חודש אִיָר – עולש מצוי Cichorium endivia

כתב: שיר ורד shir20@gmail.com

עולש מצוי *Cichorium endivia* הינו צמח בין-שנתי (לרוב חד- שנתי אך לעיתים רבות דו-שנתי) ממשפחת המורכבים הגדל ברוב חלקי הארץ.
בסוג **עולש** ישנם כ 10 מיני בר, רק אחד מהם, ה**עולש המצוי** גדל בר בארץ. ממיני הבר של העולש תורבתו מספר זנים למטרות שונות – עלים לאכילה כמו חסה, להפקת תחליף קפה משורשי העולש ומזרעיו וכן ניצנים לאכילה.





עולש מצוי. מימין: עלים בתחילת האביב – מתקשים ונהיים מרירים. משמאל: פרח יוצא מראש הגבעול שייהפך בהמשך למפרק צילם: שיר ורד ©

בתחילת החורף מוציא העולש שושנת עלים תמימים, משוננים או מחולקים לאונות. באביב הוא מתחיל לפרוח ומוציא גבעולי פריחה. גבעולי הפריחה קשיחים ומתפצלים בזויות משונות ולקראת הקיץ רבים מן הצמחים מסועפים מאוד. לאורך הגבעולים אין בדרך כלל עלים ופרחים, אלא אך ורק בראשי הגבעולים שהופכים בהמשך למפרקים ובהם יפרחו מספר קרקפות לרוב בזו אחר זו.





עולש מצוי. בתמונה מימין – בצד שמאל פרח בראש הגבעול, מימין קרקפות פריחה במפרק קיים. בתמונה משמאל – עלים קצרים וקוצניים במפרקי הפריחה

צילם: שיר ורד ©

העולש נמנה על תת-משפחת הלשוניים של משפחת המורכבים, רוב פרחיו לשוניים וראשם מחולק ל 4 עד 5 אונות קצרות, אך במרכז הקרקפת ישנה קבוצה של פרחים צינוריים. צבע פרחי העולש הוא תכלת, צבע נדיר יחסית בצומח של ארץ ישראל.תקופת הפריחה העיקרית של העולש היא בחודשים מרץ עד יולי, כאשר שיא הפריחה חל בחודש אייר (אפריל-מאי), והיוצא לטייל בבקרים של חודש זה נתקל במרבדים של פרחי עולש הבולטים על רקע הצמחיה המצהיבה שמסביב. פרחי העולש נפתחים מוקדם בבוקר ונסגרים לפני הצהריים, ויפתחו שוב למחרת בבוקר. בפרטים דו-שנתיים ניתן לראות טפטופי פריחה בכל חודשי השנה. העלים המלווים את קרקפות הפריחה קצרים וקוצניים. זרעי העולש חומים, דמויי פירמידה הפוכה ובעלי ציצית מוצים קטנה.





עולש מצוי. מימין – צמח סבוך וירוק פורח בשיא הקיץ באתר מושקה. במרכז – פרחים לשוניים המחולקים בראשם לאונות קצרות ופרחים צינוריים במרכז הקרקפת. משמאל – פרט בין-שנתי בשיא הקיץ, העלים כמשו, אך הצמח ממשיך לטפטף פריחה לחצו על התמונות להגדלה. צילם: שיר ורד ©

העולש מוזכר כבר במשנה במספר הקשרים ובייחוד כאחד מהמינים המתאימים לשמש כמרור בליל הסדר. עלי העולש בתחילת החורף הם רכים וטעימים ובתקופה זו ניתן לראות את כפריי הארץ אוספים אותם למאכל ולמסחר, אך לקראת פסח העלים מתקשים ונהיים מרירים.
ראוי לציין שלעולש מעמד מיוחד בעניין טומאת אוכלין: ככלל, צמחי מאכל עשויים להיטמא טומאת אוכלין אם נרטבו ברצון לאחר קטיפתם ולאחר מכן נגע בהם אדם או בעל חיים טמא, ואילו צמחי בר לא מקבלים טומאה. עולש הבר (כנראה העולש המצוי שלנו) איננו מטמא טומאת אוכלין בדרך כלל, אך כן מטמא טומאת אוכלין בשנת השמיטה כאשר לא מגדלים גידולים חקלאיים ואוכלים גם צמחי בר הראויים למאכל.
לכל חלקי הצמח יש שימוש תרבותי – העלים הצעירים נאכלים, מהשורשים מפיקים את הציקוריה המשמשת כתחליף קפה, וגם מהזרעים ניתן להפיק קפה טעים, הפרחים משמשים ברפואה העממית כתרופה לדלקות עיניים. חלקים שונים של הצמח משמשים ברפואה העממית לריפוי מחלות רבות והרמב"ם אף מזכיר את העולש כתרופה הטובה ביותר למחלות כבד.

==========

כל הזכויות שמורות ל"כלנית" ©
ציטוט: ורד ש 2015 חודש אִיָר – עולש מצוי Cichorium endivia, צמח החודש העברי, כתב-עת "כלנית" מספר 2.
https://www.kalanit.org.il/חודש-אִיָר-עולש-מצוי