



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, жиросолійна, деревинна, лікарська, ефіросолійна, дубильна, фарбувальна, декоративна, фітонцидна й косметична рослина

