



30.1. Μπάμιες – Γενικές Πληροφορίες

30.1.1. Εισαγωγή

Οι μπάμιες είναι αγγειόσπερμα, ποώδη, φυτά που ανήκουν στο γένος *Ιβίσκος* (*Hibiscus*) και στην οικογένεια των Μαλαχοειδών (*Malvaceae*). Η επίσημη ονομασία του είδους είναι *Hibiscus esculentus* (*Ιβίσκος ο εδώδιμος*).

Η καταγωγή τους είναι από την Αφρική και σήμερα καλλιεργούνται σε όλες τις τροπικές και εύκρατες περιοχές για τον ομώνυμο καρπό τους. Υπάρχουν δύο τύποι καλλιέργειας των φυτών της μπάμιας, η ποτιστική και η ξερική. Οι ξερικές μπάμιες, που χρειάζονται ελάχιστο πότισμα, είναι οι πιο νόστιμες. Οι μπάμιες δεν αντέχουν το ψύχος και ευδοκιμούν σε καλοδουλεμένα δροσερά εδάφη.

Ο πολλαπλασιασμός τους γίνεται με σπορά που στην Ελλάδα ξεκινά στα μέσα Μαρτίου με αρχές Απριλίου. Η συγκομιδή γίνεται δυο μήνες αργότερα και συνεχίζεται μέχρι και το μήνα Αύγουστο. Κατά το μάζεμα οι εργάτες που συλλέγουν τις μπάμιες πρέπει να φορούν οπωσδήποτε προστατευτικά γάντια και ενδύματα που να καλύπτουν τα άκρα τους, γιατί προκαλείται από το φυτό έντονος κνησμός (φαγούρα) και ερεθισμός, ίδιος με αυτόν της τσουκνίδας.

Κατά τη διάρκεια της συγκομιδής πρέπει να ακολουθούνται οι πιο κάτω δείκτες.

30.1.2. Δείκτες Ωριμότητας

Ο προσδιορισμός του κατάλληλου χρόνου συγκομιδής, καθορίζεται με κριτήριο το χρώμα του καρπού που πρέπει να είναι φωτεινό πράσινο, οι δε σπόροι να είναι μικροί και η σποροθήκη σαρκώδης.

Η συγκομιδή γίνεται 3 έως 7 ημέρες μετά την ανθοφορία.

Άλλος δείκτης ο οποίος δεν είναι και τόσο ακριβής, γιατί επηρεάζεται από περιβαλλοντικούς και κλιματολογικούς παράγοντες, είναι ο χρόνος που μεσολαβεί από τη φύτευση μέχρι την ωρίμανση και προσδιορίζεται από 55 έως 60 ημέρες.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ. Οι μπάμιες συγκομίζονται δύο ή τρεις φορές την εβδομάδα, όταν οι λοβοί αποκτήσουν μήκος από 3,5 έως 6 εκατοστά περίπου.



30.1.3. Ποιοτικοί Δείκτες

Οι ποιοτικοί δείκτες προσδιορίζονται από τα πάρα κάτω:

- 1) Οι λοβοί πρέπει να είναι καλοσχηματισμένοι, ευθείς, να έχουν φρέσκια όψη και να μην παρουσιάζουν σημάδια αφυδάτωσης.
- 2) Οι λοβοί πρέπει να έχουν το χαρακτηριστικό χρώμα της ποικιλίας (γενικά φωτεινό πράσινο).
- 3) Οι μπάμιες θα πρέπει να είναι μαλακές και όχι ινώδης.
- 4) Οι μπάμιες θα πρέπει να είναι απαλλαγμένες από ελαττώματα, όπως σπασμένοι λοβοί, ζημίες από έντομα, και μηχανικές βλάβες.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Οι μαλακές μπάμιες καταστρέφονται εύκολα κατά τη διάρκεια της συγκομιδής, ειδικά στις ράχες τους και αυτό τις οδηγεί σε καφέ και μαύρο αποχρωματισμό.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Οι απώλειες στην ποιότητα που συμβαίνουν κατά την εμπορική διάθεσή τους, συχνά σχετίζεται με μηχανικές βλάβες, απώλεια νερού, τραυματισμό από ψύξη και φθορά.

***Τα παραπάνω κείμενα αποτελούν αποσπάσματα από το βιβλίο μας «Λαχανικά: Μακροχρόνια Συντήρηση, τα μυστικά».**