žlutá, pýřitá, sladká a snadno se oddělují od bělavého květního lůžka.

ROZŠÍŘENÍ:

Maliník obecný je běžný keř rostoucí po celé Evropě až na sever Skandinávie, na Britských ostrovech, zasahuje i do hor jižních evropských poloostrovů (Pyrenejský, Apeninský, Balkánský) a na Krym, nejdále na jih na Sicílii. Vyskytuje se v tajze na východ přes Sibiř až téměř k Bajkalu. Na zbytku severní části severní polokoule včetně Severní Ameriky jsou rozšířeny velmi podobné a blízce příbuzné druhy.

V České republice je hojný na celém území, od nížin do subalpínského stupně, zvláště v mezofytiku. Nejčastěji roste v prořídlých lesích, na pasekách a okrajích lesů. Roste na různých geologických podložích, ale dává přednost humózním půdám s dostatečným obsahem dusíku.

VÝZNAM:

Maliny jsou pochoutkou pro různé druhy zvířat od plžů až po medvědy. Jsou také odedávna ceněnou potravinou i léčivem. Jedí se syrové, zpracovávají se na šťávy, kompoty, marmelády, likéry. Obsahují do 2 % organických kyselin, provitamin A, vitaminy komplexu B, vitamín C, pektiny, slizy, silice, alkoholy a další látky. Pro obsah vitaminu A jsou přírodním prostředkem proti očním obtížím a také přírodním prostředkem pro zdravou kůži a vlasy. V antice se využívala malinová šťáva při trávicích obtížích, dodnes se využívá ve farmaceutickém průmyslu. Také je to jedna z přísad při výrobě kofoly.

Mladé sušené listy jsou výbornou přísadou do bylinných čajů, působí močopudně, mírně svíravě, protizánětlivě a proti průjmům. Patří k několika málo bylinám, které nemají žádné vedlejší účinky a mohou se užívat prakticky každodenně. Obsahují třísloviny (až 10 % gallotaninů), organické kyseliny, flavony a minerální látky.