**Огуречная трава**

С.А. Курганская

Огуречная трава, бораго, бурачник лекарственный (Borago officinalis) – однолетнее растение из семейства бурачниковых. Это растение замечательно тем, что его листья пахнут свежим огурцом. Огуречную траву давно выращивают как овощ, используется она в медицине и в кулинарии, ценится как прекрасный медонос.

Высота растения – 40–80 см. Стебли огуречной травы прямые, толстые, сочные, ветвистые. Листья морщинистые, по краю волнистые, нижние – яйцевидно-продолговатые, суженные в черешок, верхние – продолговатые или продолговато-ланцетные, сидячие. Все растение (стебли, листья, чашелистики, цветоножки) опушено волосками.

Красивые цветки, поникающие на длинных цветоножках, собраны в соцветия-завитки. Венчик ярко-голубой, до 2 см в диаметре, пятираздельный, колосовидный или широко-колокольчатый. Тычинки с темно-фиолетовыми пыльниками. Как у многих бурачниковых с синими цветками (например, у медуницы и незабудки), венчики еще не опыленных цветков розовые или сиреневые, и только после опыления становятся ярко-голубыми. Плод бораго распадается на 4 орешка. Эти продолговатые орешки (семена) имеют 4–7 мм в длину.

Русские названия растения – буравчик, бурача, огуречник, огуречные душки, огуречный дух, огуречница.

Родина огуречной травы – Малая Азия, но выращивают ее во многих странах. Она легко расселяется самосевом, часто растет как сорное и одичавшее растение. В России бурачник лекарственный изредка разводят на огородах, его можно также встретить на пустырях, на свалках, около жилья.

Полагают, что еще в раннем Средневековье растение это было завезено арабами в Южную Испанию и введено там в культуру. Из Испании огуречная трава распространилась по другим странам Европы, а потом попала и в Северную Америку. В средневековой Европе огуречную траву называли «радость сердца», «веселье», «сердечный цветок». Считалось, что легко становилось на сердце, исчезают заботы, поднимается настроение. Свежие цветки клали в стаканы с вином и холодными напитками, употребляли их в засахаренном виде, использовали для украшения разнообразных блюд.

В настоящее время в некоторых странах огуречная трава включена в фармакопеи, но в нашей стране она используется только в народной медицине. В надземной части растения содержится до 30% слизистых веществ, витамины, дубильные вещества, органические кислоты сапонины, следы эфирного масла. Основное действие настоев травы – потогонное и диуретическое, употребляется она также как обволакивающее, противовоспалительное и легкое слабительное средство. В народной медицине применяют настой травы при слабой сердечной деятельности и неврозе сердца, различных нервных заболеваниях, ревматических болях, мышечном ревматизме, воспалении почек, болезнях с лихорадочным состоянием и при кожных заболеваниях. Для медицинских целей собирают надземную часть бораго в начале цветения и сушат в тени, расстилая тонким слоем. Листья и стебли после высушивания сохраняют естественный цвет, а цветки слегка бледнеют.

Сухая трава бурачника лекарственного в кулинарии не используется, но свежие молодые листья находят здесь разнообразное применение. Для кулинарных целей собирают листья с молодых растений до появления цветочных побегов. Самые нежные и сочные – крупные семядольные листья и несколько первых листьев. Перед употреблением листья рекомендуется растереть или очень мелко нарезать. Из листьев можно готовить салаты, можно добавлять их в салаты из других овощей и в различные соусы, а можно приготовить пюре, как из шпината. В некоторых европейских странах огуречную траву используют в мелко нарезанном виде с луком или другими травами для приготовления зеленого масла, добавляют к сырам и сметане. Бораго придает пикантный вкус рубленому мясу и фаршу, рыбе, жареной на растительном масле. Многим огуречная трава нравится в майонезах, супах и соусах – в особенности в горчичном, томатном и сметанном, а также с савойской, белокочанной и краснокочанной капустой. (по А. Шедо. Пряности. – Братислава. 1985 г.)

Огуречная трава входит в рецептуру освежающих напитков, которым придает огуречный привкус.

Borago officinalis

Огуречную траву можно выращивать и как медоносное растение. В некоторых странах ее специально высаживают на больших площадях. Медопродуктивность бурачника лекарственного – до 200 кг с 1 га. Ценность огуречной травы как медоносного растения заключается еще и в том, что цветет она во второй половине лета, когда основные медоносы уже отцветают, поэтому ее целесообразно высевать вокруг пасек для обеспечения сбора меда в конце лета.

Огуречная трава легко растет в культуре в условиях средней полосы. Лучше всего для нее подходят легкие плодородные, не слишком сухие почвы с небольшим содержанием извести. Для получения нежной зелени ее надо выращивать в слегка затененном месте. В сухую и жаркую погоду листья становятся более грубыми, и тогда необходим полив. Огуречная трава – растение холодостойкое, практически не повреждается вредителями и болезнями.

Размножают бурачник лекарственный семенами, которые можно высевать в открытый грунт в конце апреля или в начале мая, или же осенью под снег. Семена сохраняют всхожесть 2–3 года. Перед посевом их можно замачивать. Норма высева семян – 2 г на 1 м2. Глубина заделки – 1–1,5 см. Высевают семена рядами, при расстоянии между ними 25–30 см. Чтобы всходы не прореживать, расстояние между семенами нужно оставлять 8–10 см. Всходы появляются через одну-две недели, иногда немного позже. Через месяц после появления всходов молодые листья уже готовы к употреблению как овощ. Зацветает огуречная трава в июле и цветет до сентября. Семена созревают неравномерно и при созревании легко осыпаются. Растение хорошо размножается самосевом.

Огуречную траву можно выращивать и просто как декоративное растение для украшения садового участка. Есть любители, которые выращивают это растение зимой в комнатах на подоконнике.