



# Oves setý

## *Avena sativa* L.

OBILNINA

TŘÍDA: jednoděložné ČELEĎ: lipnicovité ROD: oves

Oves se pěstoval mnohem dříve, než se o něm začalo zpívat v lidových písních. Rozšířil se k nám, stejně jako pšenice a řada dalších obilnin, z oblasti Úrodného půlměsíce (dnes území Palestiny, Sýrie, Turecka, Íránu a Íráku). S oblibou ho pěstovali staří Slované, své místo našel také v severských zemích, neboť velice dobře snáší chladnější a vlhčí léto. Krmili se jím zejména koně (obrok) a ovesná sláma se používala jako podestýlka. Po roce 1945, kdy koní začalo rychle ubývat, ubylo i ovsa.

I nadále se ale objevuje v tradičních receptech. Ovesné vločky smíchané s mlékem a cukrem slouží k přípravě ovesné kaše zvané porridge, oblíbeného jídla Skotů, Irů a Angličanů. Oves najdete ve většině snídaňových müsli, v anglosaských zemích se z něj tradičně vyrábí některé druhy piva, v Rusku kvas. Je snadno stravitelný, snižuje hladinu cholesterolu v krvi a na místo lepku obsahuje bílkovinu avenin, takže ho mohou většinou konzumovat i lidé s lepkovou intolerancí.





Kultura ovsa, Posázaví. Foto: J. Vítek, 1939. Sbíрка Národní zemědělské muzeum.



Kresba ovsa. Reprodukce z:  
P. O. Mathioli, Herbář aneb Bylinář,  
Praha 1596. Autor: J. Jaroš, 1956.  
Sbíрка Národní zemědělské muzeum