



Mochyně - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 24.11.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 4556



Mochyně

Mochyně židovská neboli židovská třešeň a mochyně peruánská (latinsky *physalis alkekengi*) léčí revma, dnu, detoxikuje, posiluje organismus. Mochyně židovská je asi půl metru vysoká trvalka s plazivým oddenkem, ze kterého vyrůstá přímá lodyha se zaoblenými hranami. Listy jsou široce vejčité, celokrajné. Květ na dlouhém řapíku je bílý, složený z pěti srostlých okvětních lístků.

Účinky rostliny:

- detoxikace, čistí krev
- zlepšuje metabolismus
- dna
- revma, revmatoidní artritida, revmatismus
- nemoci ledvin
- nemoci močového systému
- prevence močových kaménků a močového písku
- posílení organismu

Květ se po odkvětu změní v oranžový kalich, uvnitř kterého je červenooranžová bobule, velká asi 1 cm. [Rostlina](#) kvete začátkem léta, bobule dozrávají na podzim. Mochyně peruánská je velmi podobná, jen o něco robustnější.

Používané části:

Sbírají se zcela zralé bobule.

Léčivé vlastnosti:

Červenooranžové "třešničky" se užívají zejména k **detoxikaci** organismu, vylučování škodlivých solí a kyselin z organismu, zlepšení látkové výměny

(metabolismu) a podobně. Jinými slovy bylinka léčí **dnu**, **revma (revmatoidní artritidu)**, **ledvinové potíže**, **nemoci močového ústrojí**, **slouží jako prevence proti močovým kamenům**. Bobule obsahuje též velké množství vitamínu C, takže se uplatňuje i při **posílení organismu** a **rekonvalescenci**. Odvar z celé natě slouží jako základ na koupele proti **revmatickým bolestem**.

Způsob použití:

Jednoznačně nejlepší a nejchutnější je **pojídání zralých, čerstvých bobulí**. Denní dávka se pohybuje kolem 10 bobulek denně. Sušené bobule se připravují jako odvar. Jednotlivá dávka je asi 10 sušených bobulí na 0,25 l vody. Bobule se před vařením nadrtí nebo nakrájí a vaří se 3-5 minut. Sušené bobule můžeme přidávat **do čajů antirevmatických, ledvinových či na pročištění krve**.

Kontraindikace:

Uvádí se, že celá rostlina (krom "třešniček") je mírně jedovatá. Třešničky se však nesmějí jíst nezralé. V malých dávkách nehrozí žádné nebezpečí ani vedlejší účinky. Zralé třešničky chutnají i malým dětem. Buďjak buď, víc jak 15 čerstvých bobulí denně není vhodné konzumovat.

Použití v kuchyni:

"Třešničky" i v. lucerničce" se dávají v lepších restauracích jako exotická ozdoba k masitým rožněným jídlům. Dále se používají ke zdobení moučníků, zákusků a alkoholických drinků. Je to krásné na pohled, a navíc zralé bobule mochně peruánské jsou skutečnou pochoutkou.

Rozšíření a výskyt:

Mochyně rostou v mnoha částech světa. U nás se setkáme jak s volně rostoucími mochněmi židovskými, tak v zahradách s mochněmi peruánskými, japonskými či mexickými. Mochyně židovská roste hojně jako plevel na vinohradech, kolem zahrad, na rumištích, podél zdí a v křovinách.

Sběr:

Sbírají se plně dozralé bobule, které se vylupují z měchýřků. Doba sběru je od konce prázdnin do listopadu.

Možnost záměny:

Mochyni s již zralým plodem nelze zaměnit s žádnou jinou rostlinou. Různé druhy mochní jsou z bylinářského hlediska zaměnitelné.

Pěstování:

V zahradnictvích běžně koupíme semena mochně peruánské. Vyséváme přímo do půdy. Mají rády teplé stanoviště, na půdu jsou nenáročné. Mladé rostliny je nutno dobře chránit před plevelem. Pozor, mochni peruánskou pěstujeme pouze tam, kde je skutečně teplo, jinak nám nedozraje. I když je mochně peruánská trvalka, v chladnějších oblastech během zimy uhynie.

Obsahové látky:

Třísloviny, sacharidy, organické kyseliny, minerální látky, karotenoidy, vitamin C a další.