

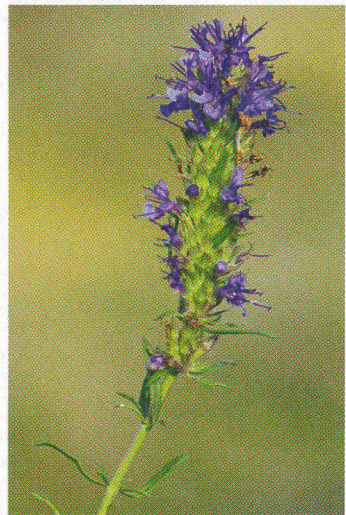
# Ožeppek

## Zdravilna modrina na jesenskih pobočjih



Besedilo in fotografije: dr. Jože Bovcon in mag. Blanka Ravnjak

Intenzivna modrina številnih cvetov ožepka je prava popestritev že suhih jesenskih kraških skalnatih in gruščnatih pobočij. Ožeppek je skorajda ena izmed zadnjih cvetočih rastlin pri nas v naravi in je prav zaradi tega pomembna jesenska čebelja paša, s katero si te zagotovijo še kako dragoceno zimsko zalogo hrane. Poleg tega je ožeppek tudi vsem prav dobro znano zelišče.



**O**žeppek (*Hyssopus officinalis* L.) je polgrmiček, ki ima bolj ali manj razvejane poganjke. Rastlina lahko zraste do pol metra, redko več. Ima črtalasto suličaste liste s celim robom. Socvetje je gosto ovršno, enostransko, zaradi česar je videti kot navidezni klas. Cvetovi so intenzivno temno modre barve, tu in tam rožnati, a zelo redko beli. Stebla rastline prav tako olesenijo. Listi ožepka imajo zelo močan vonj, ki nekoliko spominja na vonj konoplje. Zaradi tega ga živali večinoma ne objedajo.

### Rad ima toploto

Vrsta je avtohtona v južnih delih Evrope in zmerno toplih predelih Azije. V Sloveniji ožeppek raste izključno le na submediteranskem območju. Grmički ožepka so včasih usidrani v skalne stene, kjer apnenčasta podlaga rastlini čez noč daje vso potrebno toploto. Tako lahko cveti res dolgo, vse do prvih močnih slani. V osrednjem delu Slovenije pa ožeppek nekateri poznajo le kot vrtno rastlino. Kljub temu je pomembno, da mu na vrtu najdemo prostor kje v zavetju hiše oziroma na južni strani

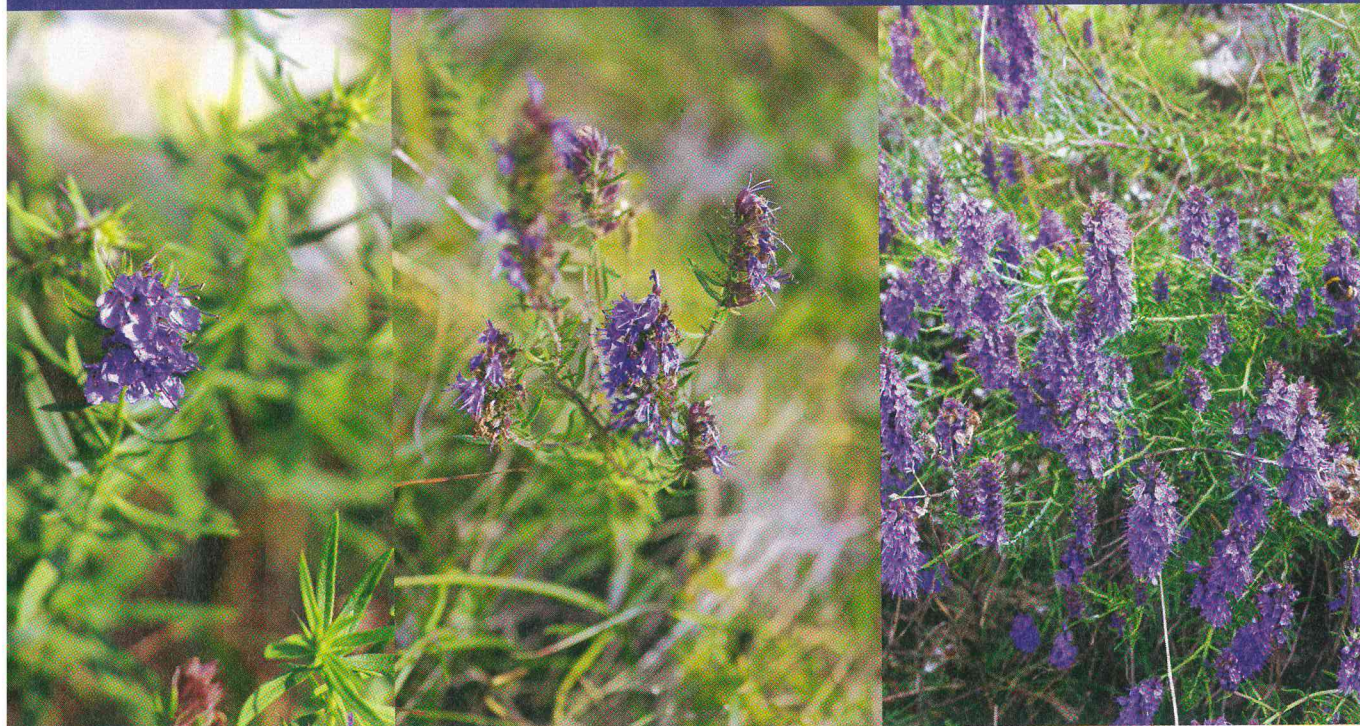
vrta, na dobro odcednih tleh. Tako lahko postane prav lepa strukturna rastlina na našem vrtu.

Če ga pustimo, da semeni, bomo že prihodnje leto lahko okrog matičnega grmička opazili številne kalice. Po odcvetu in semenjenju lahko razrasle grmičke temeljitej porežemo in iz olesenelih delov bodo začeli



Vabljeni v Botanični vrt Univerze v Ljubljani, ki je v avgustu odprt vsak dan od 7.00 do 19.00, v septembru do 20.00, rastlinjak pa od 10.00 do 19.00.

Več informacij na [www.botanicni-vrt.si](http://www.botanicni-vrt.si)



ganjati mladi listki in vejice. V južni Franciji ga v kulturi gojijo v različnih predvsem zaradi pridobivanja eteričnih olj.

#### 10 olje s široko uporabo

čeno, so ožepke že od nekdaj uporabljali kot zelišče. Predvsebujejo številna eterična olja, ki imajo antioksidativne, anti-inflamatorne in protimikotične učinke. Prav tako naj bi njegova eterična olja služila kot insekticid. Zaradi tolikšne količine pozitivnih učinkov eteričnih olj se uporablja tako v tradicionalni medicini kot v kozmetiki.

ilne namene naj bi ga uporabljali predvsem kot sedativ, diuretik in za znižanje telesne temperature pri boleznih, proti bronhitisu, prehladu in gripam. Izvleček, pridobljen iz ožepke, se uporablja kot dišava v milih, za aromatisiranje likerjev, omak, pudringov, bombonov ... Celo

eden izmed bolj znanih likerjev, Bénédictine, ima kot glavno sestavino prav ožepko. S cvetnimi vrškami lahko obogatimo okus solat in juh. V živilih ga dodajajo tudi kot sestavino, ki podaljša življenjsko dobo živali in prepreči kvarjenje.

#### Dober sloves se ga drži že od nekdaj

Ožepka je zaradi učinkovine posledično povezan tudi z mitologijo. Mojzes naj bi ga uporabljal kot zaščito za svoje ljudstvo pred slabimi stvarmi. Pri Grkih je bil znan kot sveto zelišče, ki so ga v templjih uporabljali za očiščenje pred gobavostjo. Ožepka se pojavlja tudi v Bibliji, saj naj bi gobo, namočeno v kis, ki so jo podali Jezusu na križu, natakneli na vejico ožepke.

Kakorkoli že, vsestransko uporabna ali hortikulturno zanimiva, na domačem vrtu in v naravi je lahko prav lep jesenski okras.

