

## ГРЕЧИХА

**История культуры.** Родиной гречихи считаются горные районы Восточной Азии. В Монголии, на юго-востоке Китая, в Сибири и Приморье встречается наибольшее число географических популяций вида татарской гречихи (*Fagopyrum tataricum* L.) с мелкими зеленоватыми цветками (специализированный сорняк в посевах культурной гречихи), и культурной (*F. esculentum* Moench.) с белыми и розовыми цветками. В Китае, Японии и в Корее данную культуру возделывают с древних времён. В европейскую часть бывшего СССР гречиху занесли татаро-монголы ещё в XIII в. В России гречиха широко распространяется с XV века и уже через сто лет, наряду с пшеницей, становится экспортной культурой. Считается, что на Руси чаще всего гречиху выращивали греческие монахи, именно поэтому она получила своё название. В Западную Европу гречиха заносилась с востока из России и с юга через Малую Азию арабами и крестоносцами.

Первым письменным подтверждением о том, что гречка выращивалась и употреблялась в пищу народом, проживающим на территории Древней Руси, считается упоминание об этой культуре в знаменитой летописи «Слово о полку Игореве». Данная рукопись датируется 1185 годом. Но также имеются подтверждения того, что гречиха выращивалась в этой местности на целую тысячу лет раньше. В ходе археологических раскопок, проведённых в местах поселения сарматов, были найдены сосуды с зёрнами гречки, возраст которых датируется I-II веками н. э. С развитием сельскохозяйственной жизни на Руси рос и спрос на гречневую крупу. Уже в XV веке её начали выращивать в больших масштабах.

**Значение гречихи.** Гречиха – одна из важнейших продовольственных культур. Крупа характеризуется высокими питательными и вкусовыми качествами. Содержание белка в крупе составляет в среднем 10%, но по питательности и усвояемости он значительно превосходит белок зерновых культур, приближаясь к белку животного происхождения, о чём свидетельствует содержание незаменимых аминокислот, таких как аргинин (12,7%), лизин (7,9%), цистин (1,0%). Кроме того, в её состав входят лимонная, малеиновая и щавелевая кислоты, которые способствуют лучшей переваримости пищи. Содержание углеводов, представленных в основном крахмалом, составляет 65-70%, содержание жира – 3%. Жир гречихи относится к невысыхающим маслам (йодное число меньше 85), поэтому гречневая крупа не прогоркает даже при длительном хранении, а содержание клетчатки понижается на 1,5-2,0%.

Плоды гречихи богаты витаминами B<sub>1</sub> (тиамин), B<sub>2</sub> (рибофлавин), PP (никотиновая кислота), P (рутин). Особый интерес с точки зрения медицины представляет рутин. На его основе изготавливают лекарства, применяемые для профилактики и лечения многих заболеваний. Рутин восстанавливает нарушенную деятельность сердечно-сосудистой системы, обладает общеукрепляющим свойством. Таким образом, гречиха является прекрасным

сырьем для фармацевтической промышленности. Наличие в плодах гречихи таких элементов, как фосфор, кальций, калий, железо, медь, цинк, йод, бор, кобальт, никель и других приумножает ее значение.

На корм животным можно использовать солому, мякину, отходы, получаемые от переработки гречихи на крупу и муку. Особенно ценным кормом является гречиха для птицеводства: увеличивается яйценоскость и улучшается качество мяса.

Гречиха является хорошим медоносным растением, нектаропродуктивность её посевов доходит до 100 кг/га. Велико и агротехническое значение культуры. Это один из лучших сидератов. Заделанные в почву 200 ц зеленой массы (средний показатель) эквивалентны в пересчете на минеральные удобрения 6 ц сульфата аммония, 2,8 ц суперфосфата и 5,5 ц калийной соли.

Кузбасская ГСХА  
<http://www.ksai.ru>  
[ksai@ksai.ru](mailto:ksai@ksai.ru)  
[https://vk.com/kuzgsha\\_official42](https://vk.com/kuzgsha_official42)

### Список литературы

1. Важов В.М. Гречиха на полях Алтая: монография / В.М. Важов, 2013. – 187 с.
2. История окультуривания гречихи. Режим доступа: [https://fermer.blog/bok/zlaki/grechka/15392-rodina\\_grechki.html?ysclid=13du390ny6](https://fermer.blog/bok/zlaki/grechka/15392-rodina_grechki.html?ysclid=13du390ny6) (Дата обращения 20.05.2022).
3. Технология и машины для посева и уборки гречихи / М.Е. Николаев, В.Р. Петровец. – Горки: БГСХА, 2012. – 74 с.