

Горіх волоський



Горіх волоський
Juglans regia.

Високе могутнє дерево родини **горіхових** (до 30–35 м заввишки)
з кулеподібною, розлогою **короною**.



Може використовуватися
як
лікарська рослина.

Горіх волоський – швидкоросла, світлолюбна, теплолюбна, посухостійка рослина. Цвіте у квітні – травні. Плоди достигають у вересні.



В Україні поширений у садово-паркових культурах, у лісових насадженнях як плодова супутня порода, в лісосмугах і придорожніх посадках. Заготівля можлива в місцях вирощування. Назва походить від назви Волощини, звідки його вперше привезли в Україну

Плід – несправжня **кістянка**, дуже різноманітної форми (від округлої до яйцеподібної; до 5 см завдовжки, до 3 см завширшки), зверху покрита зеленою оболонкою



До складу ядер горіха волоського входять **жири**, **білки**, **вуглеводи**, **дубильні** й ароматичні речовини, **вітаміни**.

Плоди містять 70-78 % олії і 15 – 20 % . Олія волоських горіхів містить у собі вітаміни А, Д, Е, К, **антиоксиданти** та жирні кислоти . Недостиглі плоди містять більше 3000 мг% **вітаміну С**. Незрілі плоди, до затвердіння шкаралупи, за вмістом вітаміну С

(2000 – 3000 мг%) у 7–10 разів перевершують найкращі сорти **чорної смородини**.



Практичне використання

Харчова, вітамінозна, жиросодержива, деревинна, лікарська, ефіросодержива, дубильна, фарбувальна, декоративна, фітонцидна й косметична рослина

