**PITOMI KESTEN**

**plod koji bi se trebao svakodnevno naći na vašem stolu**

 **Pitomi kesten** je jednodomna biljka vrlo visokog i razgranatog stabla. Raste na kiselim staništima zajedno s bujadi. Listovi su produženo ovalni, na rubovima nazubljeni. Prašnički su cvetovi bele dugačke rese. Ispod tučkovih cvetova razvijaju se bodljikave šišarice (tobolac) sa dva do tri tamnosmeđa ploda.
  Kesten počinje cvetati u junu. Cvetanje pojedinog stabla traje oko 10 dana, ali kako sva stabla ne procvetaju odjednom, produži se do 20 dana.

 Prvih dana kesten slabo medi, daje samo pelud. Ako je vreme toplo, sa dosta vlage u zraku, zna dobro da zamedi i napuni košnice medom. Ipak, od ukupnog unosa oko polovine je med, a plovina pelud. Na kestenu pčele zatrpaju košnicu peludom kao ni na jednoj drugoj paši toliko da privremeno spreče maticu nesenju.
  Dnevni prinosi mogu se kretati najvise do 5kg. Najveci ukupni prinos moze biti do 30kg, a od toga je 10-15kg meda za vrcanje.

 Kesten je vrlo osetljiv na magle i pjuskove, a kako ima plitak cvet, suvo vreme isuši nektar.
 Med je svetložut, vrlo jakog i oštrog mirisa po samoj biljci i slatkog je trpko-gorkog ukusa. Tvrdi se da pomaze protiv bolesti jetre i čira na želucu.

**Kestenovina kao voćka i kao hrana**

Pitomi kesten počinje rano da plodonosi – obično oko 5-6 godina, ako je pojedinačno stablo, ili 8-9 godina ako je u šumskom sklopu. Hemijska analiza potpuno dehidrisanih plodova, dala je sledeće rezultate: šećernih materija 83%, masnih materija 2.7%, azotnih materija 6.4%, nešećernih materija 5.5%, pepela 2.4%. Od plodova pitomog kestena u neki zemljama Sredozemlja dobija se brašno, od kojeg se izrađuje hleb. Sem toga, plodovi pitomog kestena sadrže i vitamine, kao vitamin B, antiskrobičnog vitamina C ima u istoj srazmeri kao i kod limuna. U lišću kestena ima vitamina K.

U Hilandarskom medicinskom kodeksu br.517 o zaraznim bolestima, koji potiče iz 15. veka i koji se smatra kao prvo medicinsko delo kod Srba, preporučuje se da rekonvalescenti posle preležanih zaraznih bolesti uzimaju radi jačanja hranu od plodova kestena sa limunom ili pomorandžom.

Brašno od kestena, zbog svoje lake probavljivosti, pogodno je u ishrani iscrpljenih, starih osoba i dece. Hleb napravljen od kestenovog brašna ugodnog je mirisa, slatkog ukusa i ostaje dugo svež. Kestenovo brašno koristi se samo ili pomešano s brašnom od žitarica, za pravljenje hleba i peciva.

Kesten ne sadrži gluten, zbog čega je stekao popularnost u bezglutenskoj ishrani koja ima sve više sledbenika.

Mana mu je što nije lako svarljiv, pa se ne preporučuje licima sa slabim organima za varenje.

Pored korišćenja za ishranu ljudi, plodovi pitomog kestena se koriste i za ishranu i tov domaćih životinja.

**Kesten kao medonosna biljka**

Pitomi kesten je značajna biljka za razvoj pčelarstva. Pčelari ga cene kao visokoproduktivnu medonosnu biljku, jer ima obilan polen i mnogo nektarija.

 **Kesten kao lekovita biljka**

Drvo, kora i ježica kestena imaju visok procenat tanina, te služe kao adstringens. U listu kestena ima tanina, pektina, pa služe kao anticatarrhale. U listu kestena ima veoma mnogo i vitamina K, koji služi za zaustavljanje krvarenja. Odvar lišća kestena je odlično sredstvo protiv katara pluća i bronhijalne astme. Ekstrakt iz kestenove kore za zaustavljanje proliva. Ulje iz kestenovih plodova ima raznovrsnu primenu u medicini za stomačna oboljenja.

Do sada se znalo da je pitomi kesten vrlo delotvoran u lečenju upaljenih vena, a s obzirom na to da u sebi sadrži malo [natrijuma](http://www.stetoskop.info/N-3708-s5-content.htm), preporučuje se u ishrani [bubrežnih](http://www.stetoskop.info/Faktori-rizika-Kako-da-bubrezi-bolje-rade-1543-s7-content.htm) i kardiovaskularnih obolenja.

**Kesten kao dekorativno i parkovno drvo**

Pitomi kesten je veoma dekorativna vrsta drveća, naročito ako se nalazi kao pojedinačno stablo i u retkom sklopu, jer samo tada ima veliku i široku krunu sa robustnim granama. U parkovnim zasadima kesten je vrlo pogodan zbog svog lepog habitusa.

**Krupni plodovi Marona**

**Domaći kesten (*Castanea Sativa*) je bio dosta raširen, ali zbog širenja bolesti pod nazivom kestenov rak (*Endothia Parasitica*), uništeno je dosta stabala. Stučnjaci na tom području su istraživačkim radom uzgajili sorte kestena koje su otporne na tu bolest.** Zbog tih nedostataka, stučnjaci su uzgajili evropsko – japanske sorte ukrštanjem sorte *Castanea Sativa* sa sortom *Castanea Crenata*. Navedene sorte marona odlikuje otpornost na kestenov rak, bujnost u odnosu na japanske sorte, brza i obilna rodnost, te velika debljina plodova. Neke sorte marona dozrevaju nešto pre evropskih sorti, stoga na tržištu plodovi dosižu dvostruku cenu u odnosu na sitniji domaći kesten.

**Oblikovanje krošnje i sakupljanje plodova**

  Važno je da imamo posađene razne sorte kestena radi međusobnog oprašivanja. Kesten uzgajamo u piramidnu ili kotlastu krošnju. Orezivanje je ograničeno na najnužnije zahvate, a obuhvata čišćenje krošnje i usmeravanje grana. Sve rane nastale orezivanjem obavezno premažemo kalem voskom . U septembru, kada plodovi zru, možemo ih lako otresti, ili ih puštamo da sami popadaju s drveta. Zrenje kestena zavisi od položaja drveta, vremenskih uslova ili područja. Ljuštenje plodova iz ježinca koji su pali na tlo, pospešujemo tako da ježince pograbuljamo na hrpu i tako ih ostavimo nekoliko dana. Plodovi nakon nekoliko dana dodatnog zrenja sami ispadaju iz ježinaca i tada su i ukusniji