

Sojauba ja selle kasvatamise võimalusi Eestis

Maia Raudseping



Sojauba – iidne kultuurtaim

- Pärineb Kirde-Hiinast, kus kasvatati 5000 a e.Kr
- Esimesed kirjalikud allikad 2800 a e.Kr
- Levis Jaapanisse, Koreasse, Indiasse ja Venemaa Kaug-Ida piirkondadesse
- Umbes 300 aastat tagasi hakati kasvatama Kaukaasias, Ukrainas, Lääne-Euroopas ja Põhja-Ameerikas
- Hiljuti jõudsid sojatooted ka Eesti turule



Sojauba



- Karvane soja (*Glycine soja*)
- Põld-sojauba (*Glycine max* (L.) Merrill)
- Liblikõieline, 20-60 cm kõrge, karekarvane taim
- Õied väikesed valged või violetsed, 3-8 kaupa kolmetiste lehtede kaenlas
- Kaunas on 2-3(4) tera



Sojauba



- Sojaoal on hästi hargnev suur juurestik
- Soja juurtel asuvad soja N siduvate bakterite *Rhizobium japonica* mügarad



Sojauba



- 1000 seemne mass
50-250 g
- Seemned
värvuselt kollased,
pruunid, rohelised,
mustad või kirjud



Sojauba



- Sojaoa põldkatsed 2005.a.
- Katses 5 VIR-st saadud sorti ja üks Saaremaal kasvanud sort



Sojaoa terasaagid 2005.a.

Sort	g/taimel	t/ha	1000 tera mass g
Saaremaa	24,4	2,7	165
SIBNIK 15/83	13,7	1,5	143
Soer 13-91	16,3	1,8	169
Stepnaja 90	12,2	1,3	147
PEP 26	16,9	1,9	153
PEP 28	15,2	1,7	221



Soja saagid ja kvaliteet 2006.a.

Sort	Saak t/ha	Kuivaine %	Toor- proteiin %	Toorõli %
Alta	2,74	92,92	39,66	17,46
Pep – 26	1,74	93,18	41,27	16,66
Saaremaa	2,33	92,38	40,09	17,46
Sõr 13-91	1,80	93,04	43,82	16,80
Tambovi	2,02	93,16	43,08	16,80



Sojaoa koristusaegade mõju bio- keemilistele näitajatele 2006.a.

Koristamise aeg	Kuivaine %	Toorproteiini % kuivaines	Toorõli % kuivaines
08. sept	92,75	41,25	17,3
15. sept.	92,82	44,24	16,4
22. sept.	93,03	41,41	17,3



Sojaoa kasvunõuded



- Sooja- ja niiskusenõudlik kultuur
- külvata mai II poolel, kui mulla temperatuur on vähemalt +8°C
- külvitihedus: reavahe 50 cm, taimevahe 15-30 cm



Sojaoa kasvunõuded



- Keskmise raskusega liivsavimullad
- väetised: P,K,(N)
- vajab mügarbakteritega idutamist (inokuleerimist)



Sojaoa biokeemiline koostis

- Sojauba sisaldab keskmiselt
 - ◆ Valku 28-54 %
 - ◆ Taimset rasva 16-23 %
 - ◆ Süsivesikuid 14-20 %
 - ◆ Kiudaineid 5-9 %
 - ◆ Mineraalaineid 3-6 % -K, Ca, Mg, Fe, **P**, Cu, Mn, Zn
 - ◆ Vitamiine – A, E, K,C, **B**₁,B₂, B₃, B₆, P, PP



Sojaoa tervislik toime

- Sojauba kaitseb paljude haiguste eest:
 - ◆ alandab vere kolesteroolitaset
 - ◆ on positiivne südamele ja veresoontele
 - ◆ reguleerib sooltetegevust
 - ◆ sobib diabeetikutele, tasakaalustades veresuhkru ja insuliinitaset
 - ◆ lagundab sapikive
 - ◆ puhastab organismi radioaktiivsetest ja mürgistest ainetest



Sojaoa tervislik toime

■ Sojauba

- ◆ ennetab rinna- ja eesnäärmevähki
- ◆ ravib osteoporoosi e luude hõrenemist
- ◆ leevendab üleminekuea vaevusi
- ◆ on põletikuvastane ja alandab palavikku
- ◆ sobib kasutada laktoosi talumatuse puhul



Sojatooteid ei tohi kasutada:

- inimesed, kellel esineb tsüliaakia e. sojatalumatus
- sojaallergikud – tekitab kõhulahtisust
- neeruhaiged, kuna sojas on palju kaaliumi
- vähihaiged, sest sojaalgud panevad ka vähkkasvaja vohama



Soja tooted

- Sojajahu, sojahelbed, sojakruubid
- Sojapiim
- Sojaõli
- Tofu – sojajuust, sojakohupiim
- Sojakaste (hele ja tume)
- Miso- piimhappebakterite abil saadud sojapasta
- Sojaliha teksturaadid



Täna tähelepanu eest!

