

ירבוז מבריק *Amaranthus blitum* L צמח נפוץ בגינות ובשטחים מושקים (ספטמבר 2020)

ערגה אלוני

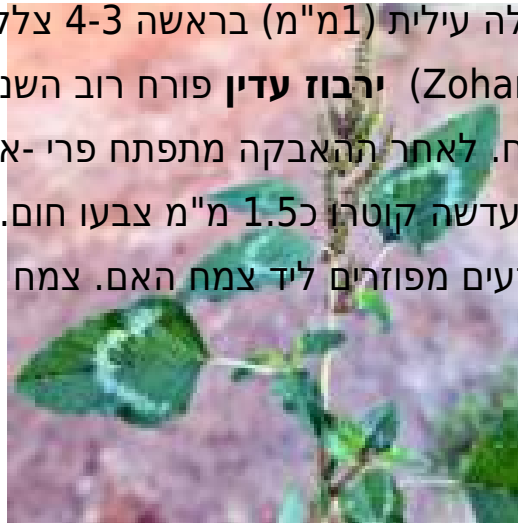
ירבוז מבריק *Amaranthus blitum* המשתייך למשפחת הירבוזיים, הוא צמח עשבוני ח"ש קוסמופוליטי נפוץ ביותר.

לצמח בקרקע שורש מעמיק. הגבעולים ירוקים קרחים, זקופים, המגיעים לגובה של 60-80 ס"מ. העלים פשוטים מעוינים, מחודדים בראשם. שפתם חלקה, אורכם 3-6 ס"מ, רוחבם 2-4 ס"מ. מאופיינים בכך שעל הרקע הירוק של העלה מצוי עיטור כסוף דמוי האות V, החלק המחודד בעיטור פונה אל קצה העלה. העלים מסורגים על הגבעול בעלי פטוטר ארוכה, גונה חום ירוק אורכה כ-5 ס"מ.



מימין: צמח ירבוז עדין בשדה. משמאל: ענף, עלים ותפרחת. צילום ערנה אלוני ©

הפרחים חד מיניים, מסודרים בצפיפות בתפרחות שהיא שיבולת (פינברון-דותן. דנין. 1991). כמה שיבולים קצרים מתפצלים מציר השיבולת הראשית וקצרים ממנה. גם בחיקי העלים הקרובים לשיבולת הראשית מצויות תפרחות קצרות. פרחי הזוויג הזכרי מפוזרים בין פרחי הזוויג הנקבי. להם 2-3 חפיות, ו- 3-4 אבקנים שמספרם כמספר עלי העטיף. עלי העטיף קצרים ירוקים לבנים. פרחי הזוויג הנקבי רבים, יושבים בצפיפות, החפיות קצרות עלי עטיף באורך השחלה עוטפים אותה. השחלה עילית (1 מ"מ) בראשה 3-4 צלקות חוטיות מפורדות, ללא עמוד עלי (Zohary, 1966) **ירבוז עדין** פורח רוב השנה (למעט בחורף), מאפריל עד נובמבר. הוא מואבק רוח. לאחר ההאבקה מתפתח פרי -אגוזית מגובששת (1.5 מ"מ) שאינו נפתח. הזרע דמוי עדשה קוטר 1.5 מ"מ צבעו חום. הזרעים מתפזרים ע"י תנועת עמוד התפרחת ברוח הזרעים מפוזרים ליד צמח האם. צמח אחד מייצר יותר מ-2,000 זרעים.





מימין: מושית השבע על תפרחת ירבוז מבריק מחפשת מזון. משמאל פרחים נקביים וזכריים נישאים על גבעולי התפרחת. צילום ערגה אלוני ©



מימין: פרח הזוויג הזכרי בפריחה מתחתיו פרח נקבי. משמאל: זרעים וקליפות. צילום ערגה אלוני ©

ירבוז מבריק הוא צמח פולש שמקורו כנראה מרכז ודרום אמריקה. הוא גדל בארץ באזורים מופרעים, בשטחים מעובדים, בגינות, בצדי דרכים, ובגדות מקווי מים. הוא מעדיף קרקעות קלות מועשרות בחומר אורגני, מנוקזות ולחות בבתי-גידול מלווי-אדם, חשופים ושטופי שמש. גדל בקרקעות חוליות, וכן בקרקעות כבדות עשירות בחרסית ב- pH חומצי, ניטרלי ובקרקעות אלקליות. נפוץ ברוב אזורי הארץ בשדות מושקים ובמקומות מופרעים ולחים, שורד בתנאי יובש ובצל. מצוי באזור מישור החוף, מהצפון דרומה. בחרמון ובגולן, בגליל עליון ותחתון, בעמק יזרעאל, בעמק בית שאן, בעמק כנרת ובעמק החולה, בגלבע, כרמל, הרי שומרון ויהודה, מדבר שומרון ומדבר יהודה; ערבות הירדן בקעת ים- המלח והערבה.

גדל בכל האזורים הטרופיים והסובטרופיים בעולם, וחוץ לאזורים הממוזגים. הוא אחד ממיני ה**ירבוז** הנפוצים ביותר (Flora of Pakistan), ומזכר כאחד מגידולי הצמחים האכילים העתיקים ביותר בעולם החדש. העלים (כמו גם הגבעולים והתפרחות) נאכלים טריים או מבושלים בדומה לתרד. הטעם עדין ותכולת החומרים בהם היא: חלבון 34.2 גר', 5.3 גר' מבושלים בדומה לתרד. הטעם עדין ותכולת החומרים בהם היא: חלבון 34.2 גר', 5.3 גר'

שומן, 44.1 גר' פחמימה, סיבים 6.6 גר', 2243 מג' סידן, 500 מג' זרחן, 27 מג' ברזל, 336 מג' נתרן, 2910 מג' אשלגן, ויטמין-A 50 מג', 0.07 מג' תיאמין, 2.43 מג' ריבופלבין, ניאצין 11.8 מג' ו-790 מג' חומצה אסקורבית. 100 גרם עלים מכילים 283 קלוריות. חלקי הצמח נאכלים בלא מעט אזורים בעולם כמו: צפון מזרח הודו ובדרומה, בבנגלדש, במערב אפריקה באיים המלדיביים ובאוסטרליה (University of Guam).

גם הזרעים נאספים ונאכלים למרות שגודלם הוא כ-1 מ"מ, אך הם קלים לאיסוף ומזינים מאוד. הזרעים נאכלים מורתחים במים כמו דייסה והם קשים למעיכה. מכילים 14 - 16% חלבון ו-4.7 - 7% שומן וחומצת אמינו לדוגמה: ליזין. ליזין היא חומצת אמינו המשמשת ליצור קרניטין - שהוא חומר המשמש בגוף להמרת חומצת שומן לאנרגיה, מסייע בספיגת סידן, בהוצרות קולגן ובטיפול בזיהומים ויראליים. **ירבוז עדין** משמש גם כחומר מרפא: באינדונזיה חליטת הצמח היא תרופה נגד התכווצויות מעיים, שלשול ודיזנטריה, וכחומר לקירור הגוף בעת מחלה עם חום. במלזיה - המשרה נוגד דלקות וחום. בטיוואן, החומר מעורב בתערובות עם צמחי מרפא אחרים, כנגד בצהבת, ברוניטיס, אסתמה ובתחלואי ריאות. בהודו משתמשים בצמח כנגד דיזנטריה, הפלה, טיפול בהכשות נחש, ובפצעים.

למרות השימוש בצמח למזון ולמרפא, התפשטותו והנזק בעקבות זאת הוא רב. בבנגלדש הצמח נחשב לאחד העשבים המזיקים ביותר שעלול לגרום לירידה משמעותית של כ-80% ביבול אורז, ומומלץ לנקש את השדות הטרם שתילה. (Plant For A Future)

ספרות:

זהרי מ 1978 כל עולם הצמחים מהדורה 3. עם עובד.

פינברון-דותן נ ודנין א 1991 המגדיר לצמחי-בר בארץ-ישראל. כנה. ירושלים.

Flora of Pakistan: www.floras.org

Plant For A Future: <http://www.publish.plantnet-project.org>

University of Guam College of Nature and applies Sciences:
<https://cnas-re.uog.edu>

Zohary M 1966 Flora Palaestina. The Israel Academy of Sciences and humanities Jerusalem Vol. 1 p 180.

=====

כל הזכויות שמורות ל"כלנית" ©

ציטוט: אלוני ע 2020 ירבוז מבריק. *Amaranthus blitum* L. צמח נפוץ בגינות ובשטחים

מושקים (ספטמבר 2020). פורחי החודש, כתב-עת "כלנית" מספר 7.

<https://www.kalanit.org.il/amaranthus-blitum L.-9-2020>