





# **A FŰSZEREK**

## **ZAMATOS TÖRTÉNETE**



# **A FŰSZEREK**

## **ZAMATOS TÖRTÉNETE**

**Jan-Öjvind SWAHN**



A kötet az alábbi kiadás alapján készült:  
Jan-Öjvind Swahn: The Lore of Spices

Copyright © Nordbok International

All rights reserved!

Fordította PÁLVÖLGYI LÍDIA

ISBN 963 9232 32 7

Kiadta a Gulliver Könyvkiadó Kft.  
Felelős kiadó a Gulliver Kft. ügyvezetője  
Felelős szerkesztő VALCSICSÁK DÓRA  
Műszaki vezető OROSZ ATTILA  
Megjelent 28,5 (A/5) ív terjedelemben

Minden jog fenntartva!

# *Tartalom*

*Előszó – 6*

*Fűszertermelő országok – 8*

*A fűszerekről dióhéjban – 10*

*Európai fűszernövények – 20*

Mustár – 24 ♦ Komló – 30 ♦ Üröm – 36 ♦ Babér – 40 ♦ Hagymák – 46  
Torma – 54 ♦ Mák – 58 ♦ Sáfrány – 64 ♦ Gyógyhatású fűszernövények – 70  
Bazsalikom – 74 ♦ Tárkony – 76 ♦ Menta – 78 ♦ Oregano – 80  
Petrezselyem – 82 ♦ Rozmaring – 84 ♦ Zsálya – 86

*A Hátsó-indiai-szigetek fűszerei – 88*

Szerecsendió – 92 ♦ Fekete bors – 100 ♦ Gyömbér – 110 ♦ Kardamom – 116  
Fahéj és kasszia – 122 ♦ Szegfűszeg – 132 ♦ Currypor – 140 ♦ Ánizs – 144  
Görögszéna – 146 ♦ Édeskömény – 148 ♦ Kurkuma – 150 ♦ Koriander – 152  
Réti kömény és római kömény – 154 ♦ Szezámfű – 156

*Újvilági ízesítők – 158*

Vánília – 162 ♦ Jamaikai szegfűbors – 170 ♦ Pirospaprika – 174

*Két, határok nélküli fűszer – 180*

Cukor – 182 ♦ Só – 190

*Fűszercsaládok – 202*

*Tárgymutató – 205*

*Fűszermutató – 208*

## *Kedves Olvasó!*



*Egy fűszerekről szóló új, átfogó könyv ötlete már régóta foglalkoztatta sokoldalú szerzőnket, Jan-Öjvind Swahnt és vele együtt a Kiadót. A fenséges ízek titkainak felderítésére irányuló sokéves kutatómunka eredménye a vártnál is érdekesebbnek és színesebbnek bizonyult. Ebben a gyűjteményben az ízesítőszeresek kultúrtörténetét botanikai ismeretekkel, hasznos tanácsokkal, receptekkel és különleges anekdotákkal fontuk egybe.*

*Az általános bevezetőt követően a kötet négy részben tárgyalja a különböző fűszereket, döntő részben származási helyük alapján csoportosítva őket. Az egyes ízesítők önálló – magyar szinonimákkal kibővített – leírásban szerepelnek, melyhez egy ún. tájékoztató blokk is tartozik. Ebben a növény elfogadott elnevezéseit (tudományos neve, családja), fűszerként használt részét, származási helyét és az előállító országokat, valamint öt idegen nyelvű megfelelőjét gyűjtöttük össze. Azokat az államokat, amelyek termesztik és exportálják is*





*az ízesítőszereket, a termőterületeket bemutató térképen szerepeltetjük (8–9. oldal). A végeredmény az emberiség szinte határtalan fűszerhasználatát aprólékosan áttekintő kép mellett e csodálatos, gyakran különöc teremtmények megjelenésének és elterjedésének nyomon követése.*

*A fűszerek között fennálló különféle rokonsági kapcsolatokat Carl Skottsberg, vezető svéd botanikaprofesszor rendszere alapján szemléltetjük (202–203. oldal). Az elmúlt évszázadokban megjelent gyűjtemények gyönyörű, részletes és színes ábráit a Göteborgi Egyetem Botanikai Könyvtára és Nils Sandberg magánkönyvtára bocsátotta rendelkezésünkre.*

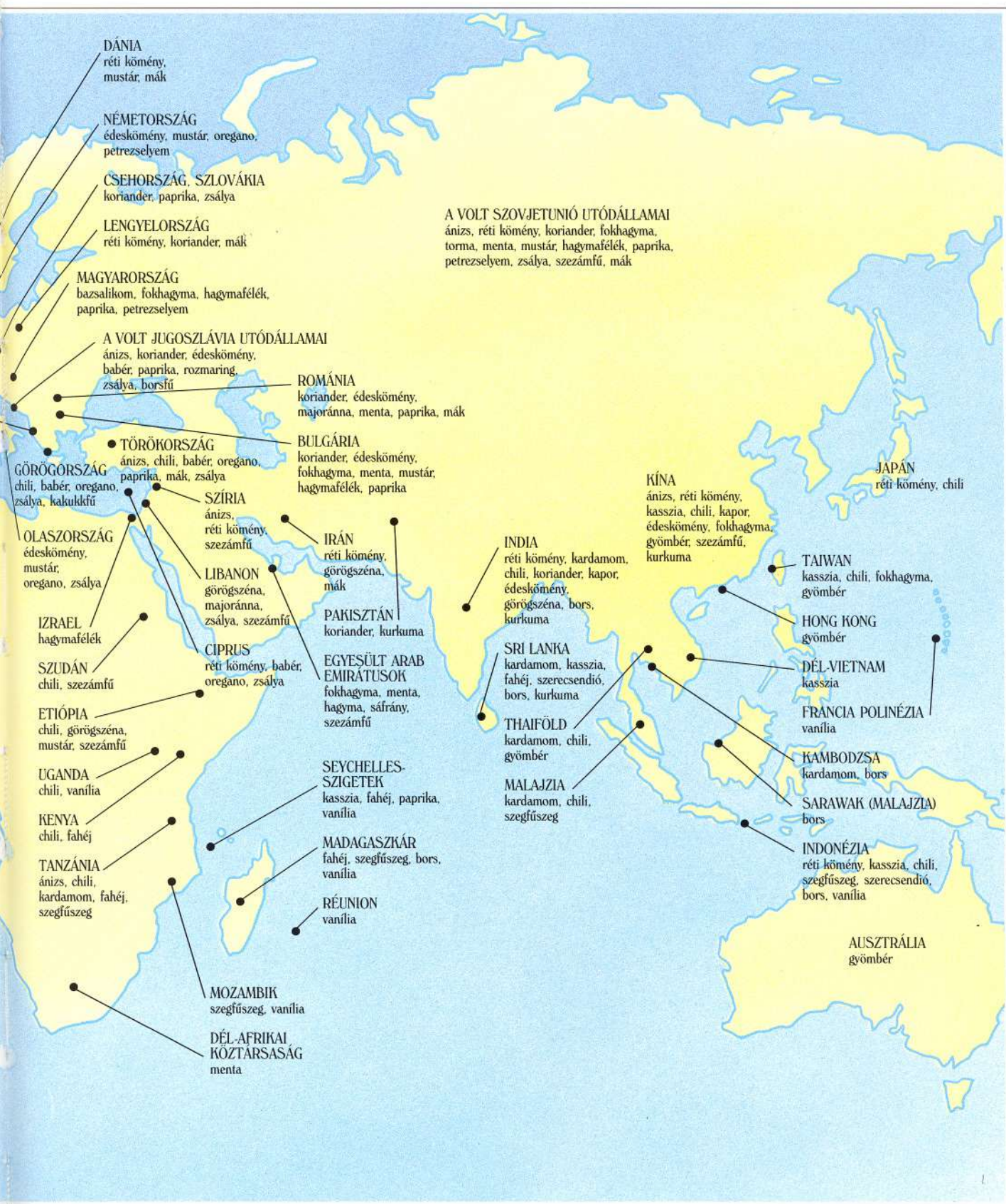
*Reméljük, hogy Ön is ugyanolyan étvágygerjesztőnek fogja találni témánkat és hasonlóan új megvilágításban látja majd a fűszerek birodalmának rejtett ösvényeit, mint mi magunk, A fűszerek zamatos története című könyv készítői.*



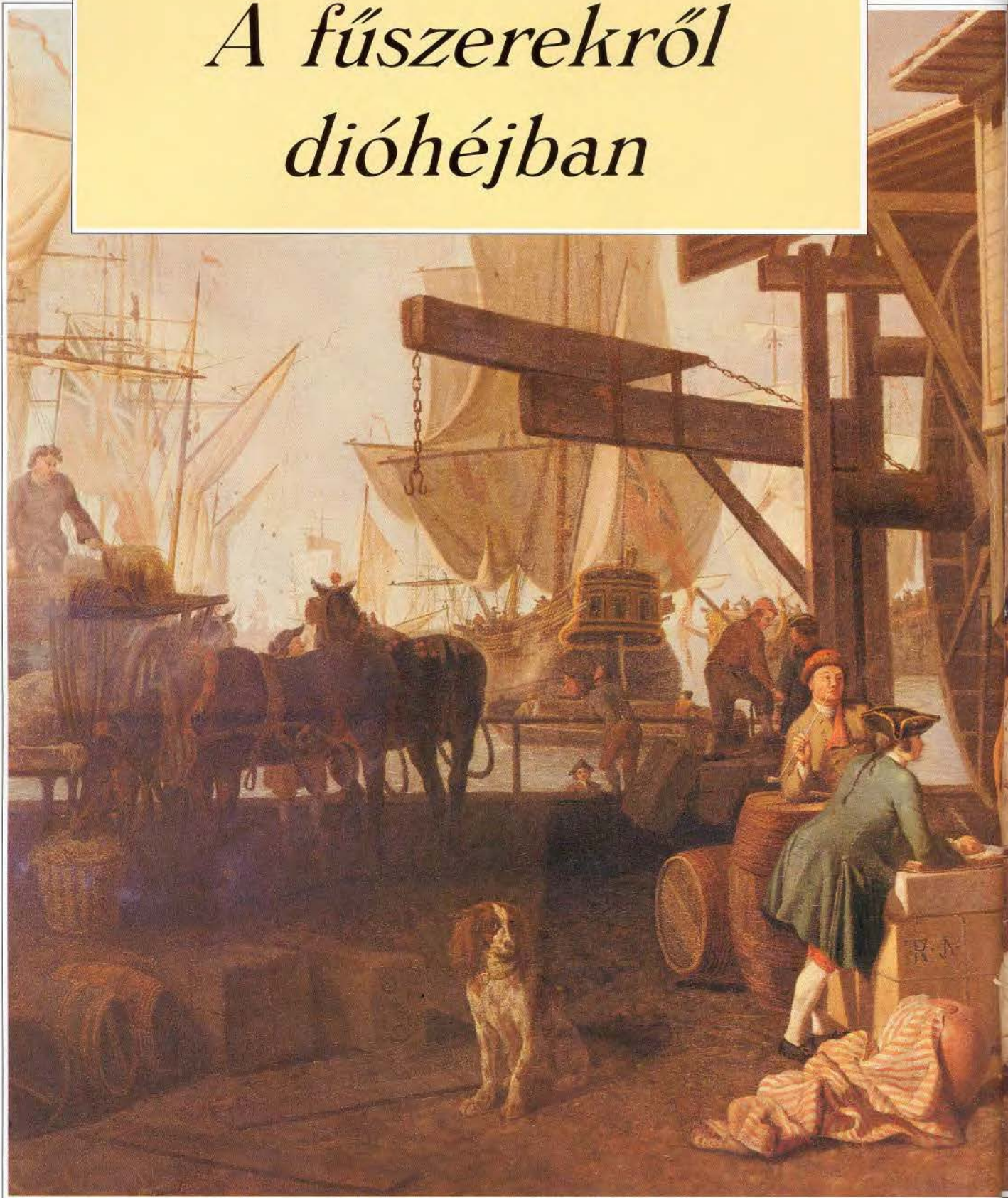
# A világ fűszertermelő országai

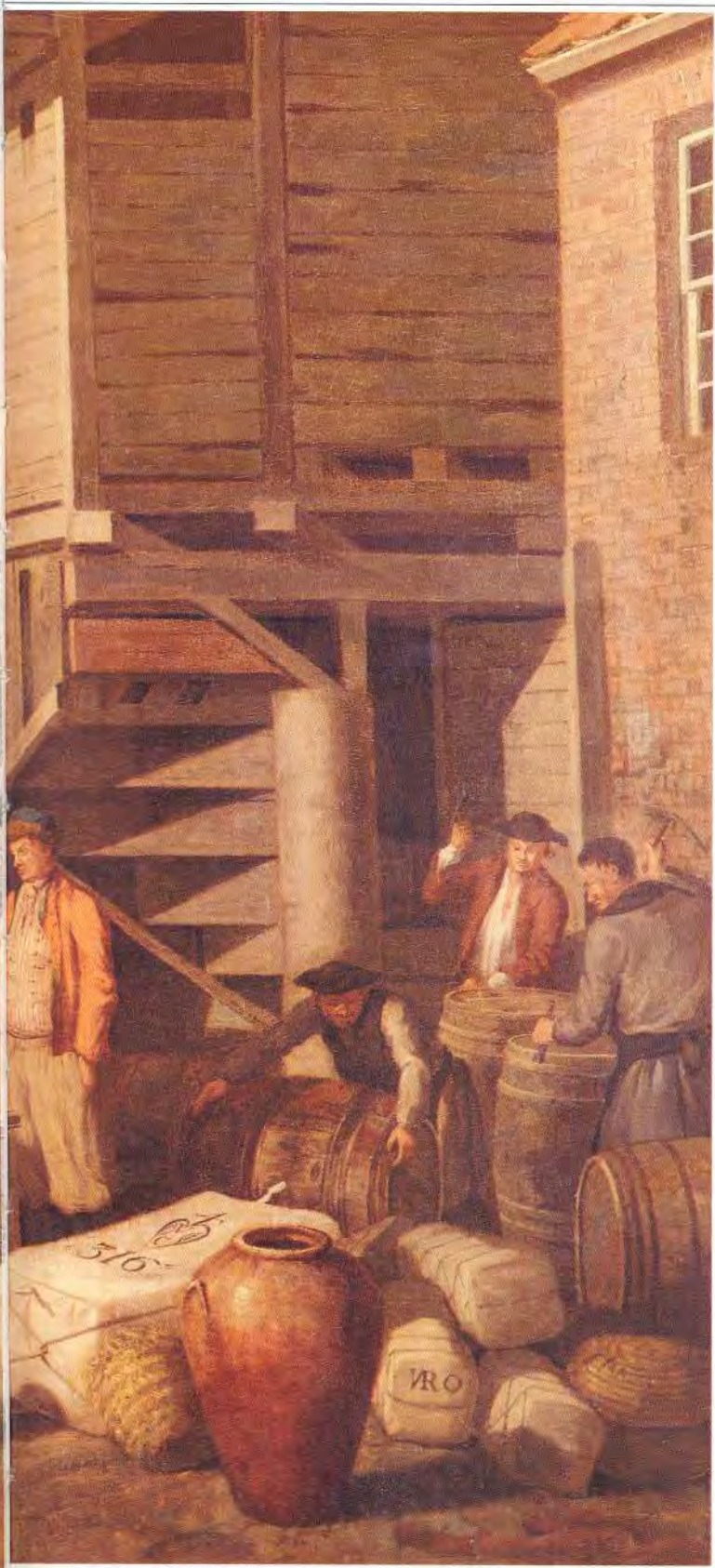
A fűszereket manapság főként az alábbi térképen feltüntetett országok állítják elő – természetesen számos további területen termesztik őket kis mennyiségben vagy akár magáncélra. Az egyes ízesítőket exportáló államokat a rájuk vonatkozó fejezetekben szintén említjük.





*A fűszerekről  
dióhéjban*





A fűszer nem csupán azokhoz az ünnepi pillanatokhoz tartozik, amikor az éhes vendégek tekintetétől kísérve a végső simításokat végezzük egy konyhaművészeti remeken, hanem a mindennapi életünk része. Nem múlhat el étkezés, hogy ne ízlelnénk vagy tapintanánk számos fajtáját, amelyek a világ különböző pontjairól kerültek a konyhánkba. Mindegyiknek megvan a saját múltja a természetben csakúgy, mint a kultúrtörténetben. E könyv célja egybefonni ezt a két szálát azzal, ami a fűszerek esetében talán a legfontosabb – a gasztronómiával.

### *Mitől fűszer a fűszer?*

A kérdés első hallásra feleslegesnek tűnhet – elvégre ki ne tudná, mi az a fűszer? Nem kérdéses, hogy a bors és a kardamom annak számít. Másfelől joggal merülhet fel bennünk, miért sorolnánk ide a japán szóját, a hagymát vagy a paradicsompürét. Az is érdekes felvetés, valójában hol húzódik a határ fűszer és tartósítószer között. A só és a cukor, amint tudjuk, mindkét szerepet betölti.

A fűszerek sokban hasonlítanak a narkotikumokra és a gyógyszerekre. A szegfűszeget eredetileg nem íze miatt kezdték az ételekhez adni, hanem – a gyömbérhez és a kardamomhoz

*A fűszerkereskedelem hosszú időn át hajtott tetemes hasznot a kereskedőknek és számos kormányának egyaránt. A képen az egykor London Kelet-indiai rakpartján működő „Régi Vámház” látható, Samuel Scott 1756-ban készült festményén.*



*Fűszerárus a dél-indiai Madrasban, amely az aromás növények egyik egzotikus termőterülete.*

hasnólóan – afrodisziákumnak tartották. Talán nem köztudott, de bizonyos fűszereket kifejezetten alkoholos italokhoz használnak: ilyen a komló a sörben, a boróka a ginben, illetőleg az üröm a vermutban.

### *Az ízlés kialakulása*

Évezrednyi pontossággal sem tudjuk megbecsülni, mióta ismeri az emberiség a fűszereket. Abban biztosak lehetünk, hogy az alapanyagok ízesítése szinte egyidős a főzéssel. Ennek megjelenése a legnagyobb felfedezések idejére tehető, vagyis akkorra, amikor őseink megtanulták, miként használják a tüzet. A lángok megfékezésének képessége lehetővé tette számukra, hogy elkészítsék az ételmet – ne nyersen egyék meg. Talán ezt nevezhetjük az első és legfontosabb kulturális forradalomnak. A civilizáció kialakulása a főzéssel kezdődik – a főtt vagy sült hús sokkal gyorsabban elfogyasztható, így a rágás helyett több idő marad a gondolkodásra, alkotásra.

Minden általunk ismert kultúra vagy akár ma létező ún. primitív törzs alkalmazza a fűszereket. Bizton állíthatjuk, hogy e növények az emberi faj legkorábbi társai közül valók.

Ezek a zamatos teremtmények azonban röpké életűek, ezért a régészek kevés olyan adatra bukkantak, mely megkönnyítené történetük megismerését. Mindazonáltal számos egykor élt népről tudjuk, hogy a sírba ennyivalóval teli agyagedényeket helyeztek, így téve kényelmesebbé az elhunytak útját a másvilágra. Több ezer éves cserépdarabokon száraz étel- és italmaradványokat azonosítottak, amelyek egyértelműen bizonyítják, miszerint néhány európai nemzet már a bronzkorban – 3500 évvel ezelőtt – tisztában volt a sör ma is elterjedt ízesítési módjával. Az ugyanebből az





*Az ókori egyiptomiak jókora mennyiségű fűszert használtak, nem csupán ételeik ízesítésére, de a holttestek mumifikálására is.*

időszakból ránk maradt kereskedelmi okiratok, valamint lenyűgöző művészi ábrázolások szintén a fűszerek térhódításáról árulkodnak.

### *Már az ókori egyiptomiak is...*

A történelem során teljes pompájukban először az ókori Egyiptomban tűntek fel a fűszerek. A fáraók népe gyakran és jelentős mennyiségben használta őket, nem csupán a földi élet velejárójaként, de még azon túl is – a mumifikálásnál. A múmiák tulajdonképpen jól tartósított holttestek, melyeket több kilogrammnyi kömény, ánizs, majoránna, kasszia és más egzotikus fűszerek keverékében áztattak.

Az egyiptomiak az aromás különlegességeket sokkal több célra vették igénybe, mint a mai ember. A felsőbb társadalmi osztályokhoz tartozók például fahéjat égettek a palotáikban, ezzel nyomva el a kinti tömegekből áradó büzt.

Az ókori egyiptomi patikák valóságos fűszerraktárak voltak, mivel a drága portéka legtöbb

fajtája gyógyászati célokat is szolgált. Az állandó, nagymértékű igény miatt a birodalomnak szervezett áruforgalmat kellett lebonyolítania. Néhány évezreddel Krisztus születése előtt hatalmas készleteket importáltak Indiából, s már nem csak az említett kardamomot és borsot. Ekkor kezdődött az ízek kereskedelme Kelet és Nyugat között, melynek később óriási gazdasági, politikai és kulturális hatása lett.

### *Egy fejedelmi találkozó*

Kr. e. 950 táján az izraeli Salamon királyhoz fényűző látogató érkezett Jeruzsálembe. A neves vendég, Sába királynője a menet élén haladt, s tevéi valósággal rogyadoztak az ajándékba vitt arany és fűszer súlya alatt. A Biblia részletesen leírja, mennyire lenyűgözte az uralkodónót házigazdája palotája, valamint gazdagsága. A sorok között olvasva azonban az az érzésünk támad, nem tiszteletét nyilvánítani érkezett, hanem nehéz kérdéseivel próbára tenni a bölcsességéről

híres Salamont. Tisztázatlan, pontosan mire volt kíváncsi, de feltehetőleg a birodalom kereskedelmi irányelvei érdekelték.

Salamon a türoszi uralkodóval, Hirámmal közösen felszerelt egy kereskedelmi flottát, mely a Vörös-tengeren Eilatnál állomásozott; a remek hajókat libanoni cédrusfából építették. A tengeri jelenlét többek között azt a célt szolgálta, hogy a fűszereket közvetlenül a származási helyükről, Ophir területéről szállíthassák – megtakarítva így a közvetítők jutalékát. A mai napig rejtély, földrajzilag pontosan hol feküdt a mesés térség; a lehetséges megoldások között felmerült India, Kelet-Afrika, illetve Omán.

A hajóhad felállítása leginkább a dél-arábiai Sába Királyság (a mai Jemen) nyereségét veszélyeztette: átmenő kereskedelmét könnyedén alááshatta volna a föníciai kezdeményezés. Királynőjének így minden oka megvolt, hogy kifaggassa Salamont a hajózással kapcsolatos jövőbeni terveiről.

Az izraeliták tengeri kalandozása rövid életűre sikeredett, így nem csorbította Sába vezető szerepét. Krisztus korában ez a visszaesés mégis bekövetkezett, mivel a tengerészek felfedezték: a monszunhoz igazodva a kereskedelmi utakat mind keleti, mind nyugati irányban megjárhatják. Így a fűszereket hajók segítségével juttatták el végcéljukhoz, kikerülve az államot átszelő szárazföldi útvonalakat, lassú hanyatlásba taszítva ezzel a királyságot. Újabb, fűszerrel üzletelő arab központok alakultak, melyek a Római Birodalom inyenzeit látták el a Kelet ízeivel.

### *Rendkívüli étvágy*

Annak, aki Apicius receptkönyvéből szeretne főzni, bőséges fűszerkészlettel kell rendelkeznie; a római szakács átlagosan hatvan félét tartott konyhájában. Sokuk neve ismerősen csenghet számunkra, van azonban néhány, melynek eltűnése miatt szinte hálások lehetünk. Ilyen a rómaiak által kedvelt „garum” – íze a mai angol Worchester-szószra emlékeztethetett, előállítás módja azonban meglehetősen különbözött tőle, mivel erjesztett halbelsősegek adták az alapját.

A Tiberius császár korában, a Kr. u. 1. században élt Apicius gyűjteményéből fennmaradt egy recept a flamingó elkészítéséről, melyhez garum, bors, lestyán, zeller, szezám, petrezselyem, mentalevél, hagyma, datolya, bor és további hozzávalók szükségesek. A flamingó legfinomabb részének a nyelvét tartották, mely a kecskegidához hasonlóan ínycsalatnak számított. Ilyen mennyiségű fűszer mellett azonban az alapanyag zamata, illetve minősége feltehetően nem érvényesült túlzottan.

A rómaiak által leginkább kedvelt fűszerek közül csaknem egy tucatot a messzi keletről importáltak, főként az indiai Malabár-partról. Az árut a monszunszelet kihasználó hajók szállították a Vörös-tengerre, ahonnan a nemzetközi áruforgalomban központi szerepet játszó alexandriai nagykereskedők vitték tovább.

Más ízesítők – köztük néhány kifejezetten rossz szagú fűszer – szárazföldi karavánokkal keltek útra Perzsiából és még távolabbi országokból. Ezek a cikkek először hajóval a levantei föníciai kikötőkbe érkeztek, többek között Türoszba. Végleges exportjuk Alexandriából indult, melynek egyetlen méltó vetélytársa Konstantinápoly volt.

A rómaiak maguk felügyelték az átmenő kereskedelmet; a drága portékát francia és angol területeken fekvő tartományaikba, valamint az észak-európai germán népekhez továbbították. Ez utóbbiak egyértelműen igen kedvelték a fűszereket; amikor Alarik, a vizigótok királya Kr. u. 410-ben elfoglalta Rómát, a mohó hadvezér több mint két tonna borsot követelt magának a hadizsákmányból – ez jól példázza, milyen jelentős árucikkeknek számítottak az ízesítők.

### *A sötét középkor*

Az antik étkezési kultúra a fűszerek szeretetével együtt eltűnt a középkorban; a változás az északi és keleti törzsek migrációjának tudható be. A kifinomult római főzési praktikákat lassanként elfeledték, mert a hatalomra jutott barbárok meglehetősen primitív táplálkozási szokásokat honosítottak meg. A Közép-Ázsiából származó



hunok például a nyereg alatt tartották a marhahúst, így az a mozgásnak köszönhetően megpuhult, és átvette a ló veritékének sós ízét. A germán csoportok a jelentős ókori civilizációk egykori területén telepedtek le, de a római patriciusokat felváltó új nemesek szinte parasztnak tüntek legendás elődeikhez képest. Roston sülteket habzsoltak, majd sörrrel vagy – ahol be tudták szerezni – borral öblítették le.

Könnyen kitalálható, hogy az Európát a sötét középkorban is elérő fő fűszer a komló volt, melyet – csakúgy, mint manapság – a sör ízesítésére használtak. Ezekben az évszázadokban a keleti aromák nyugaton kifejezetten drága és ritka terméknek számítottak. Ezért keltett nagy feltűnést, amikor a francia királyi ház egy alkalommal több mint fél kilogramm fahéjat adományozott egy normandiai kolostornak.

Az idő múlásával új arisztokrácia alakult ki, mely a régi germán törzslők helyére lépett, és modernebb, kifinomultabb szokásokat alakított ki. A késő középkorban a feudális Európa nyers báróit és grófjait a 11–12. századi keresztes háborúk tanították némi illemre – az étkezés terén is.

### *A keresztesek valódi jutalma*

A Földközi-tenger keleti országait megtámadó lovagi seregek megismerkedtek a muzulmánok kultúrájával, akik sokkal igényesebbnek és tanultabbnak mutatkoztak a kor európai népeinél. A nyugati világ sokat kapott az araboktól, s ebben nem kis mennyiségben szerepeltek az egzotikus ízesítőszerke. A „szent háborúk” felkeltették

Európa étvágyát a fűszerek iránt, s hamarosan hihetetlen mértékű kereskedelem kezdődött.

A velencei és genovai köztársaságok már az első keresztes hadjáratokhoz hajókkal járultak hozzá. Cserébe az új, jeruzsálemi keresztény királyságtól kizárólagos jogokat kaptak a part menti áruforgalomra, főként Türosznál és Szidonnál. Amikor a bizánci nagykereskedők megemelték áraikat, Velence megindította saját keresztes hadjáratát – ez immár a negyedik volt a Szentföld területén. A háború Konstantinápoly vereségével zárult, mely ettől fogva – Krétához hasonló-

an – hosszú időre fontos velencei gyarmat és kikötő lett.

### *Státuszszimbólum*

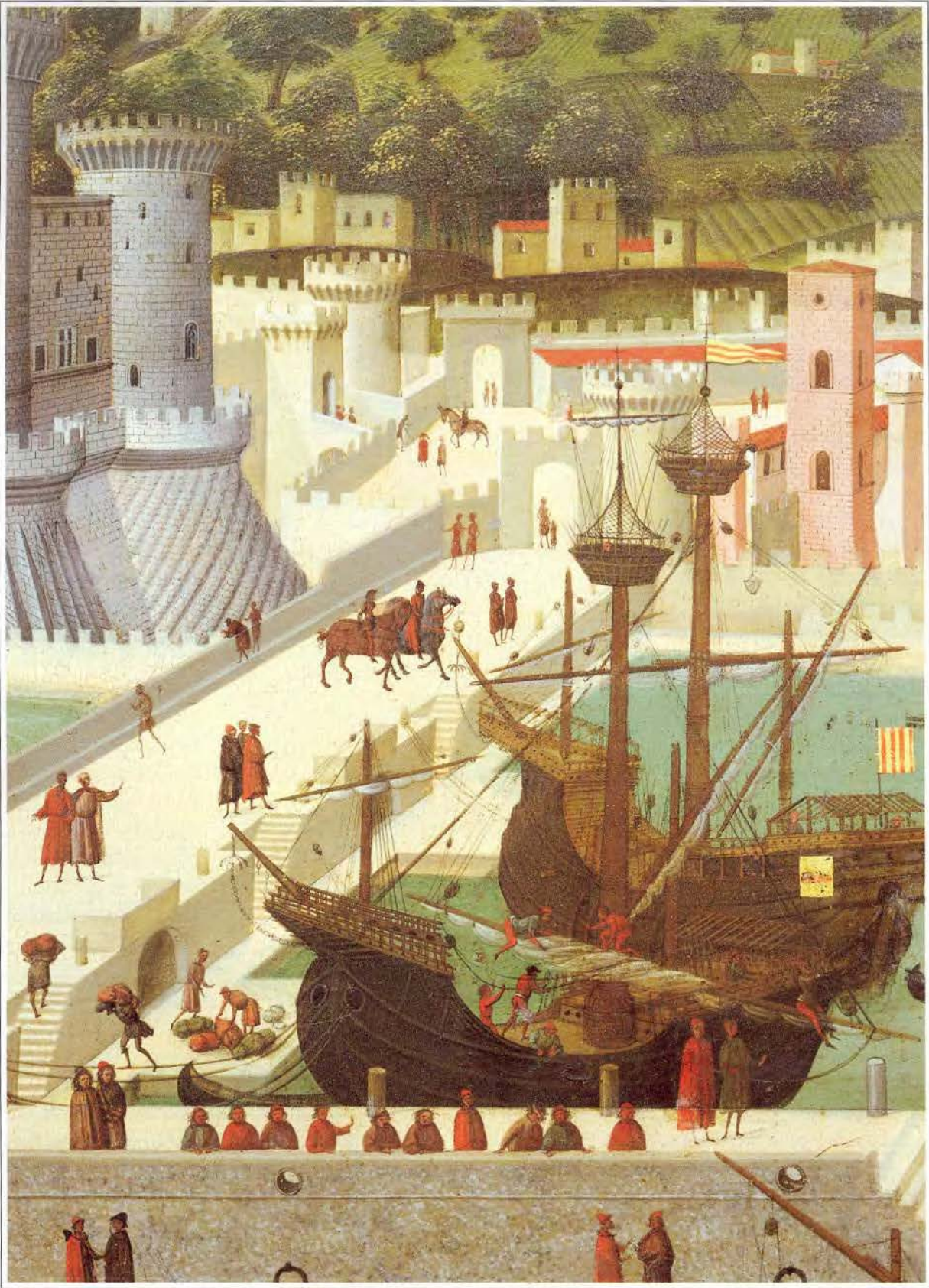
A fűszerkereskedelem vonzó üzletágnak bizonyult, köszönhetően annak, hogy igen jövedelmező, a portéka könnyen szállítható és jelentős kereslet mutatkozik iránta. Az óriási igény legfőbb oka az ételek rendkívül rossz minőségében rejlett; ha a hús nem indult romlásnak, akkor úszott a sóban, az egyetlen, akkoriban nagy mennyi-

ségben beszerezhető tartósítószerben. Az italok esetében sem tűnt sokkalta jobbnak a helyzet: a hosszú szállítás után a bor íze inkább ecetre emlékeztetett, a házi sör pedig hamar megkeseredett.

A fűszerek étkezés terén megnyilvánuló előnyeiket idővel kiegészítette a társadalmi rang kifejezésének lehetősége. Mivel az ízesítők rendkívül drágák voltak, a zamatos étel és ital egyet jelentett a főrendhez való tartozással. A főúri konyhák versengése néha furcsa dolgokat eredményezett, így alakult ki többek között a gyömbéres kenyér, valamint a forralt bor:



*A középkorban a szomszéd európaiak roppant nagyra becsülték a komlót.*



*A reneszánsz kori fűszerkereskedelem sosem látott vagyont hozott Nápolynak – a festményen a 14. századi város látható –, csakúgy, mint Genováának és Velencének.*

A „fűszerláz” a középkor derekán érte el a csúcát, ennek egy jellemző példája Európa pereméről származik. 1528-ban Birgitta, Svédország későbbi védőszentje halotti tort rendezett apja temetésekor, s a felhasznált alapanyagok jegyzékében a következőket találhatjuk: fél kilogramm fahéj, egy kilogramm gyömbér, hetven dekagramm sáfrány, három kilogramm bors, negyven kilogramm mandula és öt kilogramm kömény.

### *A fűszerek és a reneszánsz*

Az 1500-as évekig a fűszereket arab karavánok szállították Konstantinápolyig, illetve Alexandriáig. Onnan észak-itáliai hajókra rakták őket, így jutottak el európai úti céljukig. Az addig csendes Genova és Velence gyakorlatilag a kereskedelem eme fajtájának köszönhetően vált nyüzsgő nagyvárossá.

A gazdagság, amit ez az üzletág magával hozott, fellendítette az észak-itáliai kultúrát is. Túlzás nélkül állíthatjuk, hogy ezen kereskedelmi központok forgalmának fenntartói – vagyis a gazdagok, akik nagylelkűen patronálták a művészeket, írókat, építészeket és filozófusokat – hívták életre a reneszánszt.

### *A Föld gömbölyű*

A világ meglehetősen sokat változott a 15. század folyamán. A Török Birodalom bekebelezte a Balkánt, magántavacskává tette a Fekete-tengert, és Levante, valamint Szíria elfoglalására készült. A régi kereskedelmi utakat elvágták, megbénítva ezzel az olasz kikötők – egyebek mellett Velence – monopóliumát. Nyugat-Európában, az Atlanti-óceán partján lendületesen fejlődő államok születtek, melyek nem érték be annyival, hogy fűszer- és selyem kiskereskedők legyenek. Irányítani akarták a luxuscikkek előállító országokat,

vagy legalább egyenesen a származási helyről beszerezni az árut.

Az új világkép gömbként látta a Földet, az óceánt pedig átjárónak tekintette, ellentétben az addig érvényben lévő elképzeléssel, mely szerint csak a bolygót körülvevő árok. Ekkoriban immár a Portugáliában, Spanyolországban, Angliában, Franciaországban, illetve a Németalföldön működő kikötők váltak jelentőssé. Kezdetét vette a nyugati történelemnek az a csodálatos időszaka, amikor – a fűszerek hatására – Európa megszűnt az ázsiai kontinens puszta meghosszabbítása lenni, és saját jogán, eddig nem tapasztalt módon, globális erőközponttá alakult. Az ízesítőszerért és a termőterületekhez vezető útvonalakért folytatott harc a 16. században a tengerekre csábította a „felfedezőket”.

A világereskedelem történelmének tetőpontja talán 1498. május 20-a lehetett, amikor Vasco da Gama portugál tengerész partra szállt a nyugat-indiai Calicutban. A fűszer- és az egész nemzetközi tengeri forgalom rögvést megváltozott. A későbbiekben meglátjuk, milyen következményekkel járt ez az esemény a különböző fűszerekre és termőterületeikre nézve.

### *A termőföldből a kémcsőbe?*

Napjainkra a biokémia elkezdett beszívárogni a fűszerboltokba is. Reméljük, még hosszú idő eltelik, amíg a természetes aromákat teljes egészében mesterségesekkel helyettesítik – a vanília viszont kiváló példája annak, hogy a kémikusok, sajnos, milyen jó munkát végeznek. A fűszerek egyelőre még fontos bevételi forrást jelentenek a fejlődő országok számára, hiszen sokuk ezen államok területén nő. Akadnak helyek, amelyek gazdasága a fűszertermelésre és -forgalmazásra alapul. A laboratóriumban előállított ízek egyed-





*Amikor Vasco da Gama 1498-ban partra szállt a nyugat-indiai Calicutban, Portugália elkönnyvelhette spanyolok felett aratott győzelmét a fűszerpiacért vívott küzdelemben. Ám Spanyolország sem panaszkodhatott – neki ott volt Kolumbusz...*

uralma mellett a Grenadához hasonló, apró szigetországok – ahonnan a világ szerecsendió-termésének egyharmada, illetve szegfűszeg-hozamának jó része származik – aligha tudnának fennmaradni.

### *Fűszer mindenkinek*

A fűszerek történetének a földrajzi mellett léteznek társadalmi vonatkozásai is. Nem csak az egyes államokat kötötték össze, de a különböző néposztályokat szintűgy. A múltban az európai ízlésvilág fejlődése számos divatos szokást hozott magával. A modern francia főzéstudomány például az ókori római ételkészítésből kialakult olasz konyhán alapszik, amely idővel a nyugati világ egyedülálló örökségévé vált. A 16. századi Német-római Birodalomból pedig számos gasztronómiai újítás indult ki, melyeket a környező országok arisztokráciája saját ízlésének megfelelően fejlesztett tovább.

Ezek az újdonságok azonban nem voltak különösebb hatással a köznépre. A 20. század elejéig az európaiak zömét kitevő parasztságot alig befolyásolták a felsőbb osztályok változó étkezési szokásai. Ez a réteg főként olyan fűszernövényekhez nyúlt, melyek a kertben is megteremtek,



*A „szerecsendió-sziget”, Grenada keresett exportcikkei: a gyümölcs, a maglepel és a mag.*



*A 17. században az átlagpolgárok nem engedhették meg maguknak, hogy nagy mennyiségű, importált ízesítőt használjanak – a középosztálybeli asszonyok házilag természetett fűszereket törtek a mozsarukban.*

mivel az importált ízesítők megfizethetetlennek bizonyultak a tömegek számára.

A konyhai technológia – vagy inkább annak általános hiánya – sem mozdította elő a fejlettebb fűszerkultúra kialakulását. Az átlagembernek egyetlen fazeka volt, melyben a húst vagy a halat együtt főzte az éppen kéznél levő zöldségekkel – általában valamiféle káposztával vagy más hasonló növényvel, a hagyományosan használt ízesítők pedig jól kiegészítették ezeket a fűszereket. A húst kizárólag a tehetősebb otthonokban sütötték nyáron, és csak a 19. században terjedt el szélesebb körben is az újfajta sütők, valamint más konyhaberendezések alkalmazása. Ugyanekkor kezdtek a nemesség egzotikus fűszerei szerephez jutni az egész lakosság főzési szokásaiban.







### *Klasszikus örökség*

A modern természettudomány gyökerei az ókori görög és római civilizációkig nyúlnak vissza. Egészen addig az ember más létformákhoz – így a növényekhez – fűződő viszonyát azok gyakorlati haszna határozta meg. A növények többek között nyers élelemmel, gyógyhatású szerekkel és különféle alapanyagokkal látták el a közösségeket. Felhasználásuk módja szájhagyomány útján szállt nemzedékről nemzedékre. Amikor pedig nehéz kérdések merültek fel, melyekre az elődök sem tudták a választ – a világ teremtéséről, szerepéről és sorsáról –, a vallás és a mitológia sietett a segítségükre, megmutatva helyüket egy magasabb erőtől vezérelt rendben.

### *A fűszertudomány hajnala*

A nyugati világban a természetről elsőként Arisztotelész alkotott elméletet, Athénban működő filozófiai iskolájában. Az emberiség és léte céljának középpontba állítása még sokáig a tudományos gondolkodás alapja maradt. A csillagászat talán a legegységelműbb példája ennek az irányzatnak, de a biológiai környezetet is jórészt felhasználhatóságának szempontjából vizsgálták. Ebben a tekintetben a Föld flórája valóságos kincseshányának számított, hiszen a gazdaságnak és az orvoslásnak egyaránt fontos tényezője volt.

Theophrasztosz, Arisztotelész neves tanítványát a növénytan irodalmának úttörőjeként tartjuk számon. Kr. e. 300 táján megalkotta az általunk ismert két legrégebbi botanikakönyvet. Ezek



John Gerard híres, 1597-ben kiadott Herball című könyve borítóján lerója tiszteletét ókori görög elődei – Theophrasztosz és Dioszkuridész – előtt. Ez az úttörő jellegű gyűjtemény több mint ezer növényfajt sorol fel, köztük számos fűszert is.

egyike, a *Vizsgálódás a növények életéről* olyan új írói műfajt hozott létre, mely több mint kétezer éve virágkorát éli – ez a fűvészkönyv. Az ilyen jellegű munkákban a botanika és a medicina együtt van jelen. A növényekről és gyógyhatásukról nyújtott tanácsok legtöbbször az „orvoslás atyjának” tartott Hippokratész Kr. e. 400 körül megfogalmazott elméletein alapul.

Ebbe a körbe tartozik a humorálpatólógia. E felfogás szerint a betegség és az egészség a négy fő testnedv – a vér, a nyálka, valamint a fekete és a sárga epe – egyensúlyától függ. Az egészséges embert jó kedélyűnek, vagyis ép testnedvűnek nevezték, a betegelen pedig érvágással, beöntés-

sel, hashajtóval vagy hánytatással próbálták segíteni. Az orvosok és a botanikusok később a növényeket is hasonló módon rendszerezték, természetük alapján: meleg vagy hideg, száraz vagy nedves osztályokba sorolták. Ebből a teóriából erednek a mindmáig használatos növényi alapú gyógyszerek.

### *Varázslat a kertben*

A tudományos tanok mellett jóval köznapibb elképzelések is léteztek. A gyógyfüveket gyakran különféle, mai szemmel meglehetősen furcsa babonákkal alkalmazták együtt – olyan varázslatokkal és rituálékkal, amelyek helyét később, a keresztény időkben átvették a Jézushoz, Máriához, a szentekhez, valamint az apostolokhoz fohászoló imák. Az ehhez hasonló szertartások – a placebo hatás elvén – természetesen erőt adtak a bennük hívó számára. Manapság ugyanezt a támogatást érezzük, amikor az orvos elkezd megírni nekünk a receptet.

Elterjedt vélekedésnek számított, hogy a világnak mágikus vagy emberfeletti oldalai is vannak – teljesen eltérő dolgok közötti felületes egyezések alapján gondolták mindezt. A hagyományos doktorok és botanikusok rendszerbe foglalták a szempontokat; ennek alapján bizonyos növények hasonlatosságát egy-egy emberi szervhez a természet adta utasításnak vélték arról, hogyan kell azt felhasználni. A májfü háromkaréjú levelelének formája a májéra emlékeztet, ezért annak különböző betegségei esetén éltek vele, és egyes országokban egészen a 18. század végéig gyógyszerként tartották nyilván.

### *Az ördögtrágyától a parfümökig*

A gyógyászati botanikában a növények legszokatlanabb tulajdonságai is fontosak lehettek. Érdekes alakjuk, esetleg viráguk vagy levelük erőteljes, keserű íze kapcsán különös mendemondák kaphattak szárnyra a bennük rejlő titkos erőről. Hasonlóképp alakult ki a fagyöngyöt és a berkenyét övező hírnév, mely annak a ritka jellegzetességüknek tudható be, hogy fákon élőködnek.





*Nem csak vidéken, de a nagyvárosi – mint a képen látható, az 1800-as évekből származó – patikákban is rengetegféle gyógynövényt tartottak, amik közül sokat ma fűszerként ismerünk. Az emberek – sokszor alaptalanul – hittek a gyógynövények jótékony hatásában, melyek szerintük mindennemű betegség esetén segítenek.*

A *Ferula asafoetida* elnevezésű keleti cserjéből nyert gyantát fertelmes bűze miatt „ördögtrágya”-ként emlegették, gyógyító hatását feltehetőleg ennek tulajdonították. Biztosak voltak abban, hogy bármi, ami szörnyű szagot áraszt, csodákra képes! Széles körben alkalmazták gyógyszerként, s a hagyományörző állatorvosok polcain még a 20. században is előfordult.

Idővel az emberek elvesztették hitüket az olyan növényekben, melyek bizonyítottan nem rendelkeztek semmiféle gyógyító erővel. A múltban híres orvosságok egy része azonban fűszerként tovább élt. Ízüik már megszokottá vált, így a patikából hamar a konyhában találták magukat. Jó példa erre a *Ferula asafoetida*; a gyökeréből szivárgó gyantát és számos részét Indiában, valamint Iránban előszeretettel használják, zöltség-

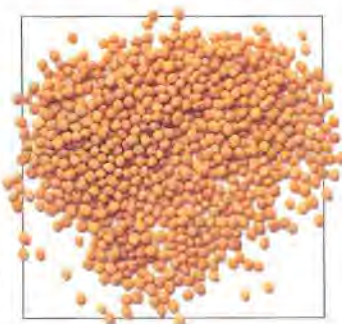
ként és fűszerként egyaránt, főként fasítrhoz vagy savanyúsághoz. Az Óvilágban és Amerikában a parfümparban hasznosítják.

### *Erősek és gyengék*

Sok európai fűszerre jellemző, hogy ízanyaga kifejezetten enyhe, és főként a leveléből származik. Akad néhány „erős” kivétel, amelyek jellegzetes aromájukat a magvaikban (például a mustár) vagy a föld alatti végükben (mint a hagyma) rejtik; ezeket immár mindennapos ízesítőként kezeljük. A válogatott levélfűszereket leginkább a modern éttermi konyhaművészet részesíti előnyben – vagy mi, amikor különleges vendégeinket kívánjuk lenyűgözni dél-európai hagyományokat követő főzőtudományunkkal.

# Mustár

*angol mustár; fehér mustár*



Volt egyszer két gazda, akik épp a jól sikerült lóvásárról tartottak hazafelé. A zsebükben csörgő tallérokától fellelkesülve eldöntötték, hogy a legjobb szállodában fogják megünnepelni szerencsájukat, ki tudja, mikor adódik ismét ilyen remek alkalom. Bemettek az étterembe, kényelmesen elhelyezkedtek, és körülnéztek. A mellettük lévő asztalnál néhány városi polgár vacsorázott. Hőseink észrevették, amint ezek a finom úriemberek az eléjük tett apró dobozból kivettek valami sárgás anyagot, és megkenték vele a tányérukon illatozó hússzeleteket. – Biztosan nagyon drága lehet – gondolta a két férfi –, ha csak ilyen keveset használnak belőle. – Mi is ezt fogjuk ma enni, hiszen megengedhetjük magunknak! Az ünneplésnek meg kell adni a módját – mondták egymásnak, és már a nyelvükön érezték a fejedelmi ízeket.

A pincértől rögtön egy-egy tányérral rendelték a „sárga valamiből”, bármi legyen is az. Hamarosan megkóstolhatták az áhított csemegét, de a szemük könnyezni kezdett, a szájuk pedig szörnyen égett. Végül mindketten kijelentették, hogy a nemesek eledele nem való a tisztességes embernek.

## *A nemesek fűszere*

Ezt az Észtországból gyűjtött fabulát főként a városi nemesség terjesztette, hogy kigúnyolják a parasztokat. Persze, mint minden mesének, ennek is akad némi igazságtartalma. Nem csupán a két frissen meggazdagodott lókereskedő előtt volt ismeretlen a mustár: Noha a só és a cukor mellett ma már ez az egyik legelterjedtebb ízesítőszerünk, kezdetben ritka vendégnek számított a vidéki gazdák asztalán.

Fajneve: ..... Sinapis alba, fehér mustár  
Családja: ..... Brassicaceae (korábban Cruciferae), mustár- és káposztafélék  
Fűszerként használt része: Magja (a levelét salátába keverik)  
Származási helye: ..... A Földközi-tenger medencéje  
Termőterületei: ..... Egyesült Államok, Kanada, Dánia, Németország, Hollandia, Franciaország, Nagy-Britannia, Kína és Japán  
Általánosan használt neve: angolul ..... white mustard  
franciául .... moutarde  
németül ..... Senf  
olaszul ..... senape  
spanyolul ... mostaza

Fajneve: ..... Brassica nigra, fekete mustár  
Családja: ..... Brassicaceae (korábban Cruciferae), mustár- és káposztafélék  
Fűszerként használt része: Magja (a levelét salátába keverik)  
Származási helye: ..... A Földközi-tenger medencéje  
Termőterületei: ..... A legtöbb országban megterem, jelentős exportcikk Chilében és az Egyesült Államokban  
Általánosan használt neve: angolul ..... black mustard  
franciául .... moutarde  
németül ..... Senf  
olaszul ..... senape  
spanyolul ... mostaza

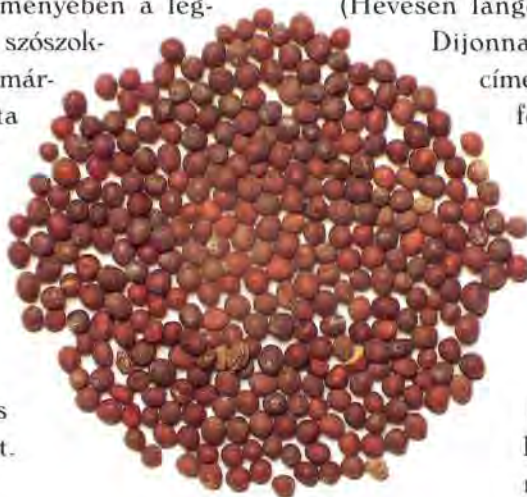
MUSTAR





Fűszerként való használata, sok egyéb gasztronómiai újítás mellett, az ókori mediterrán kultúrákból ered. Eleinte gyógyhatása miatt éltek vele; PitaGORasz, a 6. századi görög tudós a skorpiócsípés kiváló ellenszerének tartotta. Bizonyára „a gonosz elűzi a gonoszt” alapelvet követte, hiszen a mustár erős bőrirritációt okoz. Egy évszázaddal később élt kollégája, Hippokratész is többféle, mustárból készített főzetet említett munkáiban.

Rómában az idősebb Plinius, a Kr. u. 1. században tevékenykedő tudós azt a kijelentést tette, hogy a lusta asszony tökéletes feleséggé válik, ha mustárt kap enni. Ugyanebben az időben kezdték alkalmazni az ókori római konyhaművészetben. Apicius híres receptgyűjteményében a legkülönbözőbb ételekhez, illetve szószerkezetekhez javasolta ízesítőként. A mártásokat előszeretettel kínálta főtt madárételekhez – főként strucchoz, daruhoz, kacsához, valamint sült gerléhez –, főtt disznóhoz, vadpecsenyéhez, malaccsecshez és számos, halból készült fogáshoz. Csakúgy, mint a mai hot-dog standokon, Apicius is mustárral tálalta a főtt virslit.



*A mustár íze csak akkor „szabadul ki”, ha összetörjük a magokat, és a port vízzel elkeverjük.*

### *A mustár elterjedése*

A mustár Rómából indult hódító útjára, s érkezett meg más területekre, többek között a mai Franciaországba. A 8. században, Nagy Károly uralkodása idején a császári birtokokon és a Párizs környéki kolostorok kertjében termesztették. A rómaiak által megalkotott szósz a klasszikus francia konyhaművészetben a *sauce Robert*-ben él tovább. Leírása már a 17. századi szakácskönyvekben olvasható, alapanyaga a mustár, valamint a hagyma. A francia mustárkészítés fellendítette a nemzeti konyhát, és jelentős melléiparaggá nőtte ki magát, különösképpen Bourgogne régióban, ahol Dijon igazi „mustárfővárosá” vált.

A feltételezések szerint a mai Németországba és Angliába a mustár a 12. században jutott el. Arra nézve nem rendelkezünk biztos adattal, vajon Spanyolországba, illetve Portugáliába a rómaiak, avagy csak később az arabok révén került-e. Annyi bizonyos, hogy Vasco da Gama indiai útjára már magával vitt egy hordónyt az apró magokból.

### *Honnan származik a mustár neve?*

A mustár Nyugat-Európában használatos elnevezései Franciaországból erednek. Két magyarázatot is találhatunk erre. A fantáziadúsabb változat szerint Merész Fülöp herceg a *Moult Me Tarde* (Hevesen lángolok) jelmondatot íratta a Dijonnak 1382-ben adományozott címerre. A város mustárkészítői feltüntették ezt a hordókon, mivel azonban a helyesírás nem volt az erősségük, a végeredmény *moutarde* (hevesen égni) lett. Az etimológusok prózai magyarázata szerint viszont a *moutarde* a *mustum ardens* rövidített formája, amely a középkori latin nyelvezetben forró bormustot jelentett – akkoriban a mustárt Burgundiában szőlőmustból, feltehetőleg ecet hozzáadásával állították elő.

Más európai országokban a mustár neve a latin *sinapis* (fehér mustár) kifejezésből ered, amelyről csupán annyit tudunk, hogy valószínűleg Egyiptomból, Görögországon át érkezett Rómába. Az olasz *senape* szóban mindmáig felfedezhető, és a legtöbb germán nyelvben jelen lévő származékai bizonyítják a mustár kora középkori elterjedését a római civilizációból az északi államokba. Különleges kivételre Norvégiában akadhatunk, ahol a fűszert *mustardhrnak* hívják, egyértelműen utalva a francia vagy az angol megfelelő hatására. Ugyanakkor ezt is tükrözi, hogy a nép nemigen ismerte a mustárt; a név irodalmi szövegekben



*A virágzó mustármezők színpompás látványt nyújtanak, mint ez a dél-svédországi gazdaság is.*

vagy fordításokban fordul csak elő – úgy tűnik, egyfajta „mustárhatár” alakult ki Dél-Skandináviában.

### *A mustár öl...*

A kontinens legnagyobb részén a mustárevés az uralkodó osztály privilégiuma maradt, mellyel a parasztság egyáltalán nem törődött – kisebb gondja is nagyobb volt ennél. Néhány európai országban viszont az egyszerű emberek megpróbálták utánozni a nemességet. Így hát a felsőbb rétegek könnyedén kigúnyolhatták a szegényeket az észtországihoz hasonló anekdotákkal.

A mustárral kapcsolatban még gyilkosságról szóló legendák is élnek. Néhány tétlen viking a Man-szigeten telepedett le, ahol rendkívüli módon unatkoztak. 1234-ben hírért vették azonban, hogy az Orkney-szigeteken fejtelenség uralkodik, és odahajóztak fosztogatni. Kemény ellenféllel találták szembe magukat: Conway earlje már előttük odaért, így könnyedén elfogta a hívatlan látogatókat. Fulladásos halál várt rájuk, miután fejjel lefelé belelógatták őket egy-egy mustárral

teli hordóba. Legjobb tudomásom szerint ezt a kivégzési módot azelőtt és azóta sem alkalmazták.

### *A mustár néphagyománya*

Sok hiedelem fűződik ehhez a fűszerhez. Németországban úgy hiszik, ha a menyasszony mustármagokat varr az esküvői ruhájába, ő fogja a házasságban a nadrágot viselni. Két igen eltérő kultúrájú országban, Dániában és Indiában egyaránt él az a babona, hogy a ház körül elhintett magok távol tartják a gonosz szellemeket. A dánok hajdan úgy vélték, a frigid asszony viselkedése gyökeresen megváltoztatható, ha gyömbéresmentás mustárkeveréket adnak neki. Az arcra kent, mustárporból készült „pakolással” kezelték a fogfájást – ez köztudottan a gyógynövények egyik legősibb felhasználási módja.

### *A mustár változatai*

A mustár számos keresztes virágú növény gyűjtőneve, közülük néhány a káposzta rokona. A két

legfontosabb faj a *Sinapis alba* és a *Brassica nigra*; általánosan elterjedt nevük fehér (illetve sárga), valamint fekete mustár.

A boltokban kapható, előre gyártott mustár a fehér változathoz készül, ami a hozzáadott kurkumától válik sárgás színűvé. A termék ízét a víz mellett ecet vagy borecet, cukor és só hozzáadásával javíthatjuk. Emellett mézzel, fokhagymával, tárkonnyal és még sokféle fűszerrel bolondíthatjuk meg. Főként Franciaország egyes tartományai kedvelt a fekete mustár helyi, „falusi” változata.

### Mire vigyázzunk?

A mustár különleges fűszer, mivel végleges íze csak azután alakul ki, hogy a magokat összetörtük, és az így kapott port vízzel elkeverjük. Két különböző típusú sejtjéből származó anyagok találkoznak ekkor: a szinigrin és a mirozináz. Az így keletkező mustárolaj azzal az enyhén savanyú, inkább csípős ízzel bír, amit a ma használatos mustártól megszoktunk. A keverék átlagosan 10-15 perc elteltével nyeri el végső aromáját, ezért az otthoni mustárt tálalás előtt legalább fél órával állítsuk össze. A későbbiekben a szósz veszít zamatából, így nem tanácsos az éppen szükségesnél többet készíteni.



*Ósi német hiedelem, hogy ha a menyasszonyi ruhába mustármagot varrnak, a házasságban a nő viseli a nadrágot.*

Ez a folyamat megállítható esetleg késleltethető ecet, borecet, illetve citromlé hozzáadásával. A gyárilag előállított mustár mindig tartalmazza az előbb említett összetevők valamelyikét. Mustársósznál vagy rögtön felhasználásra kerülő mustárnál ez nem szükséges, legtöbbször mégis adunk valamelyik étkezési savból a keverékhez, mivel már hozzájuk szoktunk a boltban kapható változatoknál. Sajnos ezzel meggátoljuk a fűszer igazi ízének előtérítését, ezért a saját kreációnknál inkább mellőzzük őket.

A cukor hozzáadása fogas kérdés. Én személy szerint kedvelem a mustárban az édes zamatot, leginkább a mézét, melyet évszázadok óta előszeretettel fogyasztanak. Az ízlés azonban, mint tudjuk, személytől függ.

Viszont miért ne kísérletezzünk? Higgyék el, érdemes! Legközelebb próbálják meg elkészíteni a virsli mellé saját keveréküket, a szokásos, előre gyártott mustár helyett! Amikor szószokhoz használjuk a mustárt, vigyá-

zunk, ne változtassuk meg az eredeti zamátát, mivel a mártás átveszi annak fanyar vagy édes ízét, s így – legjobb szándékunk ellenére – elronthatja a legjobb ételt is.

A mustármagok egészen kiválóan alkalmasak a savanyú káposzta és a kovászos uborka tartósítására. A magok jellemző csípősségüket nem adják át, csupán enyhe aromájukkal dúsítják ezeket a finomságokat.

## Borjúvese mustárszószban

*A különféle mustárokat általában készételek mellé tálaljuk, például virslihez vagy más hússokhoz. Ehhez nincs szükség egyedi receptre, azzal azonban érdemes tisztában lenni, hogy a főtt halhoz való keverék nem illik a kolbászokhoz. Egy jól felszerelt konyhában több változat is hozzáférhető: halmustár, világos és sötét francia borecetes mustár (öntetekhez), édesítőszer nélküli mustár (szószokhoz), valamint csípős angol mustár.*

*A mustár főzéshez szintén remekül alkalmas. Gyakorta adják veséből készült ételekhez, mint a híres francia szakács, Raymond Oliver remekében, mely a „Hirtelensült borjúvese háromféle mustárral” nevet viseli. Íme az egyszerűsített változata:*

### HOZZÁVALÓK (2 személyre):

1 borjú- vagy bárányvese  
4 szelet ropogósra süített szalonna  
1,5 dl (10 evőkanál) zsíros tejszín  
3-4 evőkanál konyak  
vaj a sütéshez  
finomra vágott petrezselyem  
só és bors  
(utóbbi lehetőleg frissen őrölve)

Először mossuk, majd szárítsuk meg a veséket. Vágjuk fel 1 centiméteres csíkokra, és távolítsuk el a zsírosabb részeket. Ha bárányvesével dolgozunk, a felhasználás előtt 1-2 órával áztassuk tejbe. A csíkokat sóval és borssal ízesítsük,

azután forró serpenyőben süssük ki őket – belül maradjanak rózsaszínűek, a külsejük viszont legyen szép barna. Ezután öntsük le konyakkal, gyufával gyújtsuk meg a szaftot, s óvatosan rázogassuk a serpenyőt. Amikor a lángok elalszanak, helyezzük a vesecsíkokat egy előre felmelegített mély tálba vagy fóliába, hogy langyosan tartsuk őket. A már-

táshoz keverjük hozzá a mustárt, tejszínnel hígítsuk, majd hagyjuk forni, míg be nem sűrűsödik; sózzuk, borsozzuk. A kapott ízt tetszés szerint fűszerkeverékkel vagy egy csepp Worcester-szósszal gazdagíthatjuk. Tálaláshoz helyezzük

a vesecsíkokat előmelegített edényre, és öntsük rá a mustárszószt. Szórjuk meg felaprított petrezselyemmel, az előre megsütött szalonnaszeleteket pedig a tál felett vágjuk darabokra. Rizzsel vagy burgonyapürével fogyasszuk, ezek illenek hozzá leginkább. Külön köretként kínálhatunk hozzá vajban pirított fehérkenyeret.

# Komló

*suhogó-izsalag, szeleginy, felfutó komló*



Nagy Sándor uralkodása alatt, a Kr. e. 4. században élt Pütheász a mai francia kikötőváros, Marseilles helyén virágzó görög gyarmaton látta meg a napvilágot. Hírnevét annak köszönheti, hogy ő volt az első dél-európai, aki eljutott a messzi északra. Angliában járva hallott egy még északabbra eső, a ködös és jeges tengereken túl fekvő távoli vidékről. A legenda szerint a helyiek nem bort termeltek, hanem mézből és gabonából állították elő kedvelt frissítőjüket. A görögök szemében eme furcsa szokás felkeltette Pütheász érdeklődését, és vezető helyen szerepeltette az „Ultima Thule” területről – feltehetőleg Skandináviáról – adott beszámolójában.

Néhány évszázaddal később Julius Caesar tollából született hasonló leírás a germán népekről, melyben megemlítette, hogy azok húson, sajton és vajon éltek; inkább megitták a gabonájukat, semhogy kenyeret süssenek belőle. Nem sokkal azután Tacitus, a római történetíró is megalkotta róluk szóló híres könyvét, a *Germaniát*, s ugyancsak meglepetéssel jegyezte meg, hogy „italuk árpából és búzából készül, amely erjesztés után a borhoz válik hasonlatossá.”

A fent említett példák két dolgot mutatnak: a germánok már kétezer évvel ezelőtt ittak sört, a rómaiak

pedig nem. Jobban meggondolva különös, hogy utóbbiak mellőzték a folyékony kenyeret, hiszen az egyértelműen az élet elviselhetőbbé tételének ősrégi módja: a Közel-Keleten már a prehisztórikus időkben

kifejlesztették a sörfőzés különféle módozatait. Rejtély számunkra, pontosan mikor gurult le az első korty sör egy kőkorszaki torkon – olyan korai civilizációk azonban, mint az egyiptomi és a babiloni, már habzó sörrel teli serlegekkel tűntek elő az ismeretlenség homályából, nedűjük pedig meglehetősen modern eljárással készült. A sörfőzők a világ legrégebbi vegyi technikai ágazatával büszkélkedhetnek, noha első helyüket feltehetőleg meg kell osztaniuk a pékekkel; a két iparág szorosan kötődik egymáshoz, mivel alapanyagaik és az erjesztési folyamat is nagyon hasonló, ráadásul mindkét mesterség termékei egyformán keresettek.

## *A sörízésítés művészete*

Európa számos országában hosszú ideje a sör a legfőbb „kellék” ünnepi alkalmakkor és hétköznapi étkezések kísérőjeként egyaránt. Annak a hajdani szokásnak köszönhetően, mely étellel és itallal teli edényeket helyeztetett az elhunytak mellé – ha olyan helyre kerülnének, ahol kevés efféle földi jóval

Fajneve: .....	Humulus lupulus
Családja: .....	Cannabaceae, kenderfélék
Fűszerként használt része:	Nőivarú virágának toboz alakú termése
Származási helye: .....	Eurázsia és Észak-Amerika mérsékelt éghajlatú területei
Termőterületei: .....	Egyesült Államok, Németország (mindkettő 30-30 százalékát adja a világ komlótermelésének), Csehország, Szlovákia
Általánosan használt neve:	angolul ..... hop franciául .... houblon németül ..... Hopfen olaszul ..... luppolo spanyolul ... lúpulo





*Humulus lupulus* L.

Hurule. Hyskhatt, Btk.

a. Konblomma, förstora I

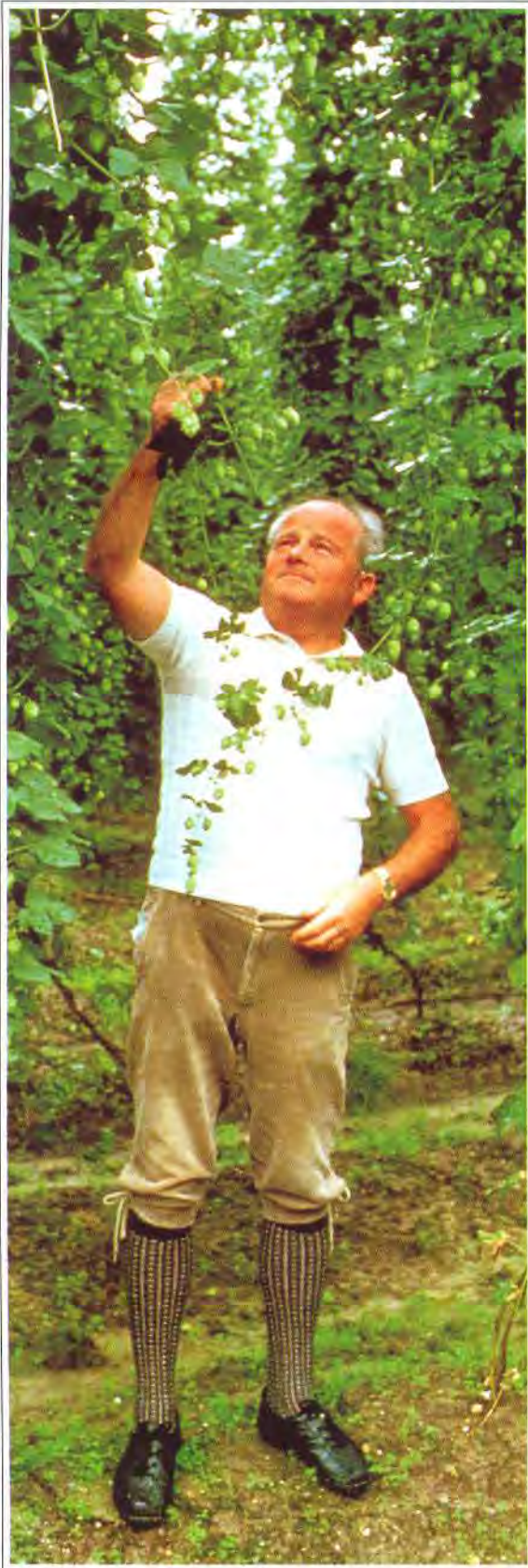
b. fruktställning en kotte II

c. Tvänne konblommor med stödjelblad och förblad

d. Konblomma förstora

I stjälklapp med konblommor II stjälklapp med konblommor.

Ch. v. L. 1705.



*A komlónövény óriásira nő – felkapaszkodik a többméteres karókra. Régen szinte minden birtokon díszlett egy kisebb komlókert, amit olykor a törvény is előírt. Manapság a sörfőzdeket a nagyipari termesztés látja el.*

találkozhatnak –, a régészek törött cserepeken a sör megszáradt maradványait találták. Ezekből egyértelműen kiderült, hogy az aranyló folyadékot fűszeres vagy enyhén keserű füvekkel ízesítették. Skandináviában főként édes fenyérmirtuszt, cikafarkat, mocsári molyúzót vagy vadrozmaringot, gyöngyvesszőt, kankalint, esetleg ürömöt, míg a kontinensen többek között borókabogyót és fakérget használtak.

Természetesen azok a fűszerek örvendtek a legnagyobb népszerűségnek, amelyek fokozták a részegségérzést, közülük néhány azonban egyenesen káros lehetett – például a bolondítófűként is ismert beléndek. Hasonlót tartanak egy sokat emlegetett söradalékról, a csiperkéről. Nagy mennyiségben fogyasztva erőteljes bódító hatása van, melytől az ember agresszívvé és erőszakossá válik. Egyes vélekedések szerint a közismerten ádáz dühvel harcoló vikingek a csata előtt csiperkével készített sört ittak, hogy tűzbe jöjjenek.

Ezt a fajtát Észak-Európa más területein és Ázsiában szintén kedvelték. Hajdan az a történet kapott szárnyra Szibériából, miszerint a gombával dúsított nedűt magukhoz vett férfiak vizeletét asszonyaik megitták, és ettől ők is nagyon megvidámodtak, mivel a mámorosságot előidéző anyagok még a férjük szervezetén keresztülhaladva sem veszítették el teljesen az erejüket. A féltelen vikingekről más históriát is feljegyeztek a svédek utolsó, 1814-ben a norvégok ellen vívott háborúja kapcsán. Stockholmi tisztek meghökkenve mesélték, hogy a helyiek közül többen csiperkét rágtak a csata előtt, amit végül – érthető módon – megnyertek.

### *A komló sokoldalúsága*

Európa már a kora középkorban megismerte az új fűszert, ami azóta elválaszthatatlanul kapcsolódik a sörfőzéshez. A komló vadon nő, leg-

*Szártott komlótobozok.*



inkább Eurázsia mérsékelt övi területein és Észak-Amerikában. Toboz alakú termésének lupulinmirigyei ragacsos, sárga anyagot választanak ki magukból. A lupulin gyógyerejéről ismert, mely a középkorban fontos szerephez juttatta a komlót. Több keserű összetevőjének, például a lupulonnak és a humulonnak számos hatása van a sörre: segítenek a tartósításában – ez korábban nagy gondot jelentett –, habosabbá teszik és felelősek a jó sörre oly jellemző kesernyészéért.

A komlót már az ókori görögök és rómaiak is természetették, bár csupán gyógyszerként, illetve zöldségként használták. A spárgához hasonlóan a friss rügyeket fogyasztották, s ugyanez a szokás élt egészen a 18. századig többek között Hollandiában. Az emberek hamar felfedezték, hogy a növény mirigyei enyhén narkotizálnak – Angliában a mai napig az ópiumhoz hasonlóan szívják. 1864-ben a németek ellen harcoló dánok dohánykészlete kifogyóban volt, így szárított komlótozokat morzsoltak össze, abból csavartak cigarettát. Ezzel a pótlékkal alkalmanként még a II. világháború alatt is éltek, és a katonák

váltig állították: a komlóval kevert dohány sokkal finomabb, mint a cseresznyelevelé izesítésű.

A hagyomány szerint a komló toboza a párnába varrva az álmatlanság hathatós ellenszere. Az orvoslásban altatóként és étvágyserkentőként töltött be szerepet, mely némiképp ellentmondásosnak tűnhet. A komlót elsősorban mégis „a nemi szervek irritációjának” enyhítéséért említik a régi enciklopédiák. Afelől azonban biztosak lehetünk, hogy nem gyógyhatása, hanem sörízítő tulajdonsága miatt kedvelték meg annyira a török, finnugor és szláv népek a Volga mentén, illetve később a Balti-tenger déli és keleti területein.

### *Az első komlóültetvények*

A komló keletről érkezett Európába, és a földrész középső részét feltehetőleg már a 6. században elérte. A legkorábbi ismert komlógazdaságról 736-ból származik feljegyzés Bajorországból, ahová a technológiát a szláv hadifoglyok vitték magukkal a 7. században. Harminc évvel később a befolyásos svájci Sankt Gallen-i kolostorban



*Hajdan a komlószüret várva várt társadalmi eseménynek számított a hagyományos vidéki életben, amikor a munkát összeköthették a szórakozással; mint a svéd Wilhelm Wallander 1856-ból származó festményén.*

is nevelték. 768-ban már Kis Pippin frank király udvarának fényét emelte. Skandináviába sörízésítőként a rendházak révén került, de – a kender távoli rokonaként – textilszövés céljára feltehetőleg már előzőleg is termesztették.

Kétségtől a kolostoroknak köszönhető, hogy a komló végül minden más hagyományos söradalék felett diadalmaskodott. Ez a győzelem nem kis részben – a keleti fűszerekkel ellentétben – feltételezett nemi vágycsökkentő hatásának tulajdonítható, mely egyértelmű előnyt jelentett a szerzetesek számára.

### *A komló termesztése*

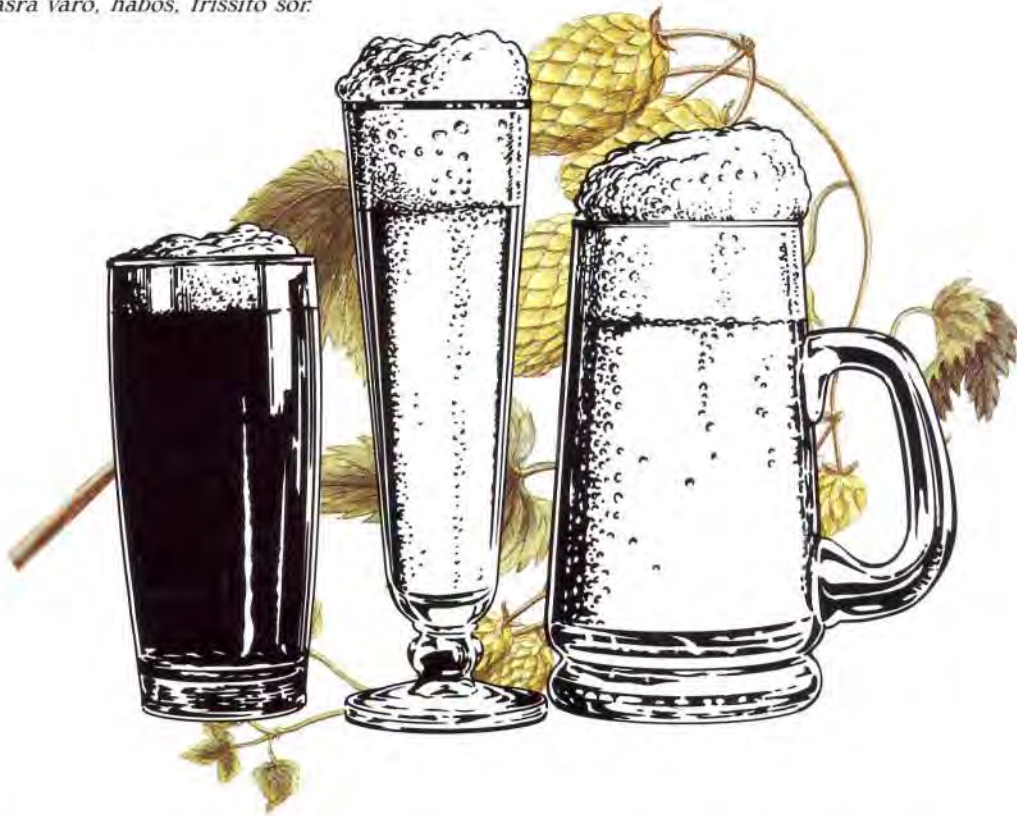
A komló kúszónövény, amely az óramutató járásával megegyező irányban tekeredik fel a fák törzsére vagy más támasztékokra, és apró, íjszerű

tüskéivel rájuk akaszkszik. A rómaiak – tévesen – úgy tartották, hogy a palánta kiszívja az életet a fából, melyre felkapaszkodik. Ezért kapta a „kisfarkas” becenevet, amit a latin *Humulus lupulus* név második tagja is mutat.

A komló rendkívüli látványt nyújt: a növény 6-7 méter magasra nyúlik fel – szokatlanul hosszú póznákra van szüksége, innen a komlóültetvények különleges arculata. Egyes országokban a parasztoktól annak idején megkövetelték, hogy bizonyos mennyiségű komlót természetesen a kertjükben; számuk a néhány példánytól a több száz növényig ingadozhatott államonként.

A komló kétlaki, a bibés virágok szoros, tobozszerű alakzatban helyezkednek el, míg a hímivarúak erősen különválnak. Tenyér alakú levelei egymással szemben állnak. A vadon nőtt komló általában folyópartokon fordul elő, de sokkal

*A komló végső ajándéka:  
a kóstolásra váró, habos, frissítő sör.*



kevesebb lupulint tartalmaz, mint a nemesített változata. Leginkább a laza, meszes talajt és a nyirkos éghajlatot kedveli. A komló 15-20 évig termékeny, tobozait augusztus-szeptember környékén takarítják be, amikor sárgászöldből sárgásbarnává válnak. Az indákat óvatosan leszedik a tartóoszlopokról, majd hazaviszik őket a gazdaságba, és ott távolítják el a termésüket.

### *Élet a tobozok között*

A komlósüret egykoron a vidéki élet ritka szórakozását nyújtotta. Felnőttek és gyermekek egyaránt részt vettek benne, és mivel a munka meglehetősen monoton volt, mesékkel és dalokkal szórakoztatták magukat. Amikor az összes növényt megszabadították a terhétől, elérkezett az idő – legalábbis a felnőttek számára – a komlómulatságra.

Leszedésük után a tobozokat 4-5 napig szárítják, ez idő alatt gyakran rázogatják és forgatják őket. A komló rendkívül érzékeny, ezért

óvatosan kell vele bánni, míg a sörfőzdébe nem ér. Ott a sörléből ülepítéssel kinyerik a cefrét, ezt azután néhány óráig a komlóval együtt főzik, ami így átadja hasznos és jellegzetes ízanyagait. A kívánt erősségtől függően 10-40 dekagramm komlót kevernek 100 liternyi cefréhez.

A világ évi komlótermelése közel 125 ezer tonnára tehető, amely több mint 90 ezer hektárnyi területen nő. Régebben a növény többi része is felhasználásra került: a leveleit takarmányként adták a lábasjószágoknak, a szár rostjaiból pedig kötél készült.



# Üröm

*fehér üröm, bárányüröm, hegyi üröm, patikai üröm,  
kálvinista tapló, mesétfű*



Az ókori Rómában évközben számos fesztivált tartottak. Ezek egyike a Latin Ünnepség volt, melynek keretében fogathajtóversenyt rendeztek a Capitolinus dombon. A győztes jutalma – a kupa ürmösbor – áhított díjnak számított, mivel jó hatásúnak tartották az egészségre. Ebből a ceremóniából a mai napig tartó hagyomány alakult ki, melynek nemcsak a vermutot köszönhetjük, hanem többféle gyomorkeserűt és pálinkát is, amelyek ízét mind az üröm adja.

## Ósi életmentő

A közönséges üröm gyógyhatását nem a rómaiak fedezték fel. Már a legrégebbi orvosi munka – az *Ebers-papirusz* – is említést tesz róla, mely 3500 esztendeje született Egyiptomban, és Georg Moritz Ebers német egyiptológusról kapta nevét, aki 1872-ben rábukkant. Több ókori görög és római műben megemlítik az emésztés, a bélműködés és a nemi vágy serkentőjeként. Aligha kívánhatunk ennél többet egy közönséges gyógynövenytől! Annak ellenére, hogy a híres görög orvos, Galénusz a Kr. u. 2. században az abból készült bor kellemetlen hánytató hatására figyelmeztetett, az üröm hírneve mégis egyre nőtt.

## Út a konyhába

Idővel azonban a növény kulináris tulajdonságai háttérbe szorították gyógyhatását. Felfedezték, hogy kiváltképp a disznó- és a bárányhús

tehető finomabbá, ha elkészítésükkor ürömlleveleket raknak melléjük. A fehérrépa zamatát szintén sokkal izgalmasabbá varázsolja. A germán országokban ez volt a legismertebb vadon termő fűszer, mielőtt a szerzetesek számos más ízesítőt honosítottak meg Európában.

Az előbb említett tulajdonságai mellett az a szóbeszéd járta róla, hogy néhány állat – a kártevők, mint az egér és a moly – ki nem állhatja az illatát. A gazdák így a magtáraikat gyakran ürömgáttal vették körül a rágcsálók távoltartására. Ezt a módszert Németországban még az 1930-as években is alkalmazták. A könyvtárosok és az írók szentül hitték, hogy az egerek utálják

az ürmöt, ezért a levét belekeverték a tintába – véleményeik szerint a hívatlan látogatóknak ezek után elment a kedvük a kézirat „megkóstolásától”.

## Az italok jótevője

Mindezek mellett az üröm leginkább az italok ízesítésében töltött be meghatározó szerepet. Antimus, a 6. századi görög orvos lejegyezte, hogy a germán népek elő-

Fajneve: .....	Artemisia absinthium
Családja: .....	Asteraceae (Compositae), fészkesvirágúak
Fűszerként használt része:	Levele, esetenként a virága
Származási helye: .....	Egész Európa területe
Termőterületei: .....	Lokálisan természetik, de a vadon nőit változatát jobbnak tartják
Általánosan használt neve:	angolul ..... wormwood franciául .... absinthe németül ..... Wermut olaszul ..... assenzio spanyolul ... ajenjo



szeretettel ittak örömmel dúsított bort – ez minden bizonnyal a sör volt. A soissons-i Meroving udvarban – a kellemetlen barbár hírében álló – I. Chilperich királyt egy serleg mérgezett borral gyilkolták meg, melynek árulkodó ízét örömmel és mézzel álcázták. Amikor a szaracénok elvitték a Frank Birodalomba a desztilláció titkát – amit az arabok jóval a keresztények előtt ismertek –, az üröm helyi változatát kezdték használni a brandy feljavítására.

Vajon tényleg ennyire jóízűnek tartották az emberek az ürömet? Az elsődleges cél valószínűleg az lehetett, hogy keserű aromájával elfedje a bor és a sör gyakorta kellemetlen zamatát. A sör ugyanis hamar megkeseredett, a bor pedig a kezdetleges szállítási módszerek miatt félig megecsetedett, mire a fogyasztókhoz ért.

Az észak-európai országoknak komoly gonddal kellett megküzdeniük. A 17. században kitanulták, hogyan kell likórt készíteni, eleinte gabonából, majd száz évvel később burgonyából. Tökéletlen felszerelésük miatt azonban a végtermék íze szörnyűvé vált az eljárás során keletkezett kozmaolajtól. A borba ezért erős adalékanyagok kellettek, hogy elnyomják az egészségtelen kipárolgást; a skandinávok erre a célra ürömet használtak. Angliában és Hollandiában csupán elhanyagolható szerepet játszott, mivel ezekben az államokban a borókát alkalmazták – ez vezetett végül a gin kialakulásához.

### *Titkos erők*

A legtöbb európai nemzettel ellentétben a franciák az üröm levelében lévő narkotizáló anyagot igyekeztek kivonni. Az eredmény az abszint lett – az elnevezés a növény görög, illetve latin nevéből származik, de a likőr mentális és fizikai betegségek egész sorát okozta, ezért 1907-ben először Svájcban, majd később számos más országban is betiltották.

A vermut születése 1786-ra tehető, neve pedig az üröm német megfelelőjéből ered. Megalkotója, a torinói Antonio Benedetto Carpano az ital ötletét állítólag Goethe műveiből vette. Mai formájában tucatnyi különböző fűszerrel ízesí-



*Az üröm felhasználásával készült abszint a 19. század végén a dekadens költők és a munkásosztály gyötrelmeinek jelképévé vált. Edgar Degas híres L'Absinthe című festménye 1876-ban készült.*

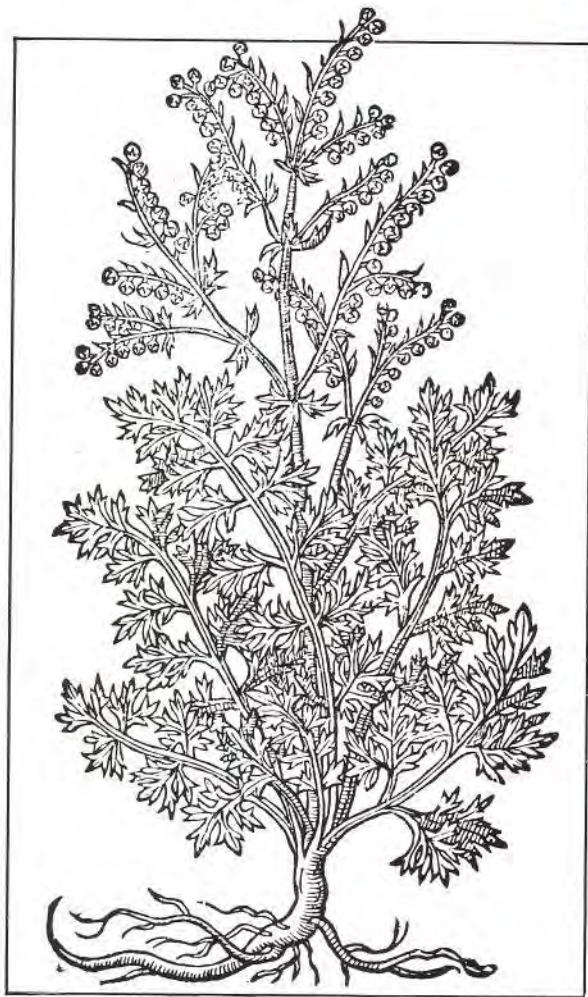
tik, melyek között az üröm az egyik legjelentéktelenebb.

A csípős illatú növényekről és anyagokról régóta hiszik, hogy megóvnak a gonosz szellemtől. Ennek jó példája a fokhagyma, Európa nagy részén azonban hasonló erőt tulajdonítottak az ürömmel is. Gazdag néphagyománya szerint megvéd a szemmel verés és más gonosz praktikák ellen. Egy vietnami változataról úgy tartják, elűzi a démonokat.

### *Üröm a szabadban*

A közönséges üröm bolyhos, szürkés színű évelő, mely másfél méter magasra megnőhet. Az em-





Az ürömöt már évezredekkel azelőtt ismerték, hogy Simon Paulli dán botanikus a *Flora Danica* (1648) egyik fametszetén bemutatta volna.

bernek köszönhetően terjedt el Észak-Amerikában, de eredetileg Európában honos. Az ugyancsak az *Artemisia* nemzetségbe tartozó füvek és cserjék között – melyeket átfogó néven gyakran neveznek ürömnek – további fűszerek is akadnak, egyebek mellett a tárkony.

Mivel az üröm fészkes virágú növény, apró, kupola alakú termések nőnek a szárról ágazó hajtások mentén, sárga, csőszerű perem-, valamint tölcsérszerű korongvirágokkal. Ezek augusztusban nyílnak, és általában közvetlenül lehullásuk előtt gyűjtik össze őket.

A vad *Artemisia maritima*, a közönséges üröm rokona Skandináviában kedvelt likőrízítő.



# Babér

*bürbérfa, albertlevél, szagoslevél*

Apollón, az ókori görögöknél a zene, a prófécia és a Nap istene egyszer vitába keveredett apjával. Mélységesen magára haragította Zeust, aki mérgében elűzte őt az Olümposzról, hogy a halandók között éljen. A földi világban nehezen lelta a helyét, bár sikeresen elcsábított számos evilági szépséget. Vonzerejének azonban nem mindenki hódolt be.

A monda szerint Daphné (nevének jelentése „babér”), az Artemisz kíséretébe tartozó nimfa sem egykönnyen adta be a derekát. Apollón beleszeretett, azonban hamarosan rájött: vetélytársa akadt a fiatal Leukipposz személyében – a fiú álruhát öltött, csak hogy a gyönyörű leány közelében lehessen és követhesse mindenhová. Apollón rávette a nimfákat, fürdőzzenek egyet, így fedve fel riválisa igazi nemét, akit a feldühödött nők azonnal megöltek. Az ifjú isten a menekülő Daphné után ment; a riadt teremtés apjához, Péneiosz folyóistenhez fohászzkodott, hogy mentse meg szüzességét. Ő leányát babérfává változtatta, s a történet folytatását a római költő, Ovidius beszéli el *Átváltozások* című művében:

*„S mondtá az isten: „Lám, nem akartál lenni a nőmmé. Iám léssz hát ezután. Ott díszlesz, tudd meg, örökké fűrtjeimen, te babér; díszíted a lantom, a tegzem:...”*  
(DEVECSERI GÁBOR FORDÍTÁSA)



Ezzel a legendával magyarázható, miért a babér Apollón szent növénye.

## *A hatalmi jelkép*

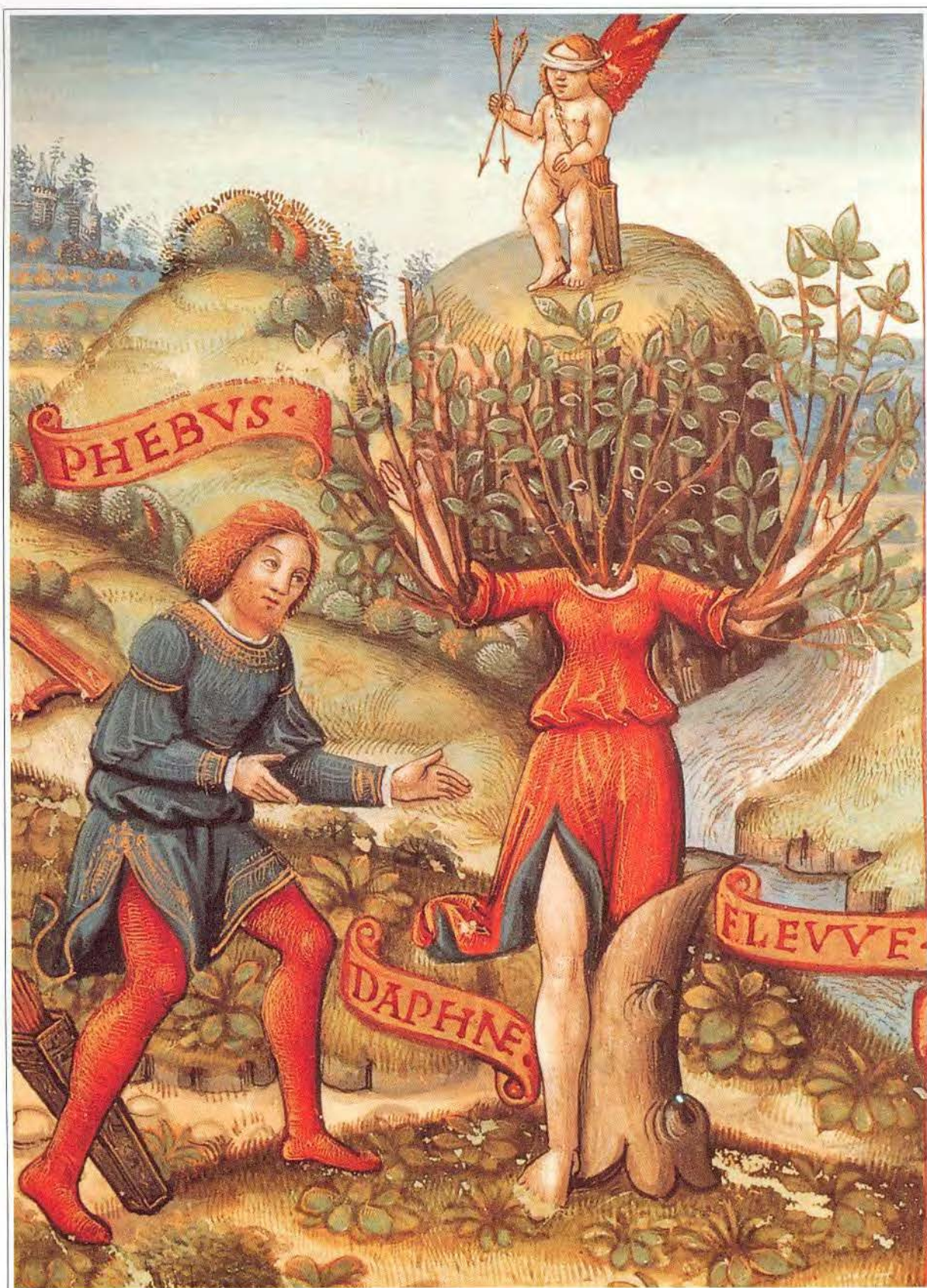
Az istenek kapcsolata a babérral inkább a botanikán, mint a valláson alapszik. Ha valaki babérágakból vetett ágyon aludt, s belelegezte azok fűszeres illatát, álma – állítólag – valóra vált. Delphoiban, Apollón leghíresebb jósdájában ezek a fák jelentős szerepet játszottak – akinek a jósnő jó hírt jövendölt, annak babérkoszorút helyeztek a fejére. A görög atlétikai játékokon (a jelenkori olimpiák ősen) ez a koszorú győzelmi jelképpé vált. Végül a katonai diadal szimbóluma lett – bár amikor a római szenátustól Julius Caesar engedélyt kért, hogy viselhesse, legfőbb indoka kopaszságának elrejtése volt.

Mivel Apollónt a művészetek patrónusának tekintették, a nagy költők babérkoszorúja mutatta, viselőjének alkotásai elnyerték az isten tetszését. Nagy-Britanniában a mai napig létezik az uralkodó által adományozott *poet laureate* (koszorús költő) cím. Operaénekeseket és előadóművészeket is gyakran ünnepelnek a nyakukba akasztott babérkoszorúval; tudósok szintén hasonló kitüntetés nyerhetnek. A baccalaureátusi tudományos cím közvetve kapcsolódik a babérhoz (a *laurea* jelentése babérág),

Fajneve: .....	Laurus nobilis
Családja: .....	Lauraceae, babérfélék
Fűszerként használt része:	Szárított levele; régebben bogvója is
Származási helye: .....	Közel-Kelet, Szíria
Termőterületei: .....	A Földközi-tenger medencéje, főként Olaszország, Spanyolország, Portugália, Görögország és Törökország; Kelet-Ázsia; Közép-Amerika
Általánosan használt neve:	angolul ..... laurel, bay leaf franciául .... laurier németül ..... Lorbeer. Suppenblätter olaszul ..... alloro spanyolul ... laurel



*Laurus nobilis* Linn





amely így több országban az egyetem befejezésének jelképe lett. A babérbogyók latin elnevezéséből (*baca lauri*) született a francia *baie* szó; innen ered a babérlevél egyik angolszász neve, a *bay leaf*.

A babérnak a legősibb idők óta mágikus erőket tulajdonítanak. Ezek egyike a villámcsapás elleni védelem; Tiberius római császárról az a történet járja, hogy villámláskor babérkoszorúval a fején ágya alá bújt. Az uralkodását követően nem sokkal pestis tört ki Rómában – Néró egy babérliigetbe menekült, mivel a járvány a legenda szerint tart a fától.

### *A babér helye az ókori konyhában*

A babér gasztronómiai szerepe egyidős kulturális fontosságával. Bogyója és levele egyaránt nélkülözhetetlenek számított a római Apicius Kr. u. 1. századi receptgyűjteménye szerint. Európa északabbra eső területeire már a kora középkorban exportálták, így gyakran feltűnt a gyógynövényes medicina könyveiben. Ekkoriban főleg orvoslásra használták – Nagy Károly egyenesen buzdította alattvalóit, hogy ültessenek babérfákat. A gyomor-, vese-, illetve bőrproblémákat (beleértve az



*A hagyományos bouquet garni („fűszernövénycsokor”) egyik elterjedt változata petrezselyemből, kakukkfűből és babérlevélből áll. A fűszerkeveréket ilyen kis csomagokban egyszerűen beletehetjük a fazékba.*

*Daphné legendája – amely szerint a leány babérfává változott, hogy megőrizze tisztaságát – egykor a művészek kedvelt témájának számított. A képen Apollón udvarlásának szomorú vége elevenedik meg Ovidius Átváltozások című művének francia, 1450 tájáról származó, kézzel írott változatában.*

aknét) egyaránt babérral kezelték, és meglehetősen jó eredményeket értek el vele.

1652-ben François-Pierre de la Varenne kiadta a klasszikus szakácskönyvek remekét, a *Le Cuisinier Français*-t. Fűszerarzenáljában említette a babérlevelet – feltehetőleg Firenzében ismerte meg, ahol az itáliai konyhaművészetet tanulmányozta. Mielőtt Medici Mária IV. Henrik feleségeként Franciaországba költözött, kikötötte, hogy az udvarban legyen, aki ehető – azaz olasz – ételleket tud készíteni. A franciák között ugyanis ekkoriban még nem akadtak híres szakácsok, Mária viszont igazi ínycsoki volt.

A Mediciek fényűző udvarában a régi, hagyományos főzési szokásokat követték. A Varenne által lejegyzett receptek – némileg hazája ízléséhez igazítva – szolgáltak alapul a francia főzőtudományhoz, mely később az egész világot meghódította. Könyve a fűszerek történetében is mérföldkőnek számít. Az emberek eredetileg csak azért alkalmazták őket, hogy elfedjék az étel szegényes minőségét,

így nagy mennyiséget fogyasztottak belőlük. Varenne azonban megismertetett mindenkit az ízesítőszernek igazi feladatával: kihozni az étel valódi zamatát.

A babérlevél enyhe, mégis jellegzetes aromája tökéletesnek bizonyult erre a célra. Észak-Olaszország mind a mai napig egyike bolygónk fő babérellátóinak. Ezt a fűszert manapság rendkívül sokoldalúan hasznosítják: a marinírozástól kezdve a különféle pörköltökön és frikasszékön át rengeteg halételig bezárólag. Általában az egész levél kerül felhasználásra. A francia fűszernövény-



csokor, az ún. *bouquet garni* egyik fő összetevőjeként – a petrezselyemzöld, a zellerlevél, a vöröshagyma és a kakukkfű mellett – szintén ismert, melyet számos leveshez (főként erőleveshez) és szószhoz adnak; kitalálója Varenne kortársa, Pierre de Lune, az orleans-i herceg főszakácsa. A babérlevél elengedhetetlen a *bouillabaisse* nevű francia halleveshez, míg a régimódi szakácskönyvek pudingokhoz és más desszertekhez is ajánlják, ami mai szemmel nézve kissé furcsának tűnhet.

### *Tetszetős növény*

A babérfa örökzöld, kezdetben piramis alakú bokor, amely legalább tíz méteres fává terebélyesedik – de a kétszer ekkora magasság sem ritka.

Levele sötétzöld, lándzsa alakú, meglehetősen kemény, fonákja világosabb és kevésbé fényes. A fa kérge puha, olívaöld vagy vöröses. A levélhajtásokból apró, sárga, illetve zöldesfehér, egylaki virágok nőnek. A fényes, csonthéjas bogyók kisebb szőlőszem vagy cseresznye nagyságúak, színük zöld, vörös, esetleg fekete.

A babérlevelek és -bogyók olyan illóolajakat – eugenolt, cineolt és geraniolt – tartalmaznak, amelyek kesernyés, fűszeres ízt kölcsönöznek nekik. A bogyókból sűrű olaj nyerhető, amit egykor előszeretettel alkalmaztak a gyógyításban – például kenőcsökhöz –, valamint az iparban – szappanhoz és gyertyához.

A leveleket kora reggel szedik, majd kiterítik őket száradni – általában könnyebb nehezedéket használnak, hogy megakadályozzák a felpöndö-



rödésüket. Így egyszerűbbé válik a szállításuk, kisebb helyet foglalnak és kevésbé törnek össze. Ha napra fektetik őket, aromájuk nagy részét elveszítik és megbarnulnak.

A babér egy gazdag fűszernövény családba tartozik, melynek tagja többek között a fahéj és a kasszia. Napjainkban olyan területeken termesztik, ahol hasonló éghajlat uralkodik, mint

kis-ázsiai származási helyén. Egy közeli rokona a kizárólag a Kanári-szigetek és Madeira erdőseiben honos kanári babér.

A babért könnyű összekevernünk olyan növényekkel, melyeket nevük és néhány tulajdonságuk hasonlósága ellenére a botanikusok más osztályba sorolnak. Jó példa erre az örökzöld, mérgező babérmeggy.



# Hagymák

*vöröshagyma (hajma, mózespecsenye, zsidószalonna),  
fokhagyma (büdös hagyma),  
metélőhagyma (snidling, snitting, pázsithagyma), póréhagyma (póré)*

A Kr. e. 5. században Hérodotosz, a görög író bejárta a világot, hogy pontos képet adhasson a hazája, valamint Perzsia, Egyiptom és más országok között folyó harcokról, mely *A görög-perzsa háborúk története* című könyvének fő témája. Nem csak meglátogatta az érintett helyeket, hanem saját élményeiről is beszámolt, és mindarról, amit a számára oly egzotikus népek különös szokásairól hallott. A piramisok előtt lenyűgözve állt, és miután megkapta a Kheopsz síremlékére vésett hieroglifikus szöveg fordítását, a következőket írta:

„Itt van lejegyezve, mennyi fekete retket, lilahagymát és fokhagymát juttattak a munkásoknak.

Emlékszem, hogy a tolmácsom szerint mindez 1600 ezüst talentumba (nagyjából 40 tonna ezüst) került. Ha ez igaz, mennyit költhettek étkeztetésükre, ruházkodásukra és vasszerszámokra?”

A legenda szerint, amikor Kheopsz tartalékai kimerültek, leányát bordélyházba vitette, pénzt keresni a munkálatokhoz. Ő előteremtette, amennyi apjának kellett, de azt akarta, rá is emlékezzenek. Így hát minden vendégét megkérte, hogy a fizetség mellé adjon neki egy követ. Hérodotosz állítása szerint ezek az „ajándékok” elegendőnek bizonyultak a három piramis közül a közepes méretű felépítéséhez, tehát a rangos származású

<b>Vöröshagyma</b>		<b>Fokhagyma</b>	
Fajneve: .....	Allium cepa	Fajneve: .....	Allium sativum
Családja: .....	Alliaceae (korábban Liliaceae)	Családja: .....	A hagymáéval megegyező
Fűszerként használt része: ...	Virághagymája	Fűszerként használt része: ...	Virághagymájának apró gerezdjei
Származási helye: .....	Délnyugat-Ázsia (?)	Származási helye: .....	Közel-Kelet (?)
Termőterületei: .....	Lokálisan több ország. Vezető exportőrök: Egyiptom, Magyarország, Bulgária, Izrael és az Egyesült Államok	Termőterületei: .....	Lokálisan a Földközi-tenger medencéjének legtöbb országa. Emellett az Egyesült Államok, Egyiptom, Magyarország, Bulgária és Taiwan
Általánosan használt neve:	angolul ..... onion franciául ..... oignon németül ..... Zwiebel olaszul ..... cipolla spanyolul ..... cebolla	Általánosan használt neve:	angolul ..... garlic franciául ..... ail németül ..... Knoblauch olaszul ..... aglio spanyolul ..... ajo
<b>Metélőhagyma</b>		<b>Póréhagyma</b>	
Fajneve: .....	Allium schoenoprasum	Fajneve: .....	Allium porrum
Családja: .....	A hagymáéval megegyező	Családja: .....	A hagymáéval megegyező
Fűszerként használt része: ...	Levele	Fűszerként használt része: ...	Virághagymája, lágyabb levélrészei
Származási helye: .....	Európa és Észak-Ázsia	Származási helye: .....	Földközi-tenger medencéje (?)
Termőterületei: .....	Lokálisan több ország	Termőterületei: .....	Lokálisan több ország
Általánosan használt neve:	angolul ..... chive franciául ..... ciboule(tte), cive(tte) németül ..... Schnittlauch olaszul ..... cipollina spanyolul ..... cebolleta	Általánosan használt neve:	angolul ..... leek franciául ..... poireau németül ..... Porree(lauch) olaszul ..... porro spanyolul ..... porro



HAGYMÁK



hölgy szerelmi szolgáltatásait rengetegen vehették igénybe.

### *Isteni csemege*

Ha más nem is, annyi mindenesetre igaz a történetből, hogy az egyiptomiak igen kedvelték a vörös- és a fokhagymát. Legalábbis erre következtethetünk, hiszen a hatalmas készletekkel a fáraók szeszélyeit megvalósító munkások száz ezreit lehetett kifizetni.

A Biblia szintén bizonyítékkal szolgál Mózes negyedik könyvében arról, milyen nagy értéke volt ezeknek a zöldségeknek a Nílus deltájában. A zsidók a pusztában ekképpen zsörtölődtek: „Visszaemlékezünk a halakra, a melyeket ettünk Égyiptomban ingyen, az ugorkákra és dinnyékre, a párhagymákra, vereshagymákra és a foghagymákra. Most pedig a mi lelkünk eleped, mindennek híjával lévén; szemünk előtt nincs egyéb mint manna.” /Károli Biblia; Mózes 4, 11:5-6/

A vörös- és a fokhagymáról tudjuk, hogy már Kr. e. 5000 táján is ismerték az egyiptomiak, akik istenáldozatnak használták, és a sírkamrákban botanikailag teljesen hűen jelenítették meg e két növényt. A legrégebbi hagymák Tutanhamon gazdag sírjából kerültek elő, ahol több mint 3300 évvel ezelőtt halmozták fel őket. Áldozat bemutatásakor a hagymát elegáns, harang formájú kötegekbe rendezték. A papoknak azonban – a Kr. u. 1. században élt Plütarkhosz szerint – tilos volt enni belőlük, mert nagyon megszomjaztak volna, s így túlzott mennyiségű bort vettek volna magukhoz.

### *Áldás mindenhol*

Az egyiptomi hagyma fenséges ízéről messze földön beszéltek. Minden rendű és rangú ember fogyasztotta, főzve vagy nyersen, s akkoriban a káposztához hasonlóan előételként vagy köretként szolgált. Manapság a nyugat-európaiak számára az Egyiptomban, valamint a környező országokban termesztett vörös- és fokhagyma meglepően enyhe zamatú és ropogós.



*Az ókori Egyiptom ízletes hagymái már a Bibliában, Mózes negyedik könyvében említésre kerülnek. Gyakorta áldoztak velük az isteneknek, és – nem meglepő módon, ismerve rajongásukat a zöldségért – a túlvilágra is magukkal vitték, a sírba helyezett ajándék formájában.*

Az ókori görögök szintén nagy fontosságot tulajdoníthattak a hagymának, hiszen Homérosz főhősének, Odüsszeusznek köpenyét a zöldségféle vékony héjához hasonlította. Legtöbbre a – milói Vénusz lelőhelyeként elhíresült – Milosz szigetről származó vörshagymát tartották, ezért a terület idővel új elnevezést kapott: *Krommyusa*, azaz „Hagyma-sziget”.

További forrásokból azt is tudjuk, hogy a susai perzsa udvarban hatalmas mennyiségű hagyma és fokhagyma fogyott – utóbbiból naponta több mint 25 kilogramm –, mely erőteljes „illatért” lehetett felelős. Kínában a hagymát ötezer éve termesztik, míg Indiában – bizonyítottan – az első védikus írások megszületése óta.



A lila- és a fokhagymát főként fűszerként használják, de a valamivel enyhébb zamatú fehér társukat ízesítőként, valamint zöldséghént egyaránt fogyasztják.

Az egyiptomiak fokhagymafogyasztását a görög író, Kharmidász szintén megemlíti. Állítása szerint a férfiak egész gerezedeket rágtak a szeretőjüktől jövet, hogy féltékeny feleségeik azt higgyék, így senki nem közeledne férjükhöz. Katonai stratégiák, mint a görög Kalliasz és néhány római ugyanezt tanácsolták embereiknek a csata előtt – feltehetőleg azért, mert a „csípős kedvenc” feltűzelte őket, s nem a célból, hogy az ellenség megfutamodjon a szagtól.

Plinius, a római szerző később a hagyma emésztést serkentő hatását említette *Naturalis Historia* („Természetrájsz”) című könyvében. Hozzátette, „a hagyma nem terem vadon”: úgy tűnik, már akkoriban is csak veteményesekben nőtt.

A rómaiak imádták a hagymát és elterjesztették kedvelt zöldségüket a mai Németország, valamint Anglia területén fekvő provinciáikban.

### *A hagyma utazásai*

A középkorban a hagyma gasztronómiai paradicsommá tette a bizánci császárságot. II. Niképhorosz, a kiváló hadvezér egyszer udvarában fogadta a szent német-római uralkodó, Nagy Ottó követét, az észak-itáliai Lombardia tartománybeli Cremonából származó Liutprand bíborost. Hazatérése után a kardinális rosszállással beszélt a bizánci zsarnok szokásairól: „Fokhagymán és másféle hagymákon él, amit azután fürdővíz ízű borral öblít le.” Ez utóbbi feltehetőleg egyfajta gyantás bor volt, mely a mai *retsina* hígított változatához hasonlíthatott.

A hagyma- vagy fokhagymaszagú lehelet kezdettől fogva zavarta az embereket. Shakespeare a következőket adja Zuboly szájába a *Szentiváni éji álom* című színművében:

„No meg aztán, színész barátim, ne egyetek se vöröshagymát, se fokhagymát, hogy kellemes legyen a leheletünk...”

(ARANY JÁNOS FORDÍTÁSA)

A hagyma azon zöldségek közé tartozik, melyet a hódítók az Újvilágban elsőként honosítottak meg. Kolumbusz magával vitt belőle második útjára, 1494. januárjában pedig elültette őket a mai Dominikai Köztársaságban. A spanyolok hamar elterjesztették egész Közép- és Dél-Amerikában. Még az észak-amerikai indiánok is az európaiaktól tanulták a hagymatermesztés csínját-bínját.

### *Mogyoróhagyma és póréhagyma*

A közönséges hagymával azonos nemzetségbe tartozik a mogyoróhagyma (*Allium ascalonicum*), mely szintén a Földközi-tenger medencéjének keleti területeiről származik. Latin fajnevet a mai Izrael déli tengerparti részén fekvő Askelón városáról kapta, ahol tetemes mennyiségben nevelték, s ahonnan feltehetőleg a keresztes lovagok hozták magukkal Európába. A helyi zsidók



olyannyira kedvelték a hagymát, hogy Marcus Aurelius, a kifinomult ízlésű római császár a következő megjegyzéssel élt Kr. u. 175-ben tett látogatása alkalmával: „Ó, ti markomannok, kvádok és szarmaták, kiket nemrég legyőztelek – most találtam egy népet, mely nálatok is jobban büzlik!”

A póréhagymát szintén ismerték az ókorban, amelyre bizonyítékkal a Biblia és egyiptomi források szolgálnak. Néron császár is külön napot rendszeresített magának, amikor kizárólag olajba áztatott póréhagymát evett. Úgy hitte, jót tesz a hangjának – noha ezt semmi nem támasztja alá, és valószínűleg környezete sem örült ennek a szokásnak. Elképzelhető, hogy a négy évszázaddal korábban élt Arisztotelész munkáiból merítette az ötletet, mivel a filozófus szerint a fogolymadár éneke a póréhagymától oly szép.

A brit szigeteken a kelták tartották nagy becsben – ételként és jelképként egyaránt – ezt a zöldséget. Az ír mondák szerint Szent Patrik teremtette a póréhagymát. Skóciában kedvelt étel a *cook-a-leekie* – „főzz egy póré” – elnevezésű leves. A walesiek nemzeti szimbólumként használják, a 7. századi Cadwallader király uralkodása alatt ugyanis katonái sisakjukon és csuklyájukon póréhagymát viseltek, hogy a csata hevében meg tudják különböztetni egymást

*A hagymaféléket és rokonaikat a legtöbb veteményesben termesztik, és könnyen találhatunk olyan fajtát, amelynek megfelelnek saját kertünk körülményei.*





a végül vesztes angolszászoktól. Nem indokolatlanul küldik el Shakespeare *V. Henrik*-ében sem a vicces walesi Fluellent átható hagymaszága miatt.

### *A fokhagyma és a metélőhagyma*

A fokhagymát vándorkereskedők árulták ókori görög és római városokban. Mivel „illatát” nem állhatták a felsőbb osztályok, idővel az alsóbb néprétegek eledelévé vált. A költő Horatius úgy emlegette, mint „az aratók megedződött gyomrának megfelelő” étket. Patrónusát, Maecenast az Aranygyapjú legendájára emlékezteti írásában, amikor az eszes Médeia fokhagymával dörzsölte be szerelmesét, Iaszont, így tartva tőle távol apja tűzokádó, vad bikáit.

A fokhagymát napjainkban főként Kelet-Európában fogyasztják – Amerikába az emigránsok vitték magukkal ezt a szokást. A franciák ugyan ismerték már, mégis meglehetősen óvatossággal kezelték: bekenték vele a salátás tálat, vagy a séf egyszerűen rálehelte az edényre, miután elrágott egy gerezdet. A fokhagyma híre idővel sokat javult, leginkább az egzotikus konyhaművészet térhódításának köszönhetően. Ezenfelül ráébredtek az egészségre gyakorolt jótékony hatására, noha gyógyerejét gyakran eltúlozzák.

*A hagyma állandóan hozzáférhető vitaminforrás, mivel hosszú időn át eltartható. Így festenek a fokhagymafüzérek a világ számos pontján – itt éppen egy portugál árudában sorakoznak.*

A puha, homorú levelű metélőhagyma szinte egész Európában, valamint Észak-Amerikában – főként a Nagy Tavak környékén – vadon nő. Már az ókori római költő, Martialis idején, a Kr. u. 1. században kedvelték, aki találó epigrammát költött arról, hogy az embernek sajnos választania kell a metélőhagyma élvezete és





a csinos fruskák csókjai között. A költő személy szerint az utóbbit részesítette előnyben. A metélőhagymát a középkorban kezdték széles körben megismerni és termesztani.

### *Középkori mágia*

A 11. század elején Skandinávia ádáz háború színteréül szolgált, melyet Knut, Dánia és Anglia királya, valamint Olaf Haraldsson, viking vezér – később Norvégia uralkodója, majd annak nemzeti szentje – vívott egymással. 1030-ban Olaf szövetséget kötött sógorával, a svéd Anund Jakobbal, hogy visszaszerezze hatalmát hazájában, csapataik a Trondheim közeli Stiklastadnál azonban vereséget szenvedtek. A monda szerint a sebesült harcosokat egy vajákos asszony elé vitték, aki a gyomorsebesüléstől szenvedőkkel hagymát etetett. A szag erőssége alapján azután meg tudta állapítani, ki volt menthetetlen belső sérülése miatt. Így több figyelmet tudott szentelni a gyógyítható állapotban lévőknek.

A vöröshagyma ekkorra már meglehetősen elterjedtnek számított Norvégiában. A fokhagymával együtt valószínűleg ez a két növény lehetett a legáltalánosabb ételízesítő a korai Skandináviában. Az egyszerű emberek még a fűszerkereskedelem – és vele együtt a bors – északi megjelenése után is főként hagymát fogyasztottak, mivel csak ezt tudták megfizetni.

A hagymaféléknek – konyhai használatuk és értékük mellett – gyógyító és mágikus erőket tulajdonítottak. A „leghatékonyabb” közülük a fokhagyma; minden horrorfilmrajongó tudja, mint tartja kordában a vámpírokat. Az antikvitásban és a középkorban fokhagymát aggattak a gyermekek nyakába, hogy megóvják őket a boszorkányságtól. Ezt a praktikát alkalmazták a 19. században Európában is, noha ekkor inkább a marhákat és a ludakat védték eme módszerrel.

*A metélőhagyma vadon is termő változat.  
Enyhe ízének köszönhetően konyhánk rendkívül kedvelt látogatója.*

A németek, valamint a csehek szerint a házörző kutya vadabb és harapása fájdalmasabb lesz, ha szilveszter éjjelén fokhagymát etetnek vele.

### *Prehisztorikus gyökerek*

Mint láhattuk, e növények története a távoli múltban kezdődött. A botanikusok a mai napig nem tudnak megegyezésre jutni abban, miként vált a hagyma használata a főzési szokásaink részévé.

Valószínűleg Nyugat-Ázsia sztyeppéiről származik, de az *Allium* nemzetség több mint száz faja eltérő időpontokban jutott el a világ más-más szegletébe. Mielőtt az európaiak magukkal vitték a hagymát az Újvilágba, az észak-amerikai indiánok a fokhagyma egy helyi rokonát, az *Allium canadese*t fogyasztották.

A hagymák két eltérő típusát különböztetjük meg. Az egyiknek nagy, kerek virághagyma található a föld

alatti szárán (a hagyma azonban nem azonos a gyökérrel!), ide tartozik a közönséges vörös- és

lilahagyma, illetve az édes fehérhagyma. A másik csoport tagjai több, apró gerezdből állnak, ilyen a mogoró-, valamint a fokhagyma. Az alapján is rendszerezhetjük őket, hogy a talaj alatti virághagymát vagy az a feletti, zöld részeit használjuk-e fel – bár a póréhagyma esetében mindkettő igaz.

A vörös- és a fokhagyma meglehetősen hosszú ideig eláll. Először azonban szikkasztani kell őket, amíg a külső héjuk meg nem keményedik annyira, hogy később megóvhasssa a belső rétegeket.

Mindkét növény remekül szárítható és darálható (remek példa erre a hagyma aromájú só, illetve a szélesebb körben kedvelt fokhagymapor).

A hagymafélék jellegzetes ízüket egy kénben gazdag illóolajnak köszönhetik. Némelyikük ezenkívül olyan hatóanyagokat is tartalmaz, melyek elpusztítják a baktériumokat, valamint serkentik a vérkeringést. Jusson eszünkbe mindez, amikor legközelebb könnybe lábad a szemünk

a hagymaaprítástól, és legszívesebben azon nyomban lemondanánk a készülő finom falatokról!



*A hagymák csodálatos elegye: fehér-, gyöngy- és fokhagyma.*

# Torma

*csípős torma, közönséges torma, orrtekerő torma*



Anyai dédapámnak volt egy remek disznaja, amely rajongott a tormáért. Miután hasztalan rőfögött, az éhes malac kitört az ólból és bevágatott a kertbe, ahol az összes fellelhető tormát kitérta a földből.

Ezután leroskadt és elkezdte rágcsálni a gyökereket, miközben az öröm könnyei csurogtak a szeméből. Ez a történet is mutatja, hogy a torma nem csak az emberek körében kedvelt.

## *Az arannyal vetekedő gyökér*

Az emberiség természetesen nem a sertésektől tanulta meg értékelni ezt a csípős, gumós zöldséget. A görög mitológia szerint maga Apollón isten ismertette meg a halandókkal a tormát. Delphoiban állítólag a következő mondat hangzott el egyszer: „A retek annyi ólmot ér; amennyit nyom; a fekete retek annyi ezüstöt – a torma pedig annyi aranyat!” A kijelentés igazsága vitatható, annyi azonban bizonyos, a torma a Balkán keleti területein vadon is megterem, így az ókori görögök már fogyaszthatták.

## *Gyökerek nélküli gyökér*

A Delphoiban említett növények tulajdonképpen mind egy családhoz tartoznak, s hasonló ízűek, ezért az an-

tikvitás irodalmában gyakran összekeverték őket. A korábbi kutatások eredményeit ez kissé kétségessé teszi; példának okáért az a kijelentés, miszerint a tormát már az ókori Egyiptomban is ismerték, egyszerű

félreértelmezésen alapult. Ehhez hasonlóan történészek és botanikusok számos területet neveztek meg a torma származási helyeként – a Földközi-tenger medencéjétől Ázsián át egészen Szibériáig. Mások azt állítják, hogy délről érkezett szerzetesek hozták magukkal és terjesztették Európában.

A ma általánosan elfogadott vélekedés szerint a torma Oroszország déli részéről indult hódító útjára. Más szláv népek innen vették át orosz névvel (*khren*) együtt, mely osztrák elnevezésében (*kren*) is felfedezhető. A németek, akik régóta közismert tormafogyasztók, keletről könnyűszerrel importálhatták. Az európai konyhaművészetben alkalmazott felhasználási módjai szintén erőteljes germán hatást tükröznek.

A Franciaországban kedvelt ételeket főként Elzász tartományban találják tormával, ahol a lakosság egy része német származású. A franciák gyakran hívják *moutarde des allemands*-nak, vagyis német mustárnak.

Úgy hihetnénk, hogy a torma általánosan ismert német megfelelője, a *Meer-*

Fajneve: .....	Armoracia rusticana
Családja: .....	Brassicaceae, mustár- és káposztafélék
Fűszerként használt része:	Gyökere
Származási helye: .....	Dél-Oroszország, Balkán
Termőterületei: .....	Lokális fogyasztásra szánva Kelet- és Észak-Európa országai, Egyesült Államok
Általánosan használt neve:	
angolul .....	horseradish
franciául .....	raïfort, moutarde des allemands
németül .....	Meerrettich, Waldrettich, Kren, Märek
olaszul .....	rafano
spanyolul .....	rabano picante





*rettich* a tengerre (*Meer*) utal. Ezzel szemben az ónémet „ló” szóból származik; az angol „marshal” (marsall) vagy „mare” (kanca) szavak ugyan-ezen tőből erednek. Az angol *horseradish* („lóretetek”) pedig a német név egy későbbi fordítása. A torma a skandináv országokban is meglehetősen nagy népszerűségnek örvend, az ő kifejezésük rá – „borsgyökér” – azonban meglehetősen egyedülálló, így nem tudni, vajon egyenesen Oroszországból vagy német hatásra ismerték-e meg ezt a zöltséget.

### *Gyógyír minden bajra*

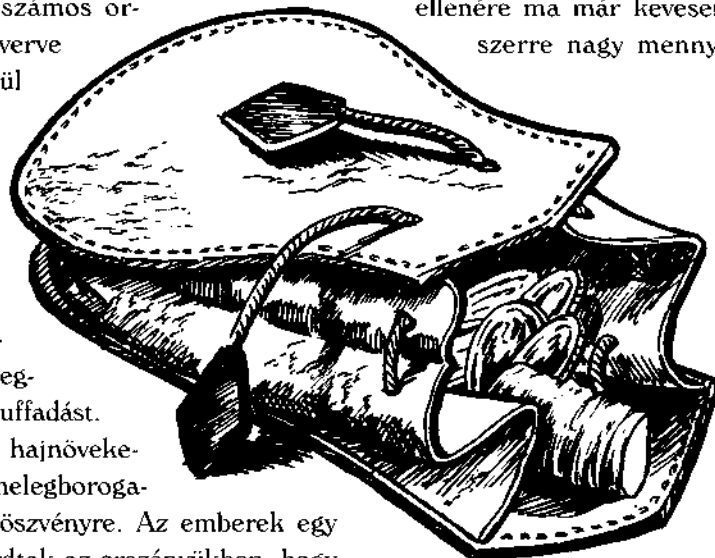
A növénynek nem csak keserű gyökerét használják fel, levelét számos országban salátába keverve fogyasztják. Ezenfelül egykor – leginkább a középkorban – gyógyszerként becsülték. Azt tartották, segít elmulasztani a lázat, a vese- és epekövet, a csípőfájdalmakat, a tüdőbetegségeket, valamint a puffadást. Emellett serkenti a hajnövekedést, illetve remek melegborogatósként szolgál a köszvényre. Az emberek egy darabka tormát hordtak az erszényükben, hogy sose legyenek pénz nélkül.

A 16. század óta a tormának főként kulináris értékeit emelték ki a szakirodalomban. Jakobus Tabernaemontanus német botanikus étvágyjavító hatását említette és megjegyezte, hogy honfitársai előszeretettel fogyasztották a főtt húst tormaszósszal. Angliában John Gerard 1597-es *Herball* című művében arról számolt be, a csípős zöltség a németek által hal- és húskételekhez egyaránt használt, a mustársóséhoz hasonló fűszer. 1640-ből származik az a leírás, mely szerint a torma igen kedvelté vált a parasztság körében, mivel „leginkább a kemény fizikai munkát végzőknek való, nem pedig a városiak érzékeny gyomrának”. Idővel azután a városokban és vidé-

ken egyaránt elterjedt, gyakori kísérője lett például a marhahúsból készített fogásoknak.

### *Reszelve az igazi*

Manapság a torma meglehetősen csekély szerepet játszik étkezésünkben, pedig sokoldalú zöltség. Frissen reszelve remekül kiegészíti a marhapecsenyét, a nyelvet, az osztrigát és sok más étket. A tormakrém intenzívebbé teszi a füstölt lazac, illetve a majonéz ízét. Minden háziasszony tudja, hogy a télire elrakott céklához, uborkához adva megakadályozza bepenészedésüket. A tengerészek a tormát magas C-vitamin-tartalma miatt a skorbut megelőzése érdekében ették. Ennek ellenére ma már kevesen vállalkoznának egyszerre nagy mennyiség elfogyasztására.



*Talán érdemes kipróbálni, igaz-e az ősi hiedelem – ha egy darabka tormát teszünk a pénztárcaánkba, elkerül bennünket a szegénység.*

### *Ehető gyomnövény*

Az évelő tormapalánta közel egy méter magasra nő. A gyökértörzsből kiágazó első levelei hosszúkásak, enyhén csipkézettek. Nyárra kihajt a méteres szár, melyen apró, fehér, fészkesen elhelyezkedő virágok találhatók. A növény magvai gyakran csíra mentesek, így az új hajtások a levágtott részek helyén tűnnek elő. A torma túlzott mennyiségben elszaporodhat, s ezután roppant nehéz kiirtani; hiába húzzuk ki a földből, ismét növekedésnek indulhat, ha a gyökér bármilyen apró része a talajban maradt. Ezért bizonyos területeken kifejezetten nem kedvelik – ilyen az Egyesült Államok északkeleti része, ahová az



*A tormát csak a hideg idő beálltával szokták betakarítani.*

*A tormának nem a gyökere az egyetlen hasznos része: a levele remekül illik különféle salátákba.*

Európából egykor elsőként érkező bevándorlók vitték be a tormát.

A tavasszal elültetett tormagyökér szeptemberben takarítható be, de általában hosszabb ideig hagyják a földben, íze ugyanis erősebb lesz a hideg idő beálltával. A csípős páráért, melytől elered a könnyünk, a mustárban található illóolajhoz hasonló hatóanyag a felelős.

A torma napjainkban sok országban méltatlanul elfeledett, kevésbé ismert növény. Pedig a népi gyógyászatban egykor feltételezett jótékony hatása mára számos kutatás eredményeképpen bizonyítást nyert. Érdeemes ezt a „csodafegyvert” nem csak a húsvéti sonka kísérvőjeként számításba venni, de kisebb-nagyobb betegségeink esetén is nyugodtan jusson eszünkbe, mert rendkívül sokoldalúan alkalmazható.



# Mák

*pipacs*



A görög művészetben a kerti mák Démétér – a római mitológiában Ceres – jelképe, akit gyakran ábrázoltak mákszárral a kezében. A Földközi-tenger medencéjének keleti területein már a késő bronzkorban vallási jelentőséget tulajdonítottak eme növénynek. Kréta szigetén például a régészek nagyjából Kr. e. 1100-ból származó, istennőt formázó szoborra bukkantak, aminek fejét mákgubók díszítették. A feltételezések szerint Démétér elődje lehetett, akiről tudjuk, hogy már a prehisztórikus korban tisztelet övezte.

Mindmáig rejtély, miért a mák lett az istennő szimbóluma. Egy későbbi monda ezt anyai aggodalmával magyarázza. Saját bátyjától, Zeusztól leánya született, Perszephoné. Egy napon, amikor barátaival éppen virágot szedett, a fiatal szépséget – Zeusz tudtával és beleegyezésével – elragadta Hádész. Magával vitte sötét birodalmába, ahol az alvilág istenét rengeteg tennivaló várta – ő ügyelt az emberek egymásra szórt átkainak beteljesülésére is, vagyis akadt dolga bőven. Anyja Perszephoné keresésére indult, és végül eljutott Eleusziszba, ahol központi alakja lett a város híres „misztériumvallásának”. Démétér a gyermekéért való aggodástól nem bírt aludni, s végül az ópium okozta bódulatban keresett enyhülést.

## *A termékenység szimbóluma*

Eleusziszban Démétér arra használta hatalmát, hogy megállítsa a termés növekedését, míg leánya vissza nem tér. Idővel az embereket éhínség fenyegette, így az isteneknek sem tudtak áldozni. Zeusz aggodni kezdett és meggyőzte Hádészt – legalább az esztendő kétharmadára engedje visszatérni Perszephonét a fenti világba. A telet a holtak országában kellett töltenie férjével, de amikor a virágok és a növények rügyezni kezdtek, megint anyjával élhetett. Így a földművesek és az istenek is megnyugodhattak.

Démétér a Közel-Kelet mitológiájában is szereplő termékenység istennő európai megfelelője, akit általában egy fiatal istennel társítottak – mint Asztartét Adonisszal Szíriában, Kübelét Attisszal Kis-Ázsiában, illetve Íziszt Ozirisszal Egyiptomban. A mák feltehetőleg saját szaporasága jogán kapott szerepet az istenkultuszban. Egyetlen gubó ugyanis mákszemek százait rejt; több mint kétmillió mag állítólag csupán egyetlen kilót nyom (bár e tényt még nem ellenőriztem)! Ebből is látható, milyen hatalmas mennyiségben tud elterjedni, ezért feltehetőleg úgy tartották, érdemes ültetni, mert jó példát mutat a gazdák terméneinek.

Fajneve: ..... *Papaver somniferum*  
Családja: ..... *Papaveraceae*, mákfélék  
Fűszerként használt része: Magja  
Származási helye: ..... Közel-Kelet, Közép-Ázsia  
Termőterületei: ..... A mákszemekért: Hollandia, Dánia, Németország, Görögország, Bulgária, Törökország, Észak-Afrika, India  
Általánosan használt neve: angolul ..... poppy seeds  
franciául ..... pavot  
németül ..... Mohn  
olaszul ..... papavero  
spanyolul ..... adormidera



### A mák és a kábítószer

Mindezek mellett érdemes megemlíteni a mák köztudottan narkotizáló hatását is. Az eleusiszi misztériumrítusok csúcspontja Déméter és Perszephoné megjelenése volt „alattvalóik” színe előtt, akik ekkor valószínűleg ópiumot használtak kábítószerként. Erre nincs bizonyíték, hiszen a szertartást mély titoktartás övezte, de más misztériumvallásokban szintén hasonló eseményekről tudunk.

Annyi kétségtelen, a kora antik görögök már ismerték a mákgubóban lévő éretlen magok levének hatását. A fentebb említett istennő krétai szobrán a művész a mai szem számára ismerős bemetszésekkel ábrázolta a gubókat. Az ázsiai ópiumtermesztők manapság is ilyen vágásokat ejtenek, melyeken keresztül kiszivárognak a lé, majd kemény, barna masszává szárad. Ezenkívül elképzelhető, hogy a növény latin neve (*papaver*) a *papa* szóból



*A mákszemeket gyakran megszedik a külső burkuktól, így enyhén fanyar ízüket kessé elveszik.*

származik, melyet az antikvitás korának gyermekei használtak az étel, főleg a zabkása leírására. A magyarázat szerint a megfáradt római szülők ópiumot kevertek fülsiketítően visító gyermekeik vacsorájába...

Az ókori görög civilizáció alkalmazta először az ópiumot fájdalomcsillapítóként, illetve gyomorpanaszok elmulasztására, a rómaiak tőlük vették át e gyakorlatot.

A mák gyógyító szerepe Európa többi részén – úgy tűnik – egészen a középkorig ismeretlen maradt. A növénynek igen drámai és végzetes a története, mint az első kábítószer-alapanyag, melyhez keleten és nyugaton egyaránt helytelenül nyúltak. Kirobbantója volt a két legtisztességtelenebb európai gyarmati konfliktusnak is – a 19. század közepén zajló ópiumháborúknak; ezek során a Brit Kelet-indiai Társaság a hatalmas kínai piacot akarta rávenni az indiai ópium megvételére, amit máshol nem tudott értékesíteni.



*A mák számos fűszerkeverék fontos alapanyaga, ami leginkább annak köszönhető, hogy sűrűbb állagúvá teszi az ételeket.*



*A máktermesztés fontos gazdasági tényező többek között Törökországban – s nem csupán azért, mert a gubókból ópium nyerhető.*

### *A finom kenyérízesítő*

A mák fűszernövény mivoltával érdemelte ki, hogy ebben a könyvben szerepeljen. Az apró szemek kellemes, a dióra emlékeztető zamatát már régen felfedezték. A Kr. e. 1. században Galénusz, a görög orvos a kenyér ízesítésére ajánlotta. Sok helyütt ma is így használják, s emellett egyes currykeverékek alapanyaga lett. Noha szerepe mostanra lecsökkent, mégis számos országban találunk máktermesztő gazdaságokat, főként a mérsékelt éghajlatú területeken. Európában Dánia és Hollandia a fő termelő.

Végül hadd nyugtassam meg az aggódo olvasót: a mákos bejgli a legkevésbé sem narkotizál! Ezzel szemben rengeteg hasznos étkezési olajat tartalmaz, tehát bátran fogyaszthatják.



# Sáfrány

*bécsi sáfrány; fűszersáfrány; spanyol sáfrány;  
valódi sáfrány; jóféle sáfrány*



A legenda szerint az antikvitás korában élt egy gyönyörű ifjú, Crocus. Két mítosz is összeköti sorsát azzal az aromanövényvel, melyből a sáfrányt nyerjük. Az egyik történet Apollón iránta érzett szerelmét írja

le, aki azonban tévedésből megölte a fiút – ahol pedig vére a földre hullt, kisarjadt az első sáfrány.

A másik monda Crocusról és nimfa kedveséről, Smilaxról mesél, akik soha nem váltak el, annyira szerették egymást. Az istenek belefáradtak enyelgésük szemlélésébe, s hogy véget vessenek neki, Smilaxot tisztává, Crocust pedig – meglepő módon – sáfránnyá változtatták.

Ezt követően Zeusz, a görög főisten állítólag egyszer sáfránnyal tömött ágyon aludt – szexuális szokásainak fényében feltehetőleg azért, hogy a fiatal páréhoz hasonló szenvedélyeket éljen át. A sáfrány az ókor óta jelentős fűszernek számított, így valószínűleg az antik vallásban is fontos szerepet töltött be. Túlzás nélkül állíthatjuk, a sáfrány volt a prehisztórikus növény-társadalom császára.

## Sáfrány és sáfrány...

A fűszer az íriszek családjába tartozó virág szárított termőiből áll, melyet valódi sáfrány vagy sáfrányvirág néven ismerünk. Nem összetévesztendő a kerti változatokkal, ilyen a kék *Crocus vernalis* és a sárga *Crocus*

*flavus gullkrokus*. Ez utóbbi valószínűleg tartalmaz valami ízleteset – ezt minden kertész gyaníthatja a fecskék és más szárnyas inyencek tavasszal rendszeresen megújuló támadásaiból. A sáfrányvirág viszont

csak kora ősszel nyílik, amikor egy-két lila bimbó bújik elő a hagymákból.

Nem lehet tudni, eredetileg honnan származik ez a faj, mivel napjainkban nincsen vadon termő variánsa. Feltételezhetően az Égei-tenger és Irán között fekvő területről ered. Sok adat utal még Kis-Ázsiára, többek között az, hogy sokáig főként Kilikiában (Törökország délkeleti részén) termesztették.

## Szemet gyönyörködtető mezők

Aki október vége felé Kasmírba, az India és Pakisztán közt elterülő vitatott határvidékre látogat,

annak lenyűgöző, 5000 holdnyi (nagyjából 20 km<sup>2</sup>) sáfrányültetvény szemet gyönyörködtető látványában lesz része – különösen a Srinagartól délkeletre található Pampore város környékén. Ez a völgy a beszámolók szerint telihold idején a legcsodálatosabb. A megművelt táblák évszázadok óta virulnak; a sáfrány az indiai orvoslásban már jóval a keresztény idők előtt fontos szerepet töltött be.

Fajneve: .....	Crocus sativus
Családja: .....	Iridaceae, íriszfélék
Fűszerként használt része:	Virágának hármastermője, és a bibe e melletti része
Származási helye: .....	Közél-Kelet, valószínűleg Kis-Ázsia (vadon már nem terem)
Termőterületei: .....	Spanyolország, Ausztria, Olaszország, Görögország, Franciaország, Irán, Kasmír
Általánosan használt neve:	angolul ..... saffron franciául .... safran németül ..... Safran olaszul ..... zafferano spanyolul ... azafrán



SÁFRÁNY



*Crocus sativus* L.

Ha Kasmír túl távoli úti cél egy „sáfránytúrához”, hasonló, ám kevésbé pazar élmény várja az utazókat Don Quijote hazájában, La Mancha tartományban, Madridtól délkeletre. Sáfrányt Spanyolország más területein is természetnek, ilyen a Baleár-szigetek, Zaragoza, Alicante, Valencia, valamint Andalúzia.

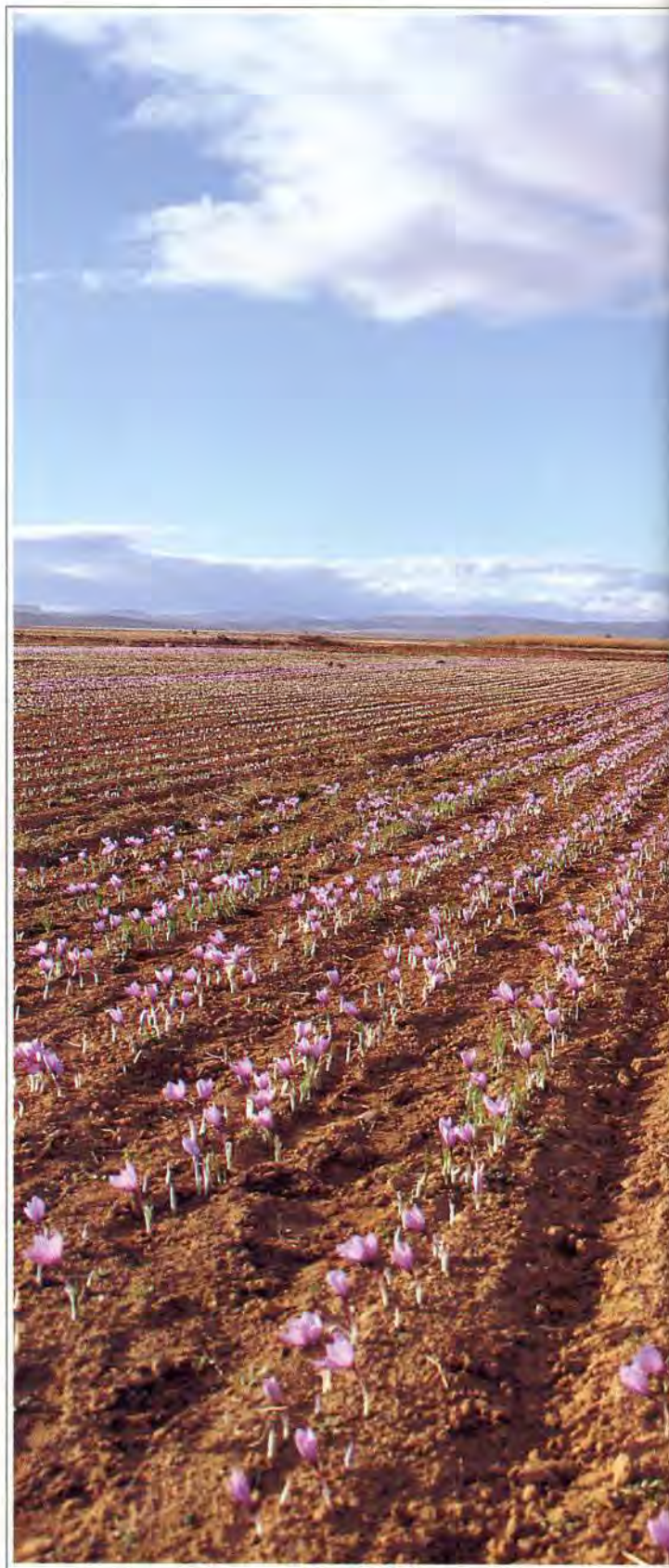
Dél-Franciaországban szintén tekintélyes mennyiségű sáfrányt állítanak elő. Terményként először a 14. században Venaissin tartományban fordult elő, mely ma Vaucluse része. A pápák ez idő tájt a közelben éltek és ők birtokolták ezt a földterületet – talán az otthon megszokott sáfrány hiányzott nekik, hiszen Olaszországból száműzték őket. Nem véletlen, hogy a fűszert manapság leginkább spanyol ételekhez kötjük – például a paellához –, illetve a dél-francia halleshez, a bouillabaisse-hoz.

### *Az angol sáfrányváros*

Cambridge-től csaknem 20 kilométerre dél-délkeletre fekszik a megkapóan idillikus essexi városka: Saffron (azaz sáfrány) Walden. Ma is láthatjuk az ottani kiváló textilkészítők gazdagságának, a település „aranykorának” jeleit. Címerpajzsát három sáfrányvirág díszíti, mely – nevéhez hasonlóan – annak tulajdonítható, hogy területén már a 14. század óta természetnek sáfrányt.

Angliai elterjedése a monda szerint egy, a Szentföldről hazatérő zarándokhoz kapcsolódik. Tripoliszban elcsent néhány sáfrányhagymát, majd a botjában elrejtette, és megérkezve elültette őket. Ezek leszármazottai nem csak a Saffron Walden-i pékségeket látták el sütemény-, illetve kenyérízesítővel, hanem a helység üzemait is ruhafestékekkel. Az 1800-as évek táján azonban a helyi sáfrány-

*Néhány sáfrányültetvény több ezer holdon terül el. Majdnem ugyanennyi éven át szolgált a sáfrány értékes fűszerként és gyógynövényként – a képen húzódo, végtelen spanyolországi gazdasághoz hasonló, lenyűgöző méretű birtokok tehát ma születtek.*





termelés, valamint a textilüzletág hanyatlani kezdett. Londonban egy darabig szintén élvezhették a sáfrányt – amint azt a Finsbury negyedben kanyargó Saffron Street (Sáfrány utca) neve egyértelműen jelzi. A 17. században, amikor a britek még előszeretettel fogyasztották a sáfrányt, hatalmas ültetvények tarkították errefelé a vidéket.

### *Finom, de drága*

A sáfrány legfeljebb két hétig virul. A virágokat kora reggel kell leszedni, amikor még nincs túl meleg. A nap hátralévő része a termők és a bibék összegyűjtésével telik. Ezután minden elhervad, még az aroma is veszít erejéből. A munkát általában nők, gyermekek végzik; bal kezükben tartják a virágot, a bibét pedig leszorítják a hüvelykujjukkal, majd a termőt kicsippentik a jobbujjukkal, és félreteszik egy tálba. Közel 150 ezer virágra van szükség egyetlen kilogramm fűszer előállításához. Az elültetett hagyma évek múltán kezd csak bimbót hozni; néhány esztendő után ki kell ásni, azután megtisztítva lehet csak újra visszatenni a földbe. Ez a sok erőfeszítés és időráfordítás az oka a sáfrány – érthető módon – magas árának.

A termőket eltérően dolgozzák fel keleten és nyugaton. A spanyolok parázsló szén fölé helyezett szitákban szárítják meg, Kasmírban pedig vízfürdőbe helyezik, hogy minőség szerint szétválogathassák őket.

### *A legősibb fűszerünk?*

A Közel-Keleten a sáfrány évezredekken keresztül közismert fogalomnak számított. A legrégebbi bizonyítékok között a Kr. e. 1500 körül íródott egyiptomi orvosi szöveg, az *Ebers-papirusz* is szerepel. Ebben megemlítik, hogy a luxori udvar kertjeiben (sárga!) sáfrányt termesztettek.

Még korábbi forrásra bukkantak Mezopotámiában. A „sáfrány” szó, melyet viszonylag későn vettünk át a perzsa, illetve arab nyelvekből, a jelek szerint eredetileg a sumérből származik. Ezt beszéltek a világon elsőként létrejött civi-



zációban, ahol több mint ötezer évvel ezelőtt az írás is megjelent. A sáfrányt így feltehetőleg hamarabb kezdték használni, mint bármilyen más fűszert.

Fő erényének eredetileg gyógyító hatását tartották – legalábbis a babilóniaiak és az asszírok. Egy Kr. e. 2600 tájáról származó orvosi könyvben szerepel a sáfrányra vonatkozó legelső írásos utalás. Erősítő és serkentő hatást tulajdonítottak neki, főként a testi szerelem terén, ezért a föníciaiak sáfránnyal sárgára színezett lepedőkön töltötték a nászéjszakájukat. Az ókor legszebb szerelmes verse, a Salamon királynak tulajdonított *Énekek éneke* a menyasszonyt egy kerthez hasonlítja, melyből nem hiányzik a sáfrány.

A föníciai kikötőkből – többek között a kilikiai sáfránymezők mellett fekvő Türoszból – induló kereskedelem juttatta el ezt az „életelixírt” Görögországba. A minózi kultúra több mint 3500 éves bronzkori festményei egyebek mellett olyan témákat ábrázolnak, mint

a sáfrányszedés a Kréta szigetén álló knósszoszi palotánál. Később a görög Hippokratész, „az orvoslás atyja” a sáfrányt medicinaként említi; ezt a hagyományt követői is megtartották. Rómában, Kr. u. 50 körül Celsus, a híres enciklopédiaíró és autodidakta doktor sok gyógyszerben alkalmazta ezt a fűszert, főként hasi betegségek esetén férfiaknál és nőknél egyaránt – de letargia, hályog(!) és mérgek ellen szintén hatásosnak vélték.

Ez utóbbi előnye sok uralkodó figyelmét felkeltette azokban a cselszövésekkel teli, sötét

időkben. A legismertebb keverék a „Mithridatész-ellenszer” volt, amit a Törökország északi területén fekvő Pontosz királyáról neveztek el. Ez a zsarnok attól félt, hogy saját alattvalói vagy a rómaiak megölik. Antidotuma tucatnyi, mézben feloldott összetevőből állt – a sáfrány is közéjük tartozott –, a lehető legtöbb toxin semlegesítésére. A sáfrány óriási hírnévre tett szert Rómában egy ősi méreggel, az alkohollal szemben vélt semlegesítő hatásának köszönhetően – aki valamelyest józan akart maradni az összejövetelek végére, az sáfrányvízzel kezdte az italozást.



*A sáfrányt a prehisztorikus Görögországban is jól ismerték. Ezen a knósszoszi festményen egy betanított majom gyűjti be az értékes virágokat.*

### Császári

#### „sáfrányorgiák”

A rómaiak ugyanilyen nagyra tartották a sáfrány azon tulajdonságát, hogy elnyomja a rossz szagokat. A sáfrányvízzel és -olajjal többek között színházak levegőjét frissítették; az előkelő családok ülőhelyeit – sőt, magukat a nemeseket – permetezték be vele.

A főbb közterek szagmentesítésére is leleményes fogást találtak. Hadrianus császár ugyanis né-

hány üreges szobrot sáfrányos vízzel töltetett meg, ezután kis lyukakat fúrtak beléjük, amelyeken keresztül a bódító oldat folyamatosan szivárgott kifelé. A római író, Petronius további érdekes módszereket is említi: a sáfrányvirágokat a földre szórták, illetve a gyümölcskosarakat sáfrányvízzel hintették be.

Ha hihetünk Hadrianus életrajzírójának, Aelius Spartianusnak, az uralkodó felfedezte a fűszer felhasználásának legizgalmasabb módját – egy előadás alkalmával sáfránnyal illatosított vizet engedtek le a színház lépcsőin. Az örült Helio-

gabalus császár, aki Kr. e. 222-ben gyilkosság áldozata lett, magánmedencéjét sáfrányvízzel töltötte fel, a kerevetekre pedig, ahol vendégeivel lakomázott, sáfrányszirmokat szóratott.

### A sáfrány reneszánsza

A Római Birodalom bukásával egy időben eltűnt a sáfrány az európai kultúrából. Az ilyesfajta enyhe zamatok nem feleltek meg a germánok só és mustár edzette ízlelőbimbóinak. A sáfránytermesztés gyakorlata a 8. században a muzulmánok közreműködésével jutott el Spanyolországba, s feltehetőleg onnan terjedt át a mai Franciaországba; Európában azonban csak a 11. századtól került ismét a figyelem középpontjába, miután a keresztes hadjáratok során a lovagok az arab világgal érintkeztek. Ezt megelőzően a sáfrányvirág valószínűleg ismeretlen volt számukra, amit az is alátámaszt, hogy a későbbiekben a fűszer arab nevét használták.

Ez idő tájt ismét a növény gyógyító jellege került előtérbe, a sáfrány így újra virágkorát élte különféle orvosságok elengedhetetlen összetevőjeként. Már az antikvitás korában is kifejezetten drágának számított, ekkorra viszont a hosszú kereskedelmi utak okán megnövekedett költségek miatt még sokkalta többet kellett érte fizetni. Ez lett tehát a kereskedők legtetemesebb hasznát hajtó árucikke, céheik ezért gyakran választották a sáfrányt névként vagy jelképükként. Még a Bourbon királyi ház címerében szereplő liliomokat is stilizált sáfrányvirágnak vélték.

### Nem mind arany, ami fénylik

Az egekbe szökő árakból szinte természetesen következett a sáfrányutánczatok megjelenése. Régi gond ez: már a római természettudós, Plinius kijelentette, hogy a becses portéka az esetek döntő részében többé-kevésbé hamisított. Az eredeti terményt más növények sárga részeivel keverték – ilyen volt a körömvirág, az árnika vagy a pórsáfrány; ez utóbbi neve is éppen a sáfránnyal való rokonságára utal. Egy másik módszerrel súlyosabbá tették a valódi termőket úgy, hogy előzőleg olajba áztatták őket. Gyakran finomra őrölt alabástromport szórtak a közönséges sáfrányhoz, ami rögtön sárgára színezte. Jóval később felfedeztek két dél-afrikai növényt (*Lyperia crocea*, *Tritonea aurea*), amelyek megszáritott virágai illatra és kinézetre is meglepően hasonlítanak a valódi sáfrányhoz: ezeket fokföldi sáfránynak nevezik.

A középkori itáliai és dél-német kereskedővárosok komolyan aggódtak

a jó hírnevük miatt. Amikor tudomásukra jutottak az egyre gyakrabban előforduló csalások, különleges testületet hoztak létre, amely még elindulása előtt megvizsgált minden sáfrányszállítmányt. A legtöbb városban máglyahalálra vagy élve eltemetésre ítélték a hamisítókat. Ez utóbbi sorsra jutott 1456-ban egy Elsa nevű asszony Prágában, aki néhány nürnbergi kereskedő piszkos ügyleteiben segédkezett. A hatóságok a későbbiekben humánusabbak, illetve inkább haszonelvűek lettek: elkobozták a bűnös vagyonát, a hamis sáfrányt pedig elégették.



A sáfrányvirágok „megtisztítása” – vagyis a termő és a bibék egy részének kicsippentése – hihetetlenül sok munkát igényel, ez az egyik oka a fűszer magas árának.

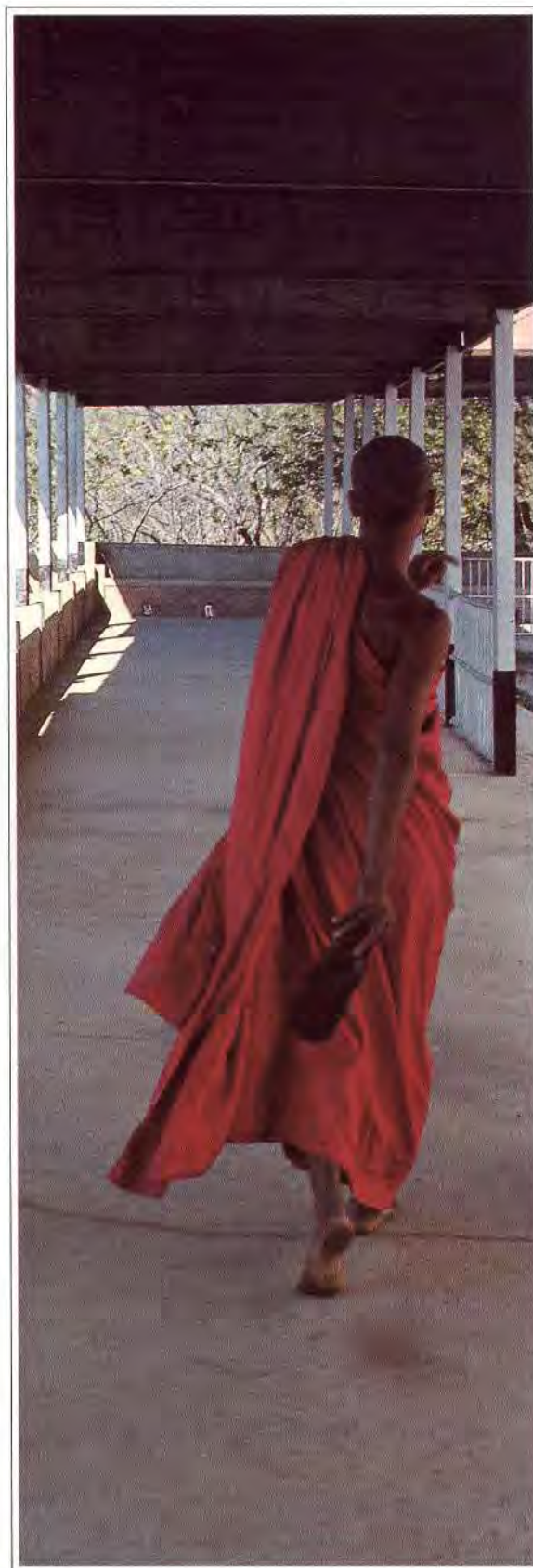
### *Sokarcú fűszer*

A sáfrány természetesen nem csupán fűszer, illatosító és (hajdani) gyógyír, hanem igen elterjedt festékanyag is, mellyel színpompás kelmék készíthetők. A sáfránysárga öltözék az ír törzsfők és a magas rangú indiai vezetők számára egyaránt státusszimbólummá vált. Az ókori rómaiak a vörös után ezt az árnyalatot tartották a legnemesebbnek. A görög királyok a méltóság színeként hordták, és kegyenők – bizonyos értelemben a királynők – szintén rászoktak a viselésére. A perzsa királyok sáfrányszínű cipőt hordtak a menyeyei fény jelképeként. Tény és való, hogy ez az árnyalat bizonyos idő elteltével túlnőtt a királyi hatalmon, és egyenesen a szentséget fejezte ki. A Srí Lanka-i buddhista papok például a mai napig vallásosságuk jeleként viselik sáfránnyal festett köpenyüket.

A krocin, a virágtermőkben lévő festékanyag hihetetlenül hatékony; egyetlen grammja több száz liternyi vizet változtat sárgává. Ezért gyakran az ízesítés legkisebb gondolata nélkül adták bizonyos ételekhez – ilyen a vaj és a sajt –, hogy azok szebb színt kapjanak.

Leggyakrabban kenyérhez használják fűszerként és színezőként egyaránt. A rómaiak különleges alkalmakkor a kenyértésztába keverték; a sáfrányos cipó népszerű volt a levantei államokban, Angliában (az egyedi teasüteményekkel együtt) és Skandináviában is. A pékek egy időben sáfrányos zsemlével lepték meg törzsvendégeiket karácsonykor és húsvétkor.

*A sáfrány szokatlanul erőteljes színezőanyaga jellegzetes sárga árnyalatot ad, mely régóta a rang, a nemesség és a szentség kifejezésére szolgál. A buddhista szerzetesek a mai napig ezt a vörösbe hajló színt viselik – mint ezen a képen a burmai Rangoonban.*



## Bouillabaisse

*Ez a provençe-i leves a konyha helyett a tengerparton született, falusi halászok – nem pedig szakácsok – találmányaként. Miután a férfiak visszatértek a nyílt vízről és csónakjaikat kihúzták a partra, szétválogatták az aznapi fogást. A jó minőségű halakat félretették, hogy azután eladják a városi piacon, a kicsi példányokat pedig bedobták a nyílt tűz felett lógó bográcsba. Hamarosan előkerült a borosüveg és a kenyér – ekkor elérkezett az ünneplés ideje.*

*A bouillabaisse eredete is azt mutatja, hogy bármiféle hal megfelel hozzá. Egy provençe-i szakácskönyv negyven alkalmas fajtát említ, csak a legzsírosabb halakat hagyja ki – ettől még tehetünk angolnát a fazékba, de a heringet inkább kerüljük. Legalább hatféle halat, valamint lehetőleg rákféléket és kagylót is használjunk fel. Több legyen a levesben a keményebb húsú kopolytús (ilyen az angolna, az óriás laposhal és néhány lepényhal), kevesebb a lágyabb húsú (mint az apró tőkehal vagy a keszeg). Legkevesebb nyolc személy számára érdemes elkészíteni.*

**T**isztítsuk meg a halakat és távolítsuk el a belsősegeket. A rák páncélját hosszában, majd keresztben hasítsuk fel, és törjük össze az ollóját. Alaposan válogassuk át és mossuk meg a kagylókat. Ezután öntsünk olajat egy fazékba, tegyük bele a zöldségeket, fektessük rájuk a keményebb húsú halakat, öntsük hozzá a bort, majd annyi vizet, hogy ellepje az alapanyagokat. Sóval, borssal, sáfránnyal ízesítsük.

### HOZZÁVALÓK (8 személyre):

- 3 kg különböző fajta hal
- 1 friss homár vagy tengeri rák, esetleg némi scampi
- 40 darab kagyló (lehetőleg ne konzerv)
- 3 darab apróra vágott, közepes nagyságú édes fehérgyagyma (az egyiket helyettesíthetjük póréhagymával)
- 2 fej frissen aprított edeskömény
- 6 darab hámozott, kímagozott paradicsom (konzerv is megfelel)
- 2-4 gerezd apróra vágott fokhagyma
- 2 dl olívaolaj
- 2 dl száraz fehérbor
- 4 evőkanál aprított petrezselyem
- 1 kakukkfűág (vagy ezzel megegyező mennyiségű szárított kakukkfű)
- 2 darab babérlevél
- 1 nagyobb darab szárított narancshéj só és fehérborssal
- 8-16 szelet franciakenyér és vaj a piritáshoz

Fedő alatt főzzük nagyjából 8 percig, rakjuk bele a maradék halat, kagylót, rákféléket is, és pároljuk további 8 percig. Szűrjük le a kagylót és a rákot, helyezzük el őket egy tálon, majd szórjunk rájuk és az alaplébe is petrezselymet. Merjük a levest tányérokba, és tegyünk egy-egy szelet kenyeret mellé. A vendégek maguk vágják fel és rakják az illatozó levesbe a tenger „gyümölcseit”. Tálalhatjuk fokhagymás majonézzel.

*A sáfrány használata: A sáfrány egészben és por alakban kapható. Érdemes előbbi formájában venni, mert akkor kisebb az esélye, hogy hamisították vagy hígították. Így magunk húzhatjuk ki a szálakat a gumóból, ízlésünknek és a felhasználási igénynek megfelelően. Ne közvetlenül az ételbe tegyük, előbb áztassuk meleg vízben, amíg az erőteljes sárga színt és sáfrányillatot nem kap. Az így módon előkészített keveréket öntsük a főzőedénybe.*

# Gyógyhatású fűszernövények

*Bazsalikom, tárkony, menta, oregano,  
petrezselyem, rozmaring, zsálya*

Amikor a korábban tradicionális gyógyszerek inkább fűszerként kezdtek szerephez jutni, a konyhaművészetben is végbe mentek azok a változások, amelyek utat nyitottak az új, finom aromák térhódításának. A sós hús a múlt rossz emléke lett, és többé nem kellett borssal ehetővé varázsolni a rothadó szeleteket. Olasz, német és francia szakácsok olyan alapanyagokkal dolgoztak, amelyek zamatát immár nem kényszerültek elfedni, mindössze könnyed fűszerezést igényeltek: az érintetlen természet, a kertek és mezők ízvilágát, mely a friss fűszernövények sajátja.

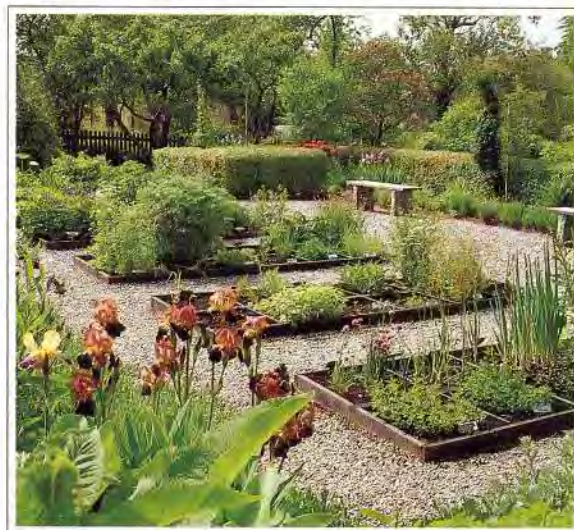
Leginkább orvostudományi gyökereiktől függött, hogy a konyha újdonsült szereplői közül



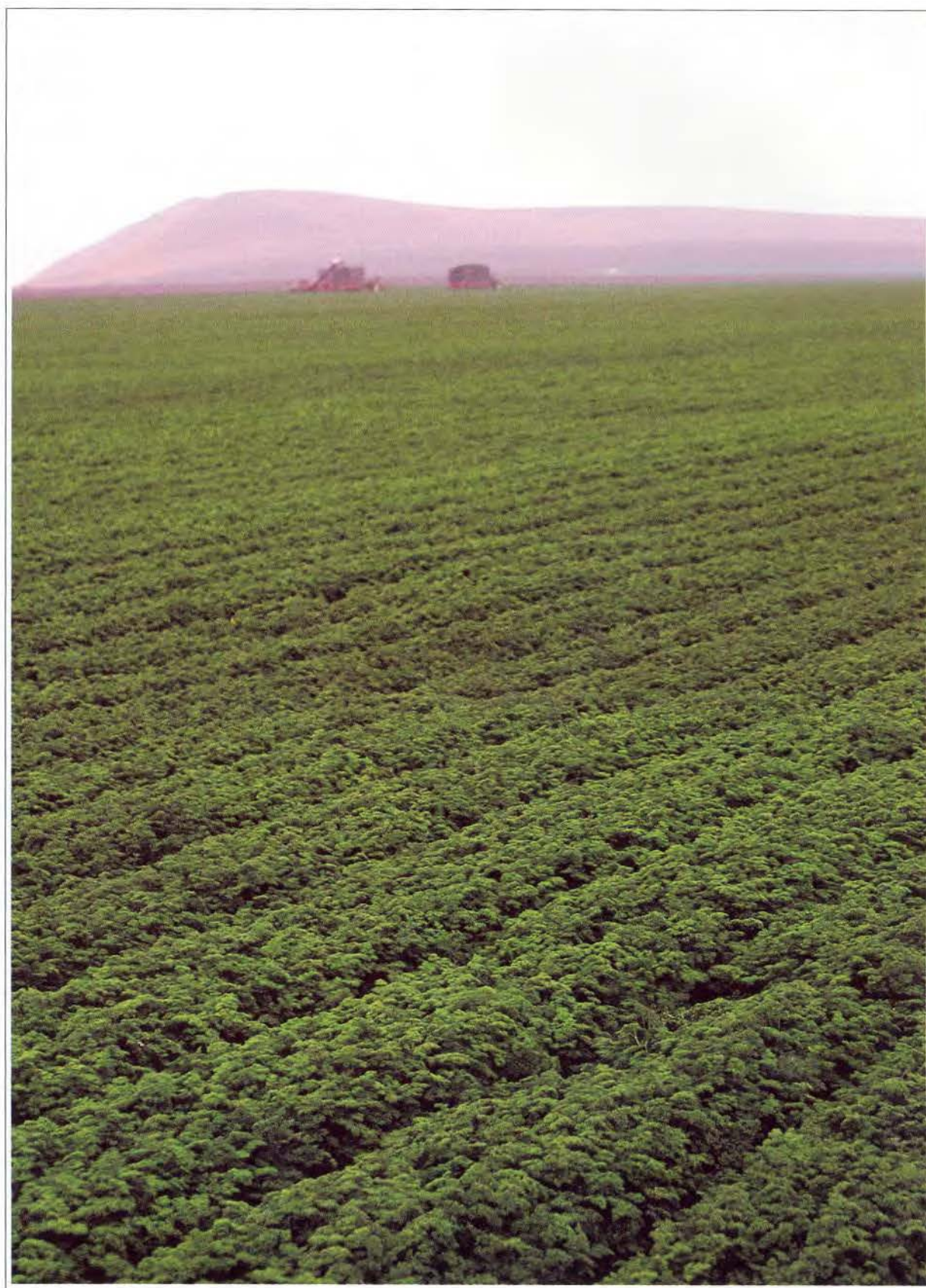
a szakácsok számára melyek számítottak hozzáférhetőnek. Az ebben a fejezetben részletesen bemutatásra kerülő fűszerek legtöbbször már számos mediterrán fűszerkönyvben felbukkant, amióta Dioszkuridész a Kr. u. 1. században *De materia medica* című könyvében lejegyezte az akkoriban rendelkezésre álló növénytani ismereteket. Ezt a megbecsült, híres munkát több mint másfél évezreden át forgatták egész Európában. A görög botanikus és követői olyan tudást adtak tovább, amely ha nem is volt mindig pontos, nagyban hozzájárult a keresztény kolostorokban későbbiekben kialakult orvosi gyakorlathoz.

*(lent, balra) A svédországi Vådstena egyike a protestáns országokban alapított régi katolikus kolostoroknak, melyek környékén a ma is fellelhető, vadon termő gyógynövények a papok és az apácák orvosi célú növénytermesztését bizonyítják.*

*(lent, jobbra) Az egyesült államokbeli petrezselyemtermesztés a nagyipari fűszernövény-termelés ékes példája.*









### *Botanikai jövevények*

Egyes szerzetesrendek tagjai, köztük a ciszterciák és a ferencesek terjesztették a gyógyfüvekről szóló ősi tanításokat az antik világon kívül. Britanniában és Skandináviában azonban a szóban forgó növények általában nem teremtek meg a természetben. A barátoknak ezért külön erre a célra kialakított kertekben kellett a palántákat nevelni, már amennyire az éghajlat megengedte. Így jutott el sok faj a déli területekről északra, ahol esetenként vadon is elszaporodtak; erre példa a „járványgyökér” (*Petasites hybridus*), melyet – nevéhez híven – járványok ellen alkalmaztak, csekély eredménnyel.

A protestáns országokban a legtöbb kolostort több mint fél évszázada bezárták, de a mai napig zöldellnek külfországi növények a környékükön. Ezek szolgálnak bizonyítékkal arra, hogy a szent közösségek mennyire törődtek az egészséggel; hasonló úton-módon válhatott általánossá a baradicskóró, a mályva és több mentaféle. Számos meghonosodott növény a szépségének köszönhetően maradt fenn a kertekben: ilyen a közönséges harangláb, az orvosi bodza, a szappanfű és a házi kövirózsa. Ezek mára jórészt elvesztették gyógyászati jelentőségüket, de esztétikai értékük sem lebecsülendő.

Az alábbiakban a ma is használatos, ősi gyógy-növények egy kicsiny csoportját mutatjuk be. Ezen gyakori fűszerek mellett természetesen egyéb ízesítőket is meg lehetne említeni, melyek az adott területeken nagy népszerűségnek örvendenek.

### *Kinek-kinek ízlése szerint*

Néhány növény a különböző étkezési kultúrákban kitüntetett szerepet tölt be. A skandinávok például a legtöbb fogást apróra vágott kaporral

*Az oregano a mentafélék családjának fűszeres tagja, melyet többek között Olaszországban természetesen exportcállal.*

ízesítik – a nyers lazactól kezdve a főtt rákon és bárányfrikasszén át egészen a friss burgonyáig. Oroszországban és Törökországban szintén kedvelt a kapor, melyet először feltehetőleg Perzsiában vagy Indiában használtak – ez utóbbiban ma is termesztik. Ezzel ellentétben szinte ismeretlen Franciaországban vagy Olaszországban, ahol inkább a lestyánt (*Levisticum officinale*) részesítik előnyben. Ez a fűszer az északi országokban nem keresett, ha mégis nevelték, az annak a hiedelemnek tudható be, hogy erős illata elűzi a patkányokat és a kígyókat.

A füzikét a világ nagy részén inkább nyári dísnövényként értékelik, gyógyfűként vagy zöldségként csekély szerephez jutott. Grönlandon mégis „nemzeti növény”-nek számít, amellyel bőségesen ízesítik a fókaszalonnát.

### *Babonából nincs hiány*

A néphagyomány nem csupán ösztönözte a gyógynövények elterjedését a mindennapokban – sok szabályt előírt arra nézve, milyen módon kell termeszteni és begyűjteni őket annak érdekében, hogy a megfelelő erők érintetlenül maradjanak, és így a későbbiekben a lehető legnagyobb hasznukat vehessék.

A vetés és a kertészkedés a kialakult munkamegosztás okán is az asszonyok feladata volt, de emellett általánosan elfogadott tényként kezelték, miszerint ez a szerek „varázserejének” elengedhetetlen feltétele. A legtöbb kultúrában a mágia és a gyógyír hatékonysága szintén a női munkához kapcsolódott. A tevékenységet sokszor furcsa, „megfordított” rendben kellett végezni: a vető, illetve arató nőnek bal kézzel kellett dolgoznia, nem használhatott vaskést, és nem tekinthetett hátra vagy nem fordíthatta arcát a szél irányába, csak ha már elkészült. A levágott, esetleg kihúzott növények sem eshettek a földre, különben elveszítették volna mágikus tulajdonságaikat, és kárba veszett volna az addigi fáradozás.



*A gyógynövények ízét és jótékony hatását egyszerre élvezhetjük, ha tea formájában fogyasztjuk őket. A sokak által kedvelt zsályatea gátolja az izzadást és a tejtermelést – vagyis szoptatós kismamáknak nem ajánlott! –, emellett enyhe vizelethajtó.*



# Bazsalikom

*basilikum, királyfű, németbors*



A bazsalikom hírnevét a balzsamozásban betöltött szerepével szerezte, s ennek megfelelően már az ókori egyiptomi múmiák esetében alkalmazták. Ezzel a hagyománnyal John Keats egy Boccaccio által ihletett romantikus költeményében is találkozhatunk, mely Isabelláról szól – a leány meggyilkolt szeretője fejét bazsalikommal teli cserépbe helyezte, ami azt viszonylag jó állapotban megőrizte.

## *A skorpióktól az édes zamatokig*

A középkori hiedelem úgy tartotta, hogy a bazsalikom skorpiókat „szül”. Aki ilyen házikedvence vágyott, annak csak fel kellett darabolnia és virágcsereppel lefednie néhány bazsalikomlevelet. Ha némi idő elteltével felemelte az edényt, alatta az ingerlékeny ízeltlábúra bukkant. Az ekkoriban keletkezett gyógynövénykönyvek szerint a bazsalikom melankólia és képzelőerő ellen nyújtott hathatós segítséget – már ha ez utóbbit betegségnek nevezhetjük! –, illetve olyan szokványosabb nyavalyák kezelésére szolgált, mint a nátha vagy a szemölcs.

Erről a fűszerről először erőteljes íze jut eszünkbe. Frissen salátákhoz, paradicsomleveshez, italokhoz adhatjuk. Szárított változata remekül illik salátaöntetekhez, báránysülthöz, sült pa-

radicsomhoz, valamint – igazi bazsalikomspecialitás – teknőslevesbe. Aki kíváncsi a kávé és a bazsalikom együttes ízére, feltétlenül kóstolja meg a karthauzi likórt!

## *Virágzása előtt betakarítandó*

A bazsalikom az általános vélekedés szerint Indiából, egyes feltételezések alapján viszont még keletebből származik. A világ nyugati felébe nem a kereskedők fűszeres zsákjában jutott el, hanem palántaként. Egyike annak a kevés keleti fűszernek, mely Európa nagy részén megterem, ha nincs kitéve a fagynak. Először a lakás délre néző ablakaiban neveljük, majd a tavasz beköszöntével kiültethetjük a kertbe, ahol a metszésig legalább harminc centiméteresre nő. A betakarítást a bimbók kinyílása előtt végezzük el, különben a levelek elvesztik aromájukat.

A bazsalikom virága piros-fehér színű, de kevésbé látványos, így nem szokás vázába tenni. Zöld részeit fűszerkészítés céljából kötegekben szárítjuk; ezeket legjobb, ha levegős padlástérben lógatjuk fel, ahol nem éri őket közvetlen napfény. Az sem baj, ha hagyjuk tovább nőni: az olyan hagyománytisztelő országokban, amilyen Görögország is, a bazsalikomot nagy vízigényű dísznövényként tartják.

Fajneve: .....	Ocimum basilicum
Családja: .....	Labiatae, mentafélék
Fűszerként használt része:	Friss vagy szárított levele
Származási helye: .....	India (?)
Termőterületei: .....	Franciaország, Olaszország, Spanyolország, Magyarország, Bulgária, a volt Jugoszlávia utódállamai, Marokkó, Egysült Államok
Általánosan használt neve:	angolul ..... basil franciául .... basilic németül ..... Basilikum, Königskraut olaszul ..... basilico spanyolul ... albahaca

BAZSALIKOM



# Tárkony

esztragon, tárkonyüröm

Ez a fűszer a Plinius által is lejegyzett furcsa babona után kapta latin fajnevét. A híres író és természet-tudós azt állította, ha valaki egy tárkonyágot tart magánál, az megvédi őt a kígyóktól és sárkányoktól. Így lett a növény *dracunculus*, vagyis „kis sárkány”. Szintén hasonló jelentést hordoz a görög, az arab és a spanyol megfelelője, melyből a ma használatos angol szó, illetve annak francia változata, az „estragon” kialakult.

A tárkony egyike a kevés, Európában honos fűszereknek, noha a botanikusok nem biztosak abban, vajon először a Földközi-tenger medencéjében vagy Dél-Oroszországban tűnt-e föl. Néhányuk szerint lehetséges, hogy egyenesen Szibériából származik. Elnevezése szintén érdekes, mivel egy spanyolországi város és tartomány – Tarragona – nevére hasonlít, ez azonban etimológiai véletlen csupán, bár a tárkony ott is megterem.



## Könnyen termesztető

Holott orvosságként sosem töltött be fontos szerepet, a tárkony mégis igen hamar népszerű fűszer lett a nyugati világban. Manapság egyik

fő alkotóeleme a Béarnaise-mártásnak, mely akkor a legízletesebb, ha az alapkeverékhez friss leveleket használunk. A fűszer egyszerűen eltartható borecetbe áztatva, vagy dobozban, szárított formában. Minden gond nélkül termesztethetjük kertünk egy apró szegletében, esetleg balkonládában. Ez utóbbi változat esetében ne magokat ültessünk, hanem az idősebb példányokból gyökereztessünk fiatal hajtásokat.

## Egy csípős íz

Az üröm családjába tartozó tárkony évelő növény, s a sudár másfél méteres magasságot is elérheti.

A vékony, szálas-lándzsás levelek sűrűn helyezkednek el az ágon. A tövüknél apró virágfészkek nyílnak, amelyek talán nem túl szemet gyönyörködtetőek, lágy állapotban azonban remek ételízesítőként szolgálnak, például levesekben, főként bouillonban (erőleves). Főzésnél vigyázzunk a megfelelő arányokra: a tárkony ugyanis egy vad „kis sárkány”, amellyel óvatosan kell bánni!



Fajneve: .....	Artemisia dracunculus
Családja: .....	Asteraceae, fészkesvirágúak
Fűszerként használt része:	Levele
Származási helye: .....	Dél-Európa (?)
Termőterületei: .....	Franciaország, a volt Jugoszlávia utódállamai, a volt Szovjetunió utódállamai, Egyesült Államok
Általánosan használt neve:	
angolul .....	tarragon
franciául ....	estragon, herbe dragonne
németül .....	Estragon, Dragon, Schlangenkraut
olaszul .....	targone
spanyolul ...	estragón



# Menta

*borsmenta, angol menta;  
banya, banyamenta, kucserácska, vénasszonymenta*



Élt egyszer egy bájos nimfa, Mintaha, aki a görög mitológia árnyékbirodalmába tartozott; apja folyóisten volt az alvilágban. A leány szenvedélyes viszonyt folytatott Hádesszal, a halottak királyával, akinek féltékeny felesége, Perszephoné egy alkalommal megzavarta együttlétüket; dühében a földre taszította a leányt, és addig tiport rajta, amíg az szó szerint darabokra szakadt. A mítosz szerint ezekből sarjadt ki a menta, ami a legtöbb nyelvben mai napig a nimfa nevét viseli.

## Bolhacsali

Ez a történet egyértelműen az alacsonyra növecsombormentáról szól; a mükénéi civilizáció palotáiból a 20. században előkerült agyagtáblák tanúsága szerint a fűszert a görögök már a késő bronzkorban ismerték és szerették.

Modern fajneve – *Mentha pulegium* – részben a „bolha” latin megfelelőjére (*pulex*) utal, mivel a növényt régóta a csípős rovarok távoltartására használják. Pontosabban az aromája előbb vonzza az aprócska állatokat, majd megfulladnak tőle. A mediterrán országokban vadon nő, míg Európa nagy részén régen kifejezetten bolhacsaliként termesztették. Ezenkívül

mind a mai napig patinás fűszernövény szerepét tölti be.

## Különféle ízek

A *Mentha* nemzetség más tagjai kelendőbbnek bizonyultak az emberek körében. A legjobb példa erre a néhány vadon termő faj keresztezéséből kialakult borsmenta. Sajtolással olajat nyernek belőle, mely főként mentolból áll – a nyugtató hatóanyaggal nap mint nap találkozhatunk a fogkrémünkben.

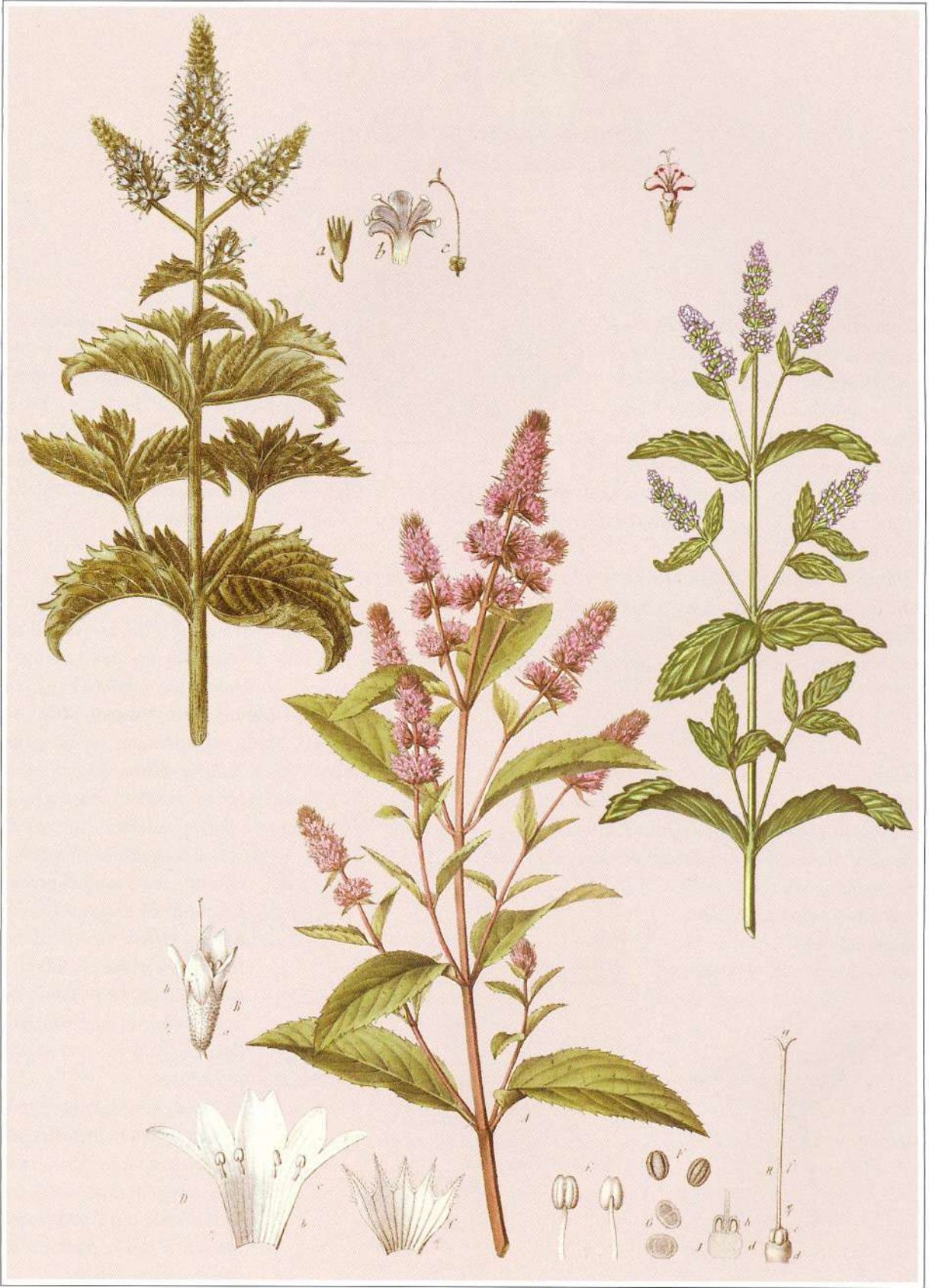
Ételízésítőként a menták sokféle helyi változattal bírnak. A német szakácsok ritkán élnek vele, az angolok viszont mindmáig előszeretettel találják a báránysültet híres, fodormentából készült szószukkal. A Brit-szigeteken, valamint az Egyesült Államokban ez utóbbi évszázadok óta kifejezetten kedvelt fűszer.

A mentafélék eredetileg délről származnak, később a kertekből gyakran terjedtek el a vadonban. A legtöbb faj évelő, a hosszú, indás hajtású növények rendkívül jól szaporodnak. Többnyire legfeljebb méteresre nőnek, és halványlila bimbókat hajtának. A leveleket még a virágzás kezdete előtt le kell szedni. A fodormenta élénkzöld, míg más fajok – mint a lómenta (*Mentha longifolia*) – inkább szürkés árnyalatúak.

Fajneve: .....	Mentha piperita (borsmenta), spicata (fodormenta)
Családja: .....	Labiatae, mentafélék
Fűszerként használt része:	Friss vagy szárított levele
Származási helye: .....	A Földközi-tenger medencéje
Termőterületei: .....	Anglia, Franciaország, a volt Szovjetunió utódállamai, Egyiptom, Marokkó, Argentína, Egyesült Államok
Általánosan használt neve:	angolul ..... mint franciául .... menthe, poivrée, menthe verte németül ..... Pfefferminze, grüne Minze olaszul ..... menta peperita, menta verde spanyolul ... hierbabuena, menta verde



MENTA



# Oregano

szurokfű, balzsamfű, fekete gyopár,  
kaslók, szurokszagú fű, vadmajoránna



A „pizzakultúra” fellendülésével az oregano a vadmajoránna széles körben elfogadott megnevezése lett. Egyike annak a néhány fűszernek, melyek eredetileg Észak-Európában is megteremtek – a skandináv országok azonban napjainkban inkább Olaszországból importálják, ahol sokkal elterjedtebb a használata.

Közeli rokona az édesmajoránna (*Origanum majorana* vagy *Majorana hortensis*), mely Észak-Afrikából, illetve Délnyugat-Ázsiából származik. Kolbász-, borjú- és szárnyasételek kedvelt ízesítője.

## A konyha világpolgára

Az oregano sok tájjellegű fogás elengedhetetlen alapanyaga – a mediterrán fasírttól az angol Exeter-pörkölt galuskáján át számos francia szószig. A svédek a borsólevesre szórják bőségesen, melyet a hagyománynak megfelelően gyakran csütörtökönként szolgálnak fel.



Fajneve: ..... *Origanum vulgare*  
Családja: ..... Labiatae, mentafélék  
Fűszerként használt része: Friss vagy szárított levele és virágsúcsa  
Származási helye: ..... Európa  
Termőterületei: ..... Olaszország, Franciaország, Spanyolország, Görögország, a volt Szovjetunió utódállamai, Mexikó, Egyesült Államok  
Általánosan használt neve: angolul ..... oregano  
franciául ..... marjolaine, sauvage  
németül ..... Dost  
olaszul ..... oregano  
spanyolul ..... orégano

Az oregano és az édesmajoránna egyaránt fél méter magas, évelő cserje. Észak-Európában az utóbbi nem bírja a téli hideget, ezért itt egyényári változatát termesztik. Leginkább az aromájáért becsüljük

őket, bár fehér vagy halvány rózsaszín virágaikkal dísznövényként is mutatósak.

## Tisztító öröm

Az oregano Angliában két néven ismert: a latin *origanum*, illetve – a középkor óta használatos – *organy*. Ezek az elnevezések a görög „hegy” és „öröm” szavakból származnak. A mentafélék családjának más tagjaihoz hasonlóan az oregano kis vízigényű, így a száraz domboldalakon is megterem, például Görögországban, ahol a nyár derekán felejthetetlen illatot varázsol a levegőbe. Az oregánót nem véletlenül nevezik vadmajorán-

nának – íze a majoránna és a kakukkfű elegyére emlékeztet. Napjainkban főként olaszos fogásokba kerül a fűszertartóból. Oregánót mi magunk is nevelhetünk otthon cserépben, az ablakpárkányon.

Az oreganoféle gyógynövényeket régóta fertőtlenítőszerként, gyomorbántalmak ellen vagy tartósítószerként használják; antioxidánsaik meggátolják a zsír és az olaj megavasodását.

OREGANO



*Origanum majorana*. L.

# Petrezselyem

*Petrezsirom, petrezselem*



Az emberiség egyik legrégebbi vágyálma, hogy olyan módszert találjon, ami mellett rengeteg alkoholt lehet inni – a lerészegedés kockázata nélkül. Az ókori görögök egy látzólag jelentéktelen növény – a petrezselyem – formájában vélték ráakadni a megoldásra. Ennek a zöldségnek nincs mivel dicsekednie, már ami kinézetét, aromáját vagy akár ízét illeti. A fiatal daliák mégis petrezselyemkoszorút viseltek fejükön az ünnepek alkalmával.

Mindezek ellenére a petrezselyem sem fűszerként, sem zöldségként nem játszott túl fontos szerepet az antikvitás főzési szokásaiban. A középkorban feltételezett gyógyhatása miatt került előtérbe. Azon gyógynövények közé tartozott, amiket Nagy Károly rendelete szerint birtokain kötelező volt termesztetni, és Kr. u. 820 táján már a híres svájci Sankt Gallen-i kolostorban is nevelték. Amikor a fűvészkönyvek elkezdtek a gyógynövények használatával foglalkozni, a petrezselyemre mégis kevés szót vesztegettek.

## *Elengedhetetlen alapanyag*

A konyhaművészet virágkorában, a 17. században végül elnyerte méltó helyét. Az 1700-as évek végén élt egyik francia szerző szerint a szakácsok képtelenek lennének mesterségüket foly-

tatni, ha nem jutnának petrezselyemhez. Ez némiképp túlzásnak tűnhet, bár a petrezselyem a mi konyhánkban is olyan alapvető tartozéka, amitől nehezen válnánk meg.

A petrezselyem igazi ízét úgy hozhatjuk ki, ha bő olajban kisütjük. A közönséges változat mellett létezik az ún. gyökérperezselyem is. Ez leginkább a paszternákra emlékeztet, s igen kedvelt összetevője a leveseket és szószokat ízesítő fűszernövénycsokornak. A spárgához hasonlóan megfőzve, olvasztott vajjal fogyaszthatjuk.

## *Pokoljárás*

A petrezselyem az ókorban kapta nevét a görög *petroselinon* után, mely a „kő” és a „zeller” szavak összeolvadásából jött létre. Az ernyősvirágúak családjába tartozó kétnyári növénynek különböző alakú levelei általában hullámosak, illetve karéjosak. Minden része – főként a magok – illóolajat (apiol) és glükozidot (apiin) tartalmaz. A magok nagyon sokára csíráznak csak ki, ezért egy régi mondás is járja róluk: miután elültetik őket, hétszer meg kell látogatniuk az ördögöt, mire rájönnek az élet értelmére! Végül megteszik, és ezzel konyhánk egy fontos fűszernövényvel gazdagodik.

Fajneve: .....	Petroselinum crispum (vagy sativum); a gyökérperezselyem neve Petroselinum tuberosum
Családja: .....	Apiaceae (Umbelliferae), petrezselyemfélék
Fűszerként használt része:	Levele, illetve a gyökérperezselyem gyökere
Származási helye: .....	A Földközi-tenger medencéje (Szardínia?)
Termőterületei: .....	Lokálisan a legtöbb ország
Általánosan használt neve:	angolul ..... parsley franciául .... persil németül ..... Petersilie olaszul ..... prezzemolo spanyolul ... perejil

PETREZSELYEM



# Rozmaring

*illatos rozmaring, antósfű*



A legenda szerint a Szent Család Egyiptom felé menekülve megpihent a gyermek Jézussal egy köves tisztáson. Mária köpenyét egy halom fehér virágú cserjére terítette, s erre a hevenyészett, puha ággyra fektette a kisdedet. Amikor továbbindultak, Szűz Mária felemelte köpenyét, s észrevette, hogy a növény szirmai kékké változtak.

A rozmaring virága ezért kék a középkori ábrázolásokon, Krisztus és a Szent Szűz ruházatának színéhez hasonlóan – az örökkévalóság, a mennyek, az igazság, valamint a bölcsesség szimbólumaként.

## Ókori gyökerek

Az ehhez hasonló történetek mind a növény Szűz Máriával összefüggésbe hozható elnevezésére próbáltak magyarázatot találni. A rozmaringnak azonban nincs köze sem Máriához, sem a rózsához. Valójában a rozmaringot – természetes élőhelyére utalva – Plinius nevezte el: a bokor olyan közel nő a tengerhez (*mare*), hogy annak tajtéka (*ros*) ráhullik.

A rozmaring az antikvitás népeinek vallásában is lényeges szerepet játszott. A rómaiak Aphrodité (Vénusz) szent növényének tartották, és a házioltárokat díszítették vele. Mivel me-

móriaserkentő hatást tulajdonítottak neki, az ókori görög diákok rozmaringfüzért viseltek a vizsgák alatt.

A rozmaring évszázadokig szimbólum maradt, leggyakrabban a halált jelképezte. Némely országban

a mai napig él az a szokás, hogy az elhunyt kezébe vagy a sírra rozmaringágot helyeznek. A középkorban és a reneszánsz idején a rozmaringot gyógyító hatásáért becsülték.

## A patikából a konyhába

Az áttörés, ami a rozmaringot a konyhaasztalra juttatta, csak némi késéssel következett be. Azokon a területeken, ahol a húst sóval tartósították, a rozmaring már a középkorban a sós íz elfedésére szolgált. A 17. századtól egyre gyakrabban tűnt fel a szakácskönyvek lapjain. Leginkább az olasz és a francia konyhára jellemző, de használata

Angliában és Amerikában is egyre elterjedtebbé válik.

A rozmaring örökzöld, ajakos virágú cserje, mely a Földközi-tenger medencéjéből származik. Másfél méter magasra is megnőhet, túleveleinek széle befelé csavarodik. Apró virágai világoskék vagy levendulaszínűek. A leveleket rögtön leszedésük után érdemes megszáritani, így megőrzik aromájukat és friss, kissé fanyar illatukat.

Fajneve: ..... Rosmarinus officinalis  
Családja: ..... Labiatae, mentafélék  
Fűszerként használt része: ..... Levele  
Származási helye: ..... A Földközi-tenger medencéje  
Termőterületei: ..... Franciaország, Spanyolország, Portugália, a volt Jugoszlávia utódállamai, Észak-Afrika, Egyesült Államok  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... rosemary  
franciául ..... romarin  
németül ..... Rosmarin  
olaszul ..... ramerino  
spanyolul ..... romero

ROZMARING



# Zsálya

kerti zsálya, orvosi zsálya, kakastaréjfü

A zsálya nevében hordozza az ókorban is elismert gyógyító erejét. A *salvia* szó a megmentés latin megfelelőjéből származik, az *officinalis* fajnév pedig azt jelöli: viselője gyógyhatású növény. A középkorban olyannyira becsült orvosság volt, hogy a híres szicíliai Salernói Orvosi Iskola falai között új mondás született: *Cur moriatur homo, cui salvia crescit in horto?* (Hogy halhatna meg bárki, aki kertjében zsályát nevel?) A kételkedők okkal válaszolhatnak: *Contra vim mortis non est medicam in hortis.* (A halál hatalma ellen nem terem gyógyír.) Az aromás növény jótékony erejében bízóak mégis ragaszkodtak álláspontjukhoz, amint az alábbi versikéből is kiderül:

„A rút halál semmivé lett,  
Zsályában az örök élet...”

## Vészélyes babona

A zsálya a középkori mágiában is szerepet kapott, ahogy azt a következő forrás is mutatja. Vágjunk három lyukat egy zsályalevélre, majd fűzzük át rajtuk két hajszálat, egyik legyen



a sajátunk, míg a másik a vágyott hölgyé. Ezután ássuk el a levelet imádottunk ajtaja előtt. Fellángoló szerelme életünk végéig tart majd! (Vigyázat, a varázslat visszafordítására nincs recept.) A 16. századi

botanikus, Jacob Tabernaemontanus szerint az ókori Egyiptomban a nők termékenységnövelő gyógyszerként itták a növény levét.

Manapság előszeretettel használják többek között a vadhúsból, bányából és sertésből készült ételek töltelékének ízesítésére. Igen erős ízű fűszer, ezért bánjunk vele óvatosan.

## Egy apróság ereje

A „közönséges” vagy „kerti” zsályát talán szerencsésebb lenne fűszerzsályának nevezni, hogy a zsályák családjához tartozó hétszáz társától megkülönböztessük. Alacsony, bolyhos és redős

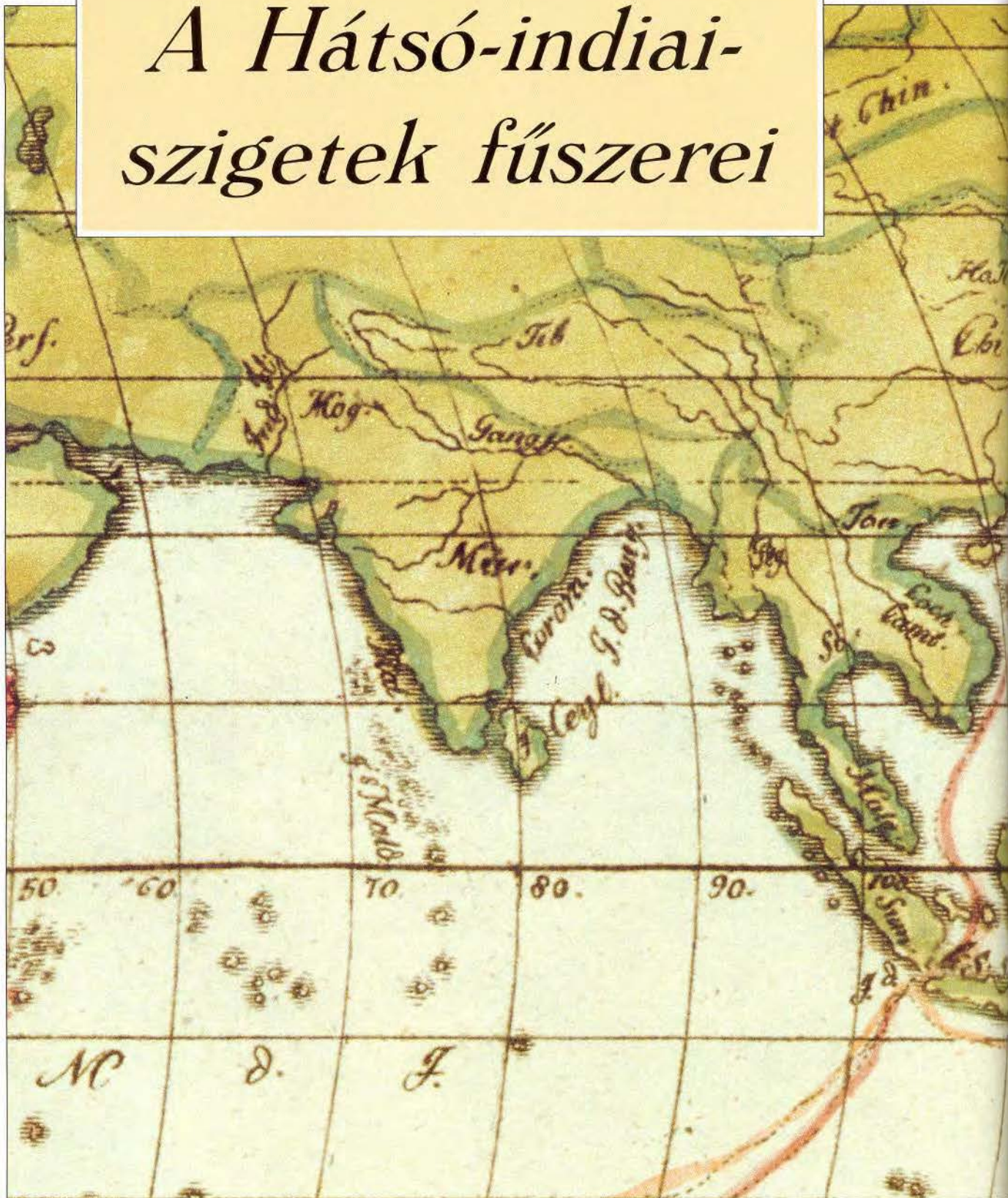
levelű bokrokban nő, melyeken meglehetősen nagy, kékeslila virágok nyílnak (de fehér és piros változatban is előfordul). A Földközi-tenger medencéjéből származik, kifejezetten elterjedt Dalmácia és Macedónia hegyvidéki területein; egész évben szedhető, még a hó alól is betakarítható. A legjobb aromát a friss levelekből vagy a – csak nagy ritkán beszerezhető – rügyekből nyerhetjük.

Fajneve: ..... *Salvia officinalis*  
Családja: ..... Labiatae, mentafélék  
Fűszerként használt része: Friss vagy szárított levele  
Szarmazási helye: ..... A Földközi-tenger medencéje  
Termőterületei: ..... Dél-Európa, főként a volt Jugoszlávia utódállamai, Albánia, Görögország, Törökország, Dél-Anglia, a volt Szovjetunió utódállamai, Egyesült Államok  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... sage  
franciául ..... sauge  
németül ..... Salbei  
olaszul ..... salvia  
spanyolul ..... salvia





# *A Hátsó-indiai- szigetek fűszerei*





### *Pápai versengés a fűszerszigetekért*

A 15. században Spanyolország, valamint Portugália számított a pápák két kedvelt államának. Ezek az országok engedelmesen szolgálták az egyházat, uralkodóik pedig nem túrték, hogy eretnekek zavarják meg híhű nyájuk nyugalmát; ellentétben Franciaországgal és Angliával, ahol mindenféle – a katolicizmus szemszögéből nézve – téves tan terjedt. Az 1490-es években azonban a két ibériai ország közötti jó viszony jelentős mértékben megromlott, ugyanis versengeni kezdtek – közvetlen utat akartak találni a hátsó-indiai fűszerszigetekre.

A karizmatikus egyéniségű Tengerész Henrik herceg vezetésével a portugálok gyors iramban haladtak Afrika déli csücske felé. Spanyolország lemaradt egy kicsit – lefoglalta a mórok kiűzése –, de idővel a tengerre küldte Kolumbuszt, akinek megbízatása szerint kerülőútra kellett bukkannia a Molukka-szigetek illatos kincséhez. Mivel a törökök elvágták a régi, észak felé vezető útvonalakat, amelyeken a fűszerkaravánok vitték a fényűző reneszánsz Európába a Kelet termékeinek legjavát, szükségszerűvé vált az óceán átszelése. A horizonton túl pedig hatalmas vagyon lehetősége várta az elszánt hajósokat.

### *A kettéosztott földgolyó*

Röviddel Kolumbusz első útjáról történő visszatérte után, 1493-ban VI. Sándor kiadott egy pápai bullát, melyben az Északi- és a Déli-sarkot összekötő „demarkációs vonalat” állapított meg.

*Leszállítják az árut, alkuk és üzletek köttetnek, miközben fűszerrel megrakott hajók jönnek-mennek egy forgalmas kikötőben – a holland Hendrick Cornelisz Vroom 1640-ből származó festményén.*

A Zöld-foki-szigetektől 500 kilométerre két érdekszférára osztotta az Atlanti-óceánt: nyugaton Spanyolország tett szert monopóliumra, keleten pedig Portugália. A szentatya azonban nem vett számításba egy fontos tény – Anglia és Franciaország szintén földre áhítozott. Ráadásul a portugál király, II. János is nehezményezte az egyházfői döntést, mivel az meggátolta hajóit abban, hogy az Atlanti-óceánon keresztül, a Jóreménység fokát érintve ériék el Indiát.

Összehívták hát a spanyol, valamint a portugál nagyköveteket az északnyugat-spanyolországi Tordesillas városában. 1494. június 7-én megegyezés született, miszerint 1800 kilométerrel nyugatabbra tolják a monopóliumvonalat – vagyis nagyjából a 49. nyugati hosszúsági körre. Így Portugália jogot formálhatott Brazíliára, melyet 1500-ban Pedro Alvares Cabral egy navigációs tévedésnek köszönhetően fedezett fel, s ahol a hivatalos nyelv ma is a gyarmatosítókat idézi.

### *Sikeresen végződő kaland*

Köztudott tény, hogy ha egy almát kettévágunk, a kés a gyümölcs túlsó oldalán bukkan elő – ugyanaz igaz a Föld körülhajozására is. A Csendes-óceán még ismeretlen területnek számított az utazók előtt, s nem voltak tisztában az újonnan felfedezett Amerika valódi méreteivel sem. Valószínűnek tűnt számukra, hogy az indonéz fűszer-szigetek a „spanyol féltekén” fekszenek. Ezért V. Károly, német-római császár és spanyol király felfedezőútra küldte – a bevallottan portugál – Magellánt, aki sok szenvedés után végül utat talált a déli tengereken át az ízesítőszer hazájába.

Maga Magellán csak a Fülöp-szigetekig jutott, ahol megölték, amiért beleavatkozott a helyi ügyekbe; egyik kapitánya, Juan Sebastian Del Cano fejezte be a küldetést. Sevillából eredetileg öt hajó indult, s közülük csak a *Victoria* tért vissza,



mely azonban 26 tonna fűszert hozott magával. Ez elegendőnek bizonyult az összes költség fedezésére, illetve a támogatóknak járó 500 aranydukát kifizetésére. A könyvelőknek mit sem számított, hogy a 237 matrózból csupán 18 élte túl a merész vállalkozást.

A világ végén húzódó pápai határvonal hatása mindmáig érezhető. A Magellán által felfedezett Fülöp-szigetek 1898-ig Spanyolország birtokában maradt, és ma is nyelvének, valamint kultúrájának előretolt helyőrségeként szolgál. A portugálok érdekszférája – Afrikát megkerülve – a fűszer-szigetekenél találkozott hispán szomszédjukéval, ahol Timor – Makaóhoz hasonlóan – egészen



1975-ig a Hátsó-indiai-szigeteken fekvő gyarmati birodalmuk utolsó emléke maradt.

### *A méltó jutalom*

Az ibériai királyságokat és a Vatikánt egyaránt meglepetésként érte az újabb érdeklődők feltűnése a színen. Néhány állam – mint Anglia és Hollandia – minden pápai intelmet figyelmen kívül hagyott, uralkodóik kapzsinak és elszántnak bizonyultak. Amikor 1580-ban Spanyolország bekebelezte Portugáliát, a birodalom immár túl nagygyá nőtt ahhoz, hogy meg lehessen védeni a betolakodókkal szemben.

A 17. század folyamán a Holland Kelet-indiai Társaság meghódította a mai Indonézia egész területét, és ezzel évszázadokon át tartó, szinte teljes monopóliumra tett szert a világ fűszerpiacán. Az angol társaságok hasonlóan sikeresen növelték a fennhatóságuk alatt álló birtokokat, illetve gazdasági erejüket Indiában, uralva ezzel az „illatos” kereskedelem fennmaradó részét. Ez a helyzet gyakorlatilag a II. világháborúig – mely minden európai gyarmati szerepnek véget vetett – változatlan maradt. A fűszertermelés addigra az Egyenlítő mentén már számos további helyen gyakorlattá vált, így meglehetősen jó üzletnek számított a felügyelete.

# Szerecsendió

*mácisdíó, muskátdíó*



A szerecsendió tulajdonképpen nem egy fűszer, hanem kettő, ráadásul ez az egyetlen fűszernövény, amely nemzeti szimbólummá vált. Az Antillák talán legszebb szigetén, Grenadán a zászlórudakon stilizált szerecsendióval díszített piros-sárga-zöld zászlók lobognak a passzátszélben.

A szerecsendiófa eredetileg a Molukkákon, Indonézia klasszikus fűszerszigetein volt honos. A termést gyakran „Banda-szerecsendió”-nak nevezik, állítólagos származási helyére, egy Seramhoz közeli nagyobb szigetre utalva. Ez az örökzöld, kétlaki fa akár húsz méter magasra megnő. Hosszúkás, tojásdad levele tíz centiméter hosszú, sötétzöld színű, a fonákján világosabb; formája a rododendronéra emlékeztet. Apró, harang alakú virága világossárga – nem számít különlegesnek, legfeljebb azért, mert az egész fa jellegzetes, erős illatot áraszt.

ga termés barackra vagy nagyobb szilvára hasonlít, rajta piros és zöld foltokkal (v. ö. a grenadai zászlóval!). Amikor megérett, a hús – amiből remek lekvárt főznek – felhasad, és láthatóvá válik legbelső titka: a bí-

borszínű, vastag burok, amit maglepelnek nevezünk; ez tölti meg szerecsendió-virág néven a fűszertartónkat.

A maglepel alatt bújik meg a magház, amelynek kemény héja fényes barna, olajos, ráncos magot rejt – ezt hívjuk szerecsendiónak a fűszerárusnál. A magházat lefejtve férnek hozzá az értékes dióhoz. Őrlés után hamar elveszíti az ízét, ezért a receptekben gyakran tanácsolják, hogy közvetlenül a készülő ételbe reszeljük. A szerecsendió és az őrlő így szinte összenőttek a konyhában (a bárokban szintúgy!). A dió jó minőségéről úgy bizonyosodhatunk meg, ha varrottút szűrünk bele, s egy csepp olaj szívárogi ki belőle.

## *Festői gyümölcs*

Az éppen gyümölcsöt hozó szerecsendió-liget csodás látványt nyújt. A világossár-

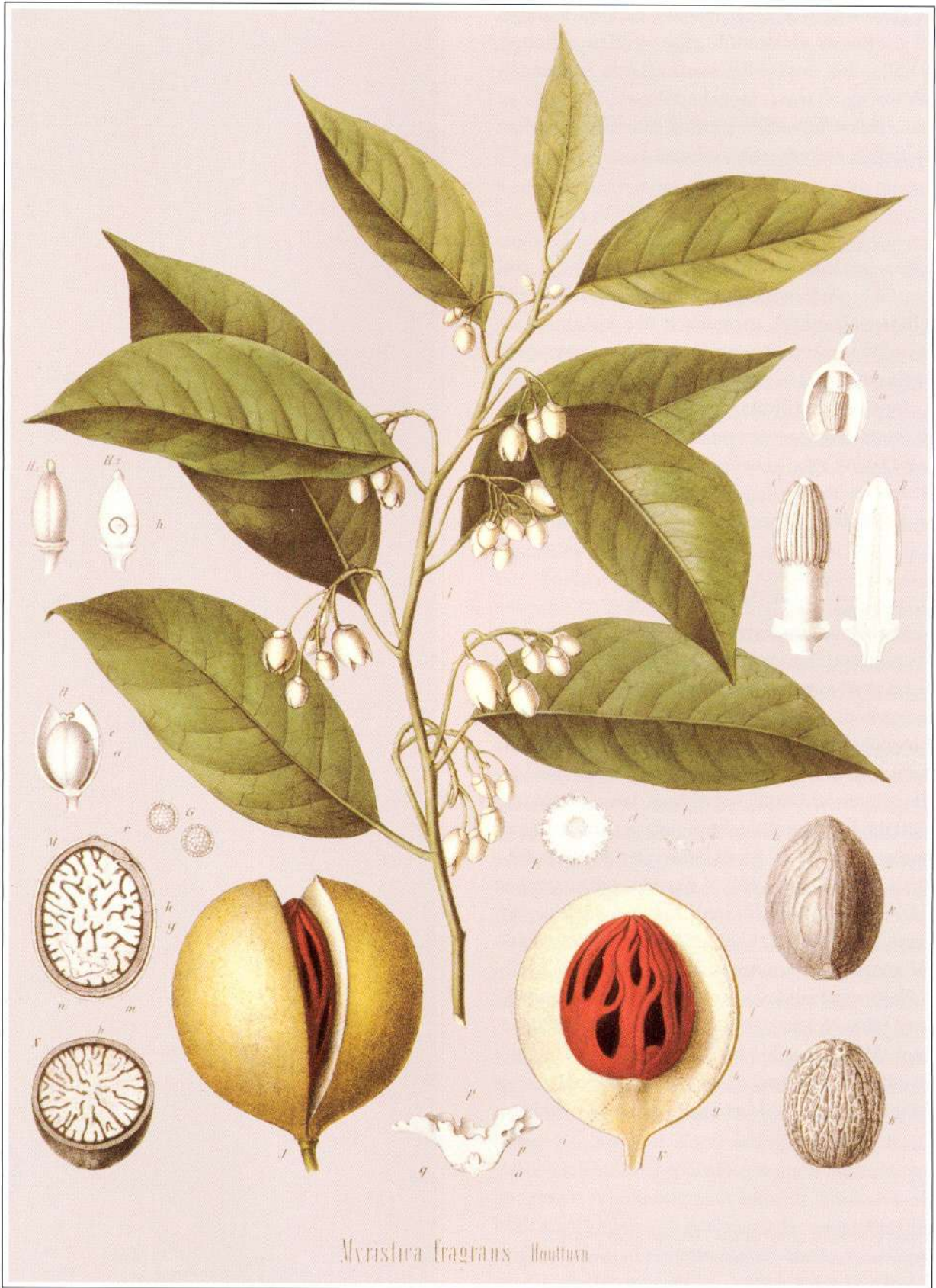


Fajneve: .....	Myristica fragrans
Családja: .....	Myristicaceae, szerecsendiófélek
Fűszerként használt része:	Szárított magja a szerecsendióhoz, a maglepel pedig a szerecsendió-virághoz
Származási helye: .....	Molukka-szigetek
Termőterületei: .....	Indonézia, Grenada, Saint Vincent, Malajzia, Srí Lanka
Általánosan használt neve:	angolul ..... nutmeg, mace franciául .... noix de muscade, macis németül ..... Muskatnuss, Muskatblüte olaszul ..... moscato spanyolul ... nuez moscada

## *A napszárított fűszer*

A termés betakarítása után először a magleplet távolítják el, amit a napon szárítanak egy-két hétig, amíg sárgásbarnás színűvé nem válik. Ezután a magházat aszalják ugyanígy, míg a dió belül zörögni kezd; ez a folyamat több hónapig tart. Később a héját fabottal vagy diótörővel összezúzzák, majd

SZERECSENDIÓ



*Myristica fragrans* Rottbom

az előbukkanó kincset meszes oldatba mártják az esetleges élősködők elpusztítása céljából. A hollandok eredetileg sterilizálásra is használták ezt az eljárást, megakadályozva így, hogy az exportálást követően esetleg más országokban elkezdjék termesztetni a drága luxuscikket.

### *Olajból parfümöt*

A közepes minőségű dióból olajat sajtolnak, ami azután a parfüm- és az élelmiszeriparban kerül felhasználásra. A terméshez hasonlóan ez az anyag is tartalmaz mirisztint, amely semlegesíti a gyomorgázokat, és narkotizáló hatással bír. A drogfüggők állítólag, jobb híján, már néhány evőkanál őrölt szerecsendiótól „elszállnak” – a tapasztalatok szerint erősen másnapos érzetet vált ki, és rendszeres fogyasztása nem csak a fejet, de a gyomrot is megviseli.

### *Lassan növényő fa*

A szerecsendiófa leginkább forró éghajlatú, magas páratartalmú trópusi szigetek elzárt völgyeiben érzi jól magát. Ilyen helyeken a tengerszinttől egészen 500 méteres magasságig telepíthető. A magokból hat hét alatt új palánta csíráztatható, majd a csemetét fél tucat hónap elteltével egy ültetvényre szállítják, ahol igen lassan fejlődik: legalább hét év múlik el, míg némi termést lehet betakarítani. A fa 15 és 30 esztendő között a legtermékenyebb. A gazdaságok nagyjából ötször annyi diót állítanak elő, mint magleplet – minden jól termő fa az előbbiből öt, az utóbbiból alig egy kilogrammot hoz.

Nagy nehézséget jelent, hogy a hím- és a nőivarú fákat virágzás előtt lehetetlen megkülönböztetni. Mivel egyetlen hímivarú példány elegendő tíz ellenkező nemű megtermékenyítésére, az előbbiekből sokat kiirtanak hétéves korukban,

*A szerecsendió „nevezetes” részei: a gyümölcs, benne a magleplet – amelyből a szerecsendió-virág készül – és maga a dió.*







vagy el kell tűrniük az elkerülhetetlent – nőivarú ágakkal oltják be őket.

### *Fontos kereskedelmi árucikk*

Csupán ellentmondásos válaszok léteznek arra nézve, vajon a szerecsendió milyen régóta játszik szerepet a nemzetközi kereskedelemben. Plinius említést tett egy fáról, melyen kétféle fűszer nő, de nem lehetünk biztosak abban, valóban a szerecsendióra utalt. Tényként kezelhetjük, hogy a szerecsendió és a szerecsendió-virág az arab kereskedők révén jutott Konstantinápolyba a 6. században. A 12. században különféle országokban bukkant fel, még Skandináviában is előfordult. Nem lehetetlen, hogy a kereszties lovagok által felfedezett új ízek közé tartozott, melyeket annyira megkedveltek Levantében.

A fűszert nem csak ételekhez és italokhoz használták, hanem kiváló füstölőnek is tartották. Amikor 1190-ben VI. Henrik német-római császárt Rómában megkoronázták, bevonulása előtt az Örök Városban napokon keresztül szerecsendiót és más aromás növényeket égettek, hogy csökkentsék az akkoriban annyira jellemző bűzt. A középkorban az egyik legnépszerűbb keleti fűszernek számított, a bors után ez állt a második helyen a behozandók listáján – Geoffrey Chaucer szerint az emberek előszeretettel ízesítették vele a sörüket. Időnként hihetetlenül felszokott az ára: a 14. századi angol költő korában fél kilogrammjának ellenértékeként három juhot vagy egy tehenet lehetett kapni.

1512-ben a portugálok elérték a Molukka-szigeteket, ahol tömérdek olyan fűszer termett, amely iránt Európában élénk kereslet mutatkozott. A terület nemsokára angol, spanyol, portugál és holland expedíciók hálójában vergődött, melyek sokszor harcoltak, esetenként viszont együttműködtek a helyi vezetőkkel, de csupán egyetlen cél lebegett a szemük előtt: saját ellenőrzésük alá vonni a jelentős haszonnal kecsegtető fűszerkereskedelmet. A hollandoknak sikerült felülkerekedniük riválisaikon, és egészen a II. világháborúig uralták a Hátsó-indiai-szigetek szerecsendió- és szegfűszegtermelését.

*A felhasadt szerecsendió-termés és a maglepel.*



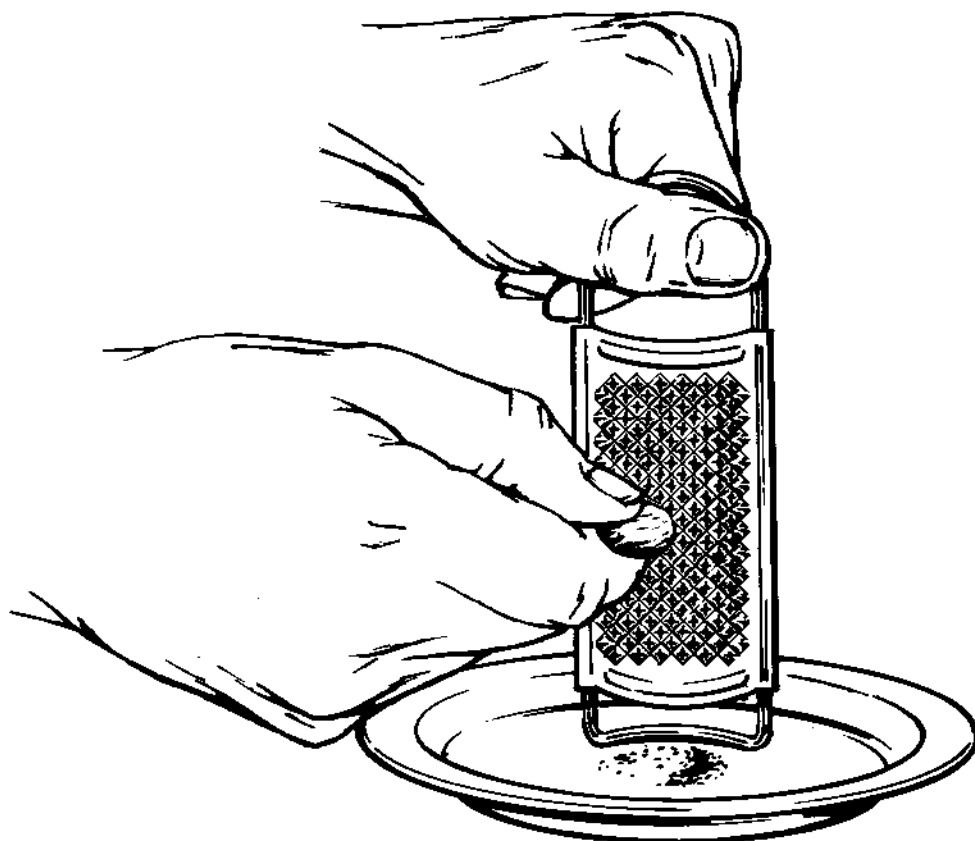
### *Fűszercsempészek*

Minden ország, melynek nemzeti vagy gyarmati határain belül hasonló körülmények között máshol is termeszthető, gazdaságilag jövedelmező fűszernövény nőtt, érthető módon mindent megvédett a természet által ráruházott monopólium megvédése érdekében. A brazilok ezért megtagadták a kaucsuk (gumi) palánták exportálását, ne alakulhasson ki konkurencia. A hollandok is ropant elővigyázatosan jártak el a délkelet-ázsiai fűszerültetvényeiken – a kereskedők a szerecsendiót csak azután szállíthatták külföldre, ha már minden egyes darabot sterilizáltak mésszel vagy citromsavval. Annak érdekében, hogy felségterületeikről ne csempészhessenek ki egyetlen palántát vagy magot sem, betiltották a szerecsendió termesztését a gyarmataikon, a könnyen ellenőrizhető szigeteket kivéve, mint Ambon vagy Banda.

A hollandoknak nem csupán a galambok okoztak fejfájást, amelyek nem törődtek a koloniális

törvényekkel, és megették a diókat, így a magok eljutottak más térségekbe. Ennél sokkal nagyobb gondot jelentettek a furfangos franciák és az angolok. 1770 táján egy franciának, Pierre Poivrenek sikerült titokban elvinnie néhány palántát a Madagaszkár közelében fekvő Mauritius szigetére. A 18. század végén Franciaország elfoglalta Hollandiát, s vele együtt annak külhoni birtokait. Anglia ekkor már háborúban állt a gallokkal, ezért könnyedén meghódította a hátsó-indiai fűszerszigeteket. Hamarosan szerecsendió-csemetéket küldtek a brit kolóniákra – Malakkára és Ceylonra, csakúgy, mint 1802-ben a Kis-Antillák Saint Vincent szigetére. 1806-ban megkezdődhetett a termesztés Trinidadon, 1843-ban pedig Grenadán.

A hollandok egyeduralma így megszűnt – ezzel együtt a szerecsendió ára is zuhanni kezdett. Hollandia régóta próbálta mesterségesen magasan tartani a piaci értéket, példának okáért hatalmas mennyiségeket égetett el a kikötőiben



és a Molukkákön. Amikor rájöttek, hogy a maglepel értékesebb a diónál, egy amszterdami hivatalnok a következő döntést hozta: a termelők vágják ki a szerecsendiófákat, és ültessenek kizárólag magleplet termőket. Eltűnődhetünk azon, vajon megpróbálták-e az ötletet kivitelezni!

### *Őrölve vagy egészben*

Manapság a szerecsendiót az élelmiszeripar kivül kevéssé használják, ott viszont remekül ízesít számos kolbászfélét, szószt, süteményt és egyéb csemegéket. A bárpultosok gyakran reszelnek belőle az egg-nogg (tojás és tej alapú) koktélokba. Az őrölt szerecsendió igen finom ízt ad például a parajfőzeléknek, a spagettinek, illetve a burgonyapürének. Kis mennyiségben pikáns zamatot kölcsönöz a rákféléknek, és kellemes kiegészítője lehet az ananászkrémnek. Az őröletlen maglepel fontos szerepet játszik a csemege-, valamint az ecetes uborka tartósításában.

### *A mágikus szerecsendió*

1619-ben egy fiatalember állt a bíróság előtt a dán Naestved városában. Lopással és valami még súlyosabb bűncselekménnyel vádolták: cimboráját arra tanította, hogyan bírjon a tiltott mágia segítségével jobb belátásra egy vonzó, ám ellenálló hölgyet.

A varázslathoz le kellett nyelni az egész szerecsendiót, majd megvárni, amíg kiér a vállalkozó kedvű személy alfelén. Ilyesfajta előkészületek után a diót megőrölték, majd sörbe vagy borba keverték. Ha a vágyott nő megitta ezt a szerelmi bájitalt, csábítója irányában rögtön kezes lett, mint a bárány. A történetben szereplő kárvallott asszony nem csupán azt ajánlotta fel, „megtesz bármit, amit a férfi óhajt” – amint azt a tárgyalási jegyzőkönyv írja –, hanem még fizetne is érte. Így a gyanúsított társa szerelmet és ráadásul némi készpénzt szerzett „szíve hölgyétől” – amit a bíróság nem talált dicséretes tetteknek.



Három évszázaddal később, 1917-ben a koppenhágai katonai kórházba felvettek egy betegeskedő közlegényt. Amikor megvizsgálták, nem volt hajlandó megválni a kis szövetbatyutól, amit zsinórra kötve hordott a nyakában – a zsákocská egy szem szerecsendiőt rejtett. A kérdésre, miért hordta magával a talizánt, azt felelte, az megvédte őt a kelésektől és kiütésektől!

Ezek a különböző korokból származó történetek világosan bizonyítják, a szerecsendiónak régóta mágikus erőt tulajdonítottak. A bírósági ügy kapcsán lejegyzett csábítási módszert Németországban egészen a 20. század elejéig ismerték és gyakorolták! A babona szerint a szerecsendió jótékony hatása két fő területre korlátozódik: a szerelmeskedésre és a szépítkezésre.

### *Sokoldalú gyógyír*

A fűszer orvosi kontextusban először 1147-ben tűnt fel, amikor Szent Hildegard, a „Rajna szibillája” leírta látomásait. Gyűjteményében egy teljes fejezetet szentelt a gyógyításnak, s ebben méltatta a dió gyógyászati tulajdonságait – érényeinek listája meglehetősen hosszúvá nyúlt. Aki szilveszter éjjelén szert tett egy szerecsendióra, és azt a későbbiekben a zsebében hordta, az új évben bármilyen nagyot botolhatott, a legkisebb karcolás sem esett rajta. A termés meggátolta azt is, hogy hordozója gutaütést kapjon vagy aranyér, skarlát, esetleg lépkelevény kínozza – újabb érvek a szerecsendió mellett.

Hasonlóképpen hatásosnak tartották, ha az ember bálba menet diót tartott a bal hóna alatt: az illető biztos lehetett benne, nem fogják visszautasítani, illetve nem kell petrezselymet árulnia. Egy breslau-i (ma Wrocław, Lengyelország) fekete mágia könyv óvatos szerzője szerint azonban – akitől az előbbi tanács is származik – ez a fortély csak péntek esténcént működik. Aki tehát tudja, pontosan mit és miképpen tegyen, az egész hétvégére bebiztosíthatja magát. Létezik egy másik fogás, amelyet szintén érdemes fejben tartanunk: ha a férfi testének bizonyos részére (mely a szerelmeskedés témájához erősen kapcsolódik) szerecsendió-olajat dörzsöl, az napokig

aktív marad. Legalábbis ezt állította egy 16. századi szerzetes!

Számos reneszánsz kori szakértő érvelt amellett, hogy ez a termés – orvosságként – megelőzi az emlékezetkiesést, a szédülést és a véres vizeletet. Arab kollégáik szerint leginkább a szeplő, a rossz lehelet és a viszketés esetén hatékony.

A mágikus gyógyítás alkalmazása gyakran meglehetősen bonyolult. Jó példa erre az epilepszia ellenszere, amit előszeretettel ajánlanak többek között Szlovákiában. Elkészítéséhez szép nyári estén ki kell herélni egy kakast, majd a sebbe bevarnni a szerecsendiót. A kakasnak természetesen ebben nem lesz semmi öröme, s mindezek után az esztendő elteltével le kell vágni a fejét, kivenni a diót, majd porrá őrölni. Ha ezt fél pohár vízben elkeverve megisszuk, a betegség következő rohamát biztosan megelőztük.

### *A szerecsendió felfedi a nemek közötti alapvető különbséget*

A 16. században a híres dán orvos, Levinus Lemnius könyvet írt *A természet tükör erői* címmel, melyben a szerecsendió a korra jellemző, a férfiak, illetve a nők tulajdonságairól folyó vita kapcsán merült fel. Lemnius kísérletekkel bizonyította: ha az erősebb nem képviselője hord magánál egy szemet, az megduzzad, lédússá és még illatosabbá válik, míg ha a hölgyek teszik ugyanezt, a termés ráncos, száraz és csúnya lesz. Ennek oka szerinte egyértelműen abban rejlett, hogy a teremtés koronái egészséges, kellemes párat bocsátanak ki magukból, ellentétben a fehérség tisztátalan és áporodott kipárolgásával.

Lemnius sietve hozzátette – mivel akkoriban minden teória hihetőbbnek tűnt, ha az ember példát tudott hozni rá –, mindez szintén igaz a korallokra. A professzor végkövetkeztetése nem meglepő: „A férfi a nő felett áll, mivel természete tisztább, nemesebb az asszonyénál. Nem csupán lelki, valamint testi tulajdonságai teszik őt erősebbé és kiválóbbá, hanem fizikai energiája szintén, ami még a halott dolgokat is kicsíráztatja és növekedésre készíti.” Mint a szerecsendiót és a korallt!

## Paté de Campagne

### HOZZÁVALÓK:

50 dkg borjúmell  
 50 dkg baconszalonna  
 25 dkg borjúmáj  
 12-15 dkg sertésszalonna; fele vastagon,  
 fele vékonyan szeletelve  
 1 gerezd apróra vágott fokhagyma  
 10 szem finomra őrölt fekete bors  
 6 szem finomra tört borókabogyó  
 1 dl száraz fehérbor  
 4 evőkanál brandy  
 egy csapott teáskanál só  
 fél teáskanál frissen reszelt szerecsendió  
 vaj (vagy olívaolaj) a tortaformába  
 (4 evőkanál zselatinpor)

Kockázzuk fel apróra a húst, a májat és a vastag szalonnaszeleteket, keverjük össze a sóval, a borsal, a borókával, a fokhagymával és a szerecsendióval. Adjuk hozzá a bort és a brandyt (a zselatinport is ekkor szórjuk

bele, mert ettől a pástétom könnyebben vágható lesz, de ez a lépés kihagyható). Tegyük a masszát néhány órára a hűtőbe, majd öntsük az alaposan kivajazott, illetve olajjal kikent tortaformába. Fakanállal egyengessük el, és legvégül helyezzük rá a vékony baconszeleteket.

Melegítsük elő a sütőt 180 °C-ra. Egy nagy fazékban forraljunk annyi vizet, amennyi egy hosszú tepsit majdnem megtölt. Amikor a sütő felforrósodott, öntsük a vizet a tepsibe, majd állítsuk bele a tortaformát és takarjuk le fedővel, esetleg alufóliával. Legalább másfél

órán keresztül hagyjuk sülni. Az utolsó 15 percre emeljük le a fedőt, hogy egy kis színt kapjon a finomság teteje.

Vegyük ki a pástétomot, és hagyjuk lassan kihűlni (ne rakjuk jégszekrénybe vagy mélyhűtőbe!). A legjobb, ha

valamilyen nehéz tárgyat – például egy mozsarat – rakunk rá, mert úgy nem repedezik meg. Csak teljesen hideg állapotban fogyasszuk. Remekül kiegészíti a Cumberlandmártás és az uborka, köretként pedig adhatunk hozzá vajban párolt csiperkét, illetőleg másféle gombát. Kínálhatjuk még burgonya-pürével, vajban megpirított zsúrkenyérrel, valamint borecetes öntetű friss salátával. Ha a patét a vendégek számára előzőleg felvágjuk, a tálalóedénybe – a szeletek alá és fölé – helyezzünk aszpikos húst.



# Fekete bors

*piper*



Természetesen nem a Guinness Rekordok Könyvének kitalálójától származik az ötlet, hogy az emberek furábbnál furább csúcsteljesítményeket állítsanak fel. A königsbergi hentesek céhe például már 1601-ben kitalálta, elkészíti a világ leghosszabb kolbászát. A mű 870 méteresre és nagyjából 400 kilogrammosra sikeredett – viszonylag „karcsú” lehetett, alakja inkább virslire emlékeztethetett. Ezt a csúcsot ugyan felülmulta az 1988-ban előállított, több mint 21 kilométeres angliai kolbász, de a mai napig lenyűgöző a középkori mesterek által szükségesnek talált bors mennyisége.

A céh receptjét megőrizték, és abból világosan kiderül, a korabeli főzést a túlzott fűszerhasználat jellemezte – ez volt az egyik oka az illatos árucikkek nagymértékű kereskedelmének. Közel tíz kilogramm bors került a keverékbe; ez csaknem tízszer annyi kilogrammonként, mint amennyit manapság egy erősen ízesített kolbászhoz adnak. A 16. századi multságokon megszokottak számított, hogy a fűszerek ötször annyiba kerültek, mint a többi élelmiszer együttvéve.

Így hát nem ok nélkül énekelt egy német trubadúr afelett érzett határtalan örömről, hogy „a száj szinte egész patikányi ízt kóstol”. Elegendőnek tűnt arra a töménytelen mennyiségű sörre és borra gondolnia, ami

az erős fűszerezésből fakadó tüzet oltja majd el lüktető torkában. Egy 14. századi szakácskönyv ismeretlen szerzője hasonlóan merész rigmust mellékelte jó tanácsként egyik receptjéhez:

*„Aki eme étekhez sok fűszert hever,  
Annak hátsója hamarosan jól szelel.”*

Ez utóbbi „tevékenység” – úgy tűnik – még a gazdag családoknál is népszerű szórakozásnak számított. A borsot már régóta az erős italok ízesítésére használták, emellett még köhögés elleni orvosságként szolgált; némiképp ellentmondásosnak hat a két szerep.

## *Az ókor és a bors*

A nyugati civilizációt először elérő borsfajta a mai ember számára már teljesen ismeretlen. Az ősi hosszúbors – csakúgy, mint az „igazi” borsok – a *Piper* nemzetség tagja, de erőteljesebb ízű fekete és fehér rokonánál.

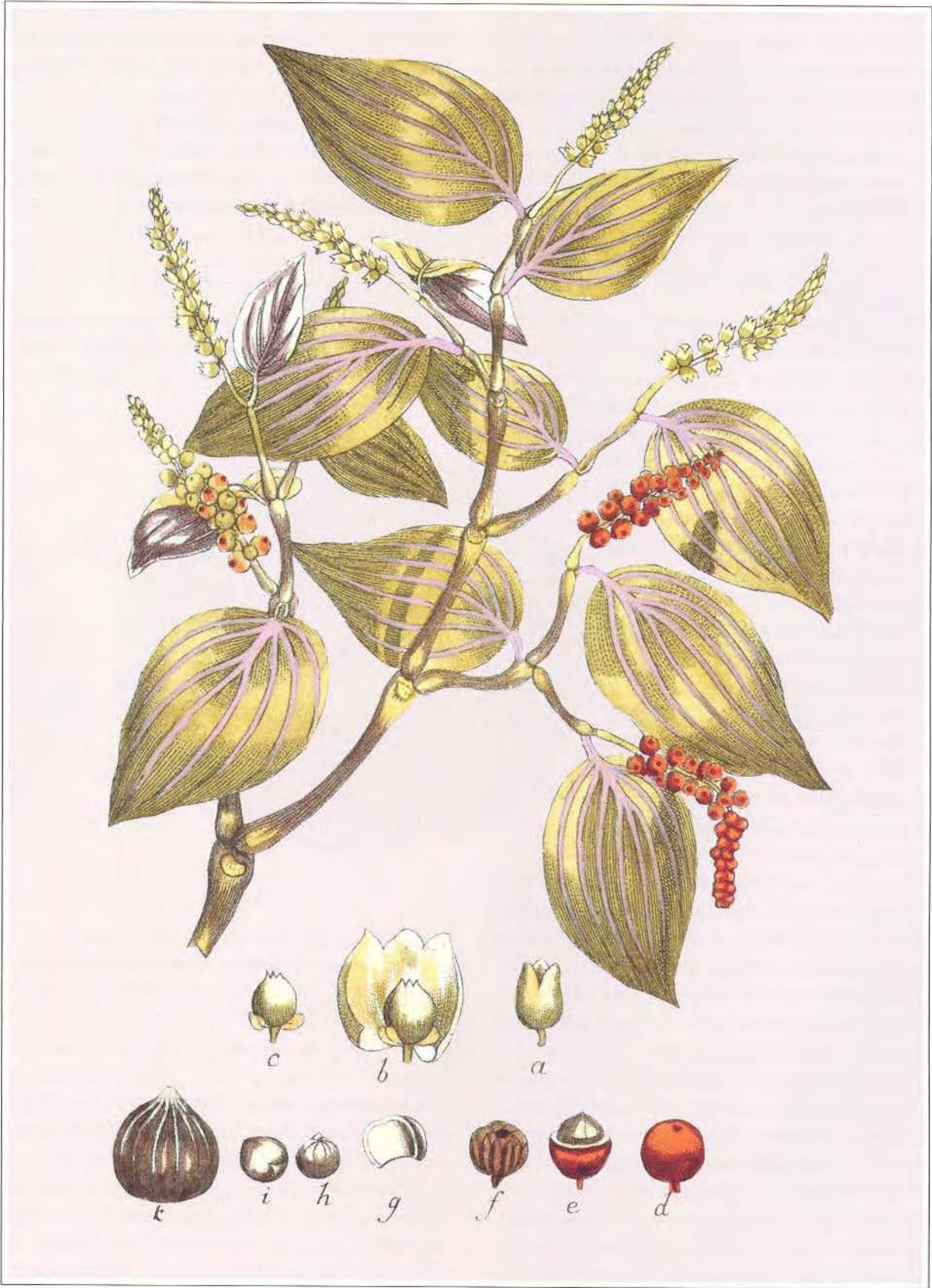
Két mai változata létezik: a *Piper longum* Indiában honos, a *Piper officinarum* pedig főként Indonéziában terem; a savanyúságok tartósításánál veszik hasznukat.

A hosszúborsot legkorábban nagyjából 3000 évvel ezelőtt, az indiai szanszkrit irodalomban említik. Nagy Sándor – a nyugati világból elsőként – biztosan találko-

Fajneve: .....	Piper nigrum
Családja: .....	Piperaceae, borsfélék
Fűszerként használt része:	Termése, az érettség különböző fokán
Származási helye: .....	India
Termőterületei: .....	India, Indonézia, Srí Lanka, Brazília, Madagaszkár
Általánosan használt neve:	angolul ..... black pepper franciául .... poivre németül ..... Pfeffer olaszul ..... pepe spanyolul ... pimienta



FEKETE BORS





zott vele, amikor Kr. e. 327-ben bevonult az észak-indiai Punjab tartományba. Valószínűleg a helyiek által *pipalín*ak nevezett hosszúborsot ízlelte meg. Később a fűszert a perzsáknak exportálták, akiknél – mivel az eredetit csak nehezen tudták kiejteni – *pipari* lett. Az új elnevezést nemsokára számos más fajtára is elkezdték alkalmazni.

### Ókori siker

A bors a nyugati kereskedelmi útvonalakon keresztül jutott el Görögországba, ahol a fekete változatát *peperin*ek hívták. A hosszúborsot szó szerinti fordítás alapján *peperi makron*ként emlegették, s kezdetben orvosságként használták. Ezután a rómaiakhoz került, akik *piperre*, illetve *piper longum*ra keresztelték a két fűszert. Idővel a fehér bors is csatlakozott hozzájuk, melyet elsőként Dioszkuridész, Claudius és Néró görög-római katonaeorvosa említ a Kr. u. 1. században.

Ekkorra már mindhárom borsféle beszerezhetőnek számított Rómában. A hosszúbors kétszer olyan drága volt, mint a fehér. Plinius, a híres író nem értette, az emberek miért hajlandóak ilyen rossz ízű, se nem édes, se nem sós dolgot enni. Emellett lejegyezte azt is, hogy a fűszert – főként a fekete borsot – hamisítják. Általában borókabogyót öntöttek mellé, amely száradás közben a borsszemek méretére zsugorodott és átvette azok ízét. Ez az egyik legrégebbi példája a jelentékeny hasznat hozó fűszerhamisításnak, amely később egyre inkább elterjedt, és a kereskedelem rákfenéjének bizonyult a világon mindenhol.

Marcus Aurelius császár 176-ban bevezette a fontos árucikké vált bors után fizetendő vámot. Az egyiptomi Alexandriában vetették ki, ide szállították ugyanis az arab kereskedők a rakományt, mielőtt a birodalom területén szétvitték.

A borsot ezek szerint már az ókorban nagyra értékelték. 408-ban a Rómát ostromló Alarik, a vizigótok királya hatalmas árat kért a város

megkíméléseért: 4000 rend kiváló minőségű öltözéket, 2,5 tonna aranyat, 1,5 tonna ezüstöt és 2,5 tonna borsot; ekkor még elvonult csapataival, de 410-ben mégis bevette az Örök Várost. Katonái minden bizonnyal kedvelték ezt a fűszert – a genovaiakhoz hasonlóan, akik 1101-ben meghódították a levantei Caesarea-t, és jutalmul egy-egy kilogramm borsot kaptak.

### Drága apróság

Idővel a fűszerkereskedelem Büzantion városában, a mai Isztambulban összpontosult. A kora középkorban ugyan csak szerényen fogyott a bors-



*Fekete, fehér és zöld bors – a hiedelemmel ellentétben nem különböző növényfajok termései, csupán az érettség más-más fokán szedik le őket. Mindhárom fűszer egyazon cserjén, a Piper nigrum bogóján.*

ból, mégis számtalanszor megtalálhatjuk a kolostorok feljegyzéseiben, ahol feltehetőleg óriási mennyiségben használták gyógyászati célokra. A franciák érdeklődését a kereszties hadjáratok keltették fel, amelyek – noha azzal a kezdeménnyel indultak, hogy a Palesztinában felkötött szent helyeket és a kereszténységet újraegyesít-





sék – valójában a 14. századi kereskedelem felügyeletéért folytak, s a bors, valamint más fűszerek értékesítése feletti bizánci egyeduradalom megtörésére irányultak.

Hosszú időn keresztül a bors hajtotta a világ-kereskedelem kerekét. A mai napig annyit fogyasztunk belőle, amennyit más fűszerekből együttvéve, s ez az ízesítő talán a legsokoldalúbb mind közül. Velence és Genova, Augsburg és Liszszabon, Amszterdam és Bruges felvirágzása mind a borskereskedelemnek tudható be; valamint az egyiptomi arab kereskedőknek, akik gondoskodtak a legfontosabbról – a haszon elég tisztos legyen.



A bors forgalmazása nem az egyetlen módja volt a pénzcserélésnek: a fűszer maga vált fizetőeszközzé. A középkor jó részében „kemény valuta”-ként szolgált. A legtöbbször biztonságosan elzárva tartották a vagyonuk zálogaként, és az ember fizetőképessége a birtokában levő bors mennyiségétől függött – értéknek tekintették tehát. A kereskedők évente egy-egy kilogramm borsot, fahéjat és gyömbéret fizettek a velencei adószedőnek. Németországban a vagyonosokat „borszákok”-nak hívták, s ugyanígy nevezték – főként Sachsenben – a gazdagon, de rangon alul házasodó, elszegényedett nemeseket is.

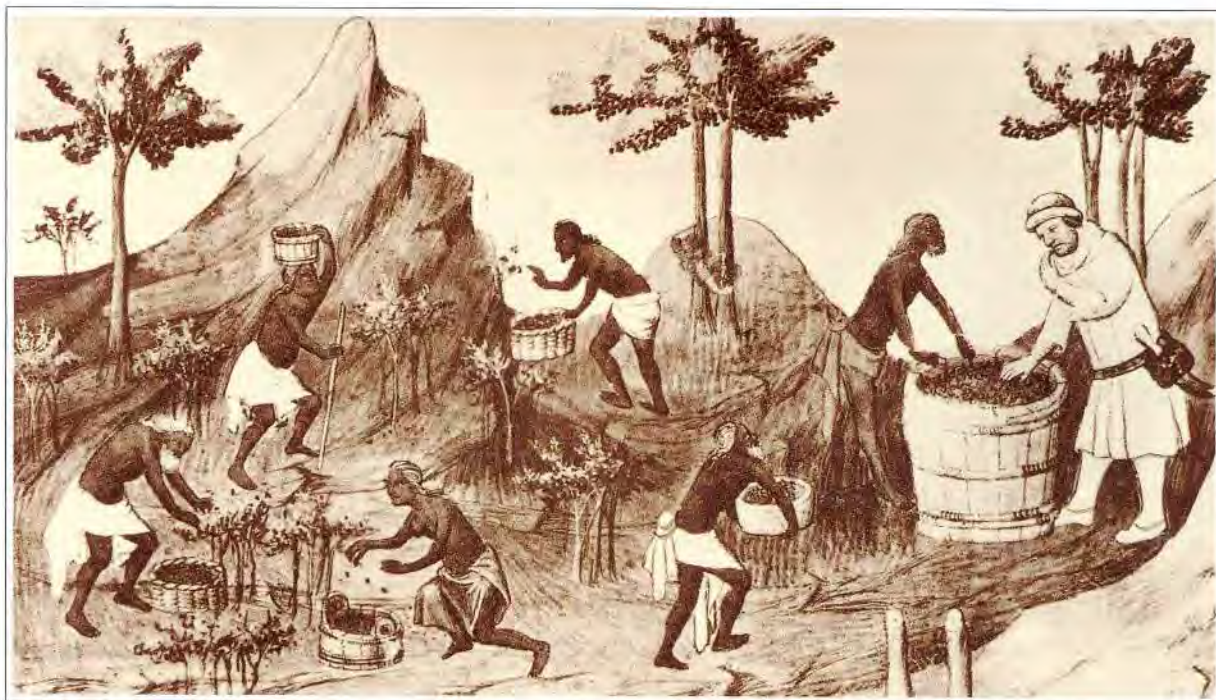
Angliában már az 1150-es évektől létezett a Borsosok Céhe, mely 1345-ben összeolvadt a Fűszerezés Céhével. A Billingsgate-be érkező hajók a 11. század elejétől – többek között – borsban fizették meg a vámot Ethelred királynak. A földbérlet is általában egy font, azaz közel fél kilogramm fűszerrel egyenlítették ki a tartozásukat. A középkorban ez nagyjából az angol béresek háromheti fizetésének felelt meg – Franciaországban pedig elegendőnek számított egy rabszolga megváltásához. Ekkoriban született az a szokás, miszerint egyetlen borsszem átadásával a bérleti viszony szimbolikus létrejöttét pecsételték meg. Amikor 1973-ban Károly herceg átkelt a Tamar-folyón, elfoglalni cornwalli hercegségét, egy font borsot is kapott jelképes hűbérként.

A középkorban a borsfogyasztás rendkívüli módon megnőtt, főleg ha figyelembe vesszük, hogy csak a jómódúak engedhették meg maguknak. Ez a fűszer Európa államaiban más-más gyorsasággal terjedt el a parasztság körében, és csupán a 19. században kezdte el alapvetően befolyásolni a főzési szokásaikat. A hirtelen támadt érdeklődést természetesen az alapanyagok rossz minőségének tudhatjuk be: a leggyakrabban sós disznóhúshoz, többé-kevésbé – a forró nyári időszak alatt mindenképp – rohadt marhahúshoz és halhoz tudtak hozzájutni, ami a legkritikább esetben került frissen a fazékba. Ezeket a finomnak éppen nem mondható ételeket borskupacok alá rejtették, de a borsos fogás felszolgálása emellett státusszimbólummá is vált.

A francia konyha virágzásának köszönhetően a 17. századtól a nyersanyagokat fontosabbnak tekintették az ízesítésnél. A konyhaművészet új irányzata véget vetett a túlzott fűszerezésnek, s a bors helyét enyhébb fűvek vették át, így a zöld bors megjelenéséig az erősen borsos ételt kevésbé szívesen látott vendégként kezelték a főurak asztalánál; ekkortól a „szegények fűszere” lett, akiknek nem volt pénzük vagy akár igényük, hogy úgy egyenek, mint az arisztokraták. Az ára annyira



Page 12



A 15. századi kézirat, a *Livre des Merveilles* miniatúrája Marco Polo leírását illusztrálja arról, hogyan gyűjtik be a borsot az indiai Malabár-parton.

lecsökkent, hogy az 1840-es években kilogrammja csupán 6 amerikai centbe került a világpiacon.

### Borslelőhelyek

A 15-16. század fordulójáig a legtöbb ember számára újdonságnak tetszett, hogy a fekete és a fehér bors egyazon növényről származik; manapság sem mindenki tudja. Bartholomaeus Anglicus, a 13. századi szerzetes *A dolgok tulajdonságairól* című könyvében tárta fel a kapcsolatot:

„A bors a Kaukázus déli lejtőin, a legforróbb napfényben növvő fa magja vagy termése. A bors-

*A holland S. de Vries 1670-ben készített metszete a bors szüretelését és feldolgozását mutatja be. A fekete bors a bal, a hosszúbors a jobb oldalon nő, míg a kép alsó részén különböző paprikafajtákat láthatunk. Tisztán kitűnik, hogy a Hátsó-indiai-szigetektől és az Antillákról származó bors-változatokat egyaránt természetették a Karib-tenger holland fennhatóság alatt álló szigetein.*

fák erdejében mérges kígyók nyüzsögnek, amelyek védelmzik a területüket. Amikor a termés megérett, az emberek felgyűjtik a bozótost. A csúszómászók elmenekülnek, de a füst és a lángok feketére festik a borsszemeket, és csípősebbé teszik az ízüket.”

Felmerülhet a kérdés, a fehér bors eszerint miképp létezhet – a logika azonban láthatólag nem tartozott a szent ember jellemző tulajdonságai közé. A bors kaukázusi származását néhány 16. századi szakértő szintén megerősítette. Ez jól mutatja, milyen sokáig tudták árucikkeik eredetét titokban tartani az arabok.

Valójában a zöld, a fekete és a fehér bors pusztán egyetlen trópusi kúszónövény, a *Piper nigrum* borsó nagyságú bogyóinak három különböző érettségi szintjét jelenti. Indiában honos, ahol a Malabár-, azaz „Bors-part”-on a Föld borstermésének jelentős hányada nő, manapság azonban számos, hasonló magasságban fekvő helyen termesztik. Kiváló példa erre Indonézia, ahová



*Számos fűszerhez hasonlóan a bors aromája is meglehetősen illékony. Az ínyencek ezért ne elégedjenek meg az előre elkészített, őrölt változattal, hanem közvetlenül a felhasználás előtt darálják le a borszemeket.*

majdnem 2000 évvel ezelőtt, export útján került. A britek Malajziában szintén kiterjedt ültetvényeket alapítottak, melyeken a továbbiakban nagyarányú termesztés folyt.

### *Borstermelés*

A fákra felkapaszkodó borscserjének bőséges esőre van szüksége a megfelelő hozam és minőség eléréséhez. Napjainkban egyszerűen karókkal támasztják alá, s így három méteresre megnő, ám vadon termő társai akár kétszer ilyen magasak lehetnek. Leginkább 8 évesen, de 3-4 éves korától 20-25 esztendőn keresztül terem.

Az Indiában július környékén nyíló virágok hosszú száron hajtanak ki. A bogyók lassan fejlődnek: a következő év januárjára válnak csak alkalmassá a betakarításra. A zöld borshoz még éretlen állapotban szedik le, majd megszárazítják vagy ecetes pácban tartósítják őket. A zöld bors – a rózsaszín vagy perui borsot leszámítva (lásd alább) – a legújabb változat, és az 1950-es évek óta általánosan használják. Mostanra a főzés mindennapos alapanyaga lett enyhén gyümölcsös,

csípős aromájának köszönhetően, mely főként darált húsos fogásokhoz illik.

A fekete bors készítésére a bogyók halványpiros állapotban megfelelőek. Az iparosodás előtti időkben először halmokba rendezték és erjedni hagyták, majd kiterítve a napon vagy tűz fölött szárították őket; minél gyorsabban, nehogy megpenészedjenek. Ez a folyamat kívülről feketévé és ráncossá teszi a termést, de a mag odabent fehér marad.

A fehér borsot, ezzel szemben, az érett piros bogyókból nyerik. Néhány napra beáztatják, így a burok felpuhul és könnyedén lefejtethető a magról, illetve a fehér borsszemről. Régen a bogyókat dézsákba öntötték, majd – a hagyományos szőlőprézeléshez hasonlóan – lábbal taposták őket. Manapság azonban a jó minőségű fehér borshoz a fekete szemek szárított magházának eltávolításával jutnak.

A bors minden változatában megtalálható piperin nevű alkaloid adja jellegzetes ízesítőanyagát, melyet a parfümparban fontos heliotropin előállítására is használnak. A bors különleges aromáját a benne lévő illóolajnak köszönheti.

## Paradicsommag

Az 1500-as éveket megelőzően az arabok tartották kezükben a borskereskedelmet, így a többi népnek más, Indián kívüli forrást kellett találnia. 1460-ban Európa úttörő felfedezője, Tengerész Henrik portugál herceg halálának évében egyik hajója rabszolgákkal és paradicsommaggal tért vissza Lisszabonba. Az új ízesítőre – mely nem összetévesztendő az ismert piros zöltség magjaival – a nyugat-afrikai Guinea partján tettek szert. A rakomány bombaként hatott a város fűszerkedvelő lakóira: kiválóan helyettesítette a borsot, ráadásul olcsóbban lehetett hozzájutni, így hamarosan számos, valódi borsot forgalmazó kereskedő csődbe ment.

Ez a szép nevű betolakodó azonban korántsem volt teljesen idegen, mint ahogy kezdetben gondolták. A paradicsommag már korábban elérte Európát a Szaharán átvágó karavánok révén, de sokkal nagyobb költségért. Nem borscserjéről származik, hanem a gyömbérfélék családjába

tartozó *Amomum melegueta* fajról. A névrokonság – „melegueta bors” – a mandinkák által a középkorban alapított Mali királysághoz köthető, akik az észak felé irányuló borskereskedelem zömét felügyelték. Ezt a nyugat-afrikai trópusi termést a mai Libéria és Sierra Leone kikötőiből szállították el, így a terület – az indiai példához hasonlóan – „Borsszem-part” néven vált ismertté, noha a fűszer maga nem ott termett.

A paradicsommagról először 1214-ben, az olasz Trevisóban tartott fesztivál alkalmából készítettek feljegyzést. Az esemény keretében elfoglaltak egy díszletkastélyt, miután annak védőit – csinos leányokat – virággal, édességgel és *grana paradiso*val „harcképtelenné tették”. Ugyanebben az évszázadban Walesben „Grawn Paris” elnevezéssel találunk rá utalást. A Karib-szigetekre a Nyugat-Afrikából elhurcolt rabszolgák vitték magukkal és kezdték termesztetni.

A főzésben elfogadott szerepe mellett a paradicsommagot illegálisan is használták, hogy feljavítsák a skót whiskeyt és az angol brandyt. Angliában a gyenge sört előállítók az italuk minőségén próbáltak segíteni vele, III. György azonban 200 fontra büntetett minden sörfőzőt, akinek akár csak a birtokában volt belőle, s 500 fontra minden patikust, aki árulta. Így némileg ironikusnak tűnhet az uralkodó 2 évszázaddal korábban élt elődje, I. Erzsébet királynő által tett kijelentés, miszerint ő maga jobban kedveli a paradicsommagot az igazi borsnál. Mára ez a fűszer háttérbe szorult, csupán néhány ecetes tartósítószerhez és likőrhez adják.

## Még csípősebb

Nyugat-Afrikában számos más, borshoz hasonló fűszer terem. Erre példa a guineai bors (*Xylopiya aethiopica*), amely az elefántpálma család tagja, valamint a borsfélék közé tartozó „Ashanti bors”

*Tengerész Henrik a világkereskedelem úttörőjének tekinthető. Bár személyesen sosem vett részt felfedezőúton, nagyban hozzájárult azok tervezéséhez és támogatásához. Neki köszönhető, hogy az olcsó paradicsommag eljutott Európába.*





(*Piper clusii*). Ezek a fűszerek csak a nagyrészt zavartalan keleti borsexportban beálló hosszabb-rövidebb szünetekben váltak értékessé. Ezenkívül széles körben használták őket az őrölt bors hamisítására.

A főként Indonéziában honos kubéba bors (*Piper cubeba*) szintén régi fűszer, az európaiak a 13. században kezdték jelentősebb mennyiségben importálni. Mivel kellemetlen gyomorbántalmakat okozott, a későbbiekben leginkább gyógyhatású szerként, húgyúti fertőzések esetén alkalmazták. Rokona, a *Piper methysticum*, elegendhetlen a polinéz hastáncosokat megrészegítő híres ital, a káva főzéséhez.

A legújabb változat, a rózsaszín vagy perui bors még távoli rokonságban sem áll az előzőleg említett növényekkel; egy apró, perui masztixfa (*Schinus molle*) bogyóiból készül. Igen pikáns zamatot kölcsönöz a fagylaltoknak vagy a salátaszószoknak, ráadásul rendkívül látványossá is teszi azokat. Mindezek mellett halételek kedvelt ízesítője.

### Borskupacok

Egykor Indonézia számított a világ vezető bors-termesztőjének, évi több mint 60 ezer tonna fűszerrel – a második helyen álló India csupán harmadennyivel dicsekedhetett. Az indonéz ültetvények azonban megsemmisültek az I. világháború alatt, míg India 30 ezer tonnányira növelte teljesítményét. Azóta Indonézia visszazerezte a piac tekintélyes részét, s a bors immár más délkelet-ázsiai területeken is meghonosodott. Egyfajta különválás figyelhető meg: bizonyos térségekben – mint India, a maláj Penang és Szingapúr – a fekete bors termelésére fektetnek nagyobb hangsúlyt, míg máshol – többek között Indonéziában – a fehér változat került előtérbe; Bangkai piciny szigete pedig a keresett „muntok bors” hazája lett.

A borshasználat mértéke országonként jelentősen változik. Tunéziában az egy főre eső évi átlagos fogyasztás csaknem negyed kilogrammra rúg, míg ugyanez a szám Amerikában már csak a fele, Európában pedig – Svédországot leszámítva –





mítva – a negyede. A kínaiak és a japánok értéklik a legkevésbé, az előbbiek csupán 1, az utóbbiak 3 grammot igényelnek belőle. A fő felhasználók sehol sem a szakácsok, hanem a különféle élelmiszeripari ágak.

Végül álljon itt egy apró jó tanács: a szemes bors az őrölt változatnál sokkal tovább megőrzi aromáját és erejét. Így, ha tehetjük, adjunk inkább frissen őrölt fekete, illetve fehér borsot az ételekhez.

*A borsfélék és még néhány további fűszer régebben olyan értékesnek számítottak, hogy az otthoni tárolási költségeik vetekedtek egyébként is magas árukkal. Ez a hordozható, magáncélra rendelt fűszeres ládika sárgarézből készült.*

# Gyömbér

*ginger, ingwer, turmeric*



Mi a közös a Koránban leírt Paradicsomban és Artúr király kerekasztalában, ahol a lovagok már e földi világban ünnepeltek? A válasz nagyon egyszerű: mindkét helyen gyömbérral kínálják az érkezőt! Ez a fűszer valóban időben és térben is széles körben elterjedt – Rómába már 2000 évvel ezelőtt apró agyagedényekben importálták.

A hatalmas étvágyú, ingyen ókori népeknél a gyömbér elsősorban egyfajta csemegeként szolgált, de Dioszkuridész orvosságként szintén nagyra becsülte. *De Materia Medica* című, Kr. u. 77 táján írt könyvében kijelentette, hogy a gyömbér nem csupán melegíti és puhítja a gyomrot, hanem rendkívül hatásos ellenméreg is. Az uralkodók akkoriban bármit szívesen vettek, ami sikerrel kecsegtetett a trónbitorlók merényleteivel szemben.

## A barlanglakók édessége

A görögök és a rómaiak semmit sem tudtak – a legtöbb keleti termékhez hasonlóan – a gyömbér valódi származási helyéről. Arab kereskedőktől szereztek be, s kételkedés nélkül elfogadták azok magyarázatát: a trogloditák messzi délen fekvő, mesés földjén termett. A görög elnevezés furcsa „barlanglakók”-ra utalt, rejtélyes

népekre, akik a világ peremén éltek – legalábbis az ókori földrajztudósok szerint.

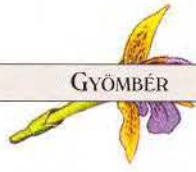
A trogloditák állítólag igen rútak voltak (ma a csimpánzok fajneve: *pan troglodytes*), és olyannyira szabad-erkölcsűek, hogy a gyermekek sosem tudták, ki az apjuk. Főként a Vörös-tenger melletti Trogloditikában éltek nagy számban, s gyakran „ichtiófágok”-nak, azaz halevőknek gúnyolták őket, a társadalmi ranglétra legalján lévőeknek. A gyömbér előállításában és cukros lében való tartósításában azonban verhetetlennek tűntek!

## Fény derül a titokra!

Ma már jóval többet tudunk ennél a legendánál. A halevő trogloditák létezése ugyanolyan kitaláció csupán, mint hogy lakhelyük környékén gyömbér termett. Az arabok a fűszerfolyamban pusztán másodrangú terméként kezelték a gyömbért, mely számos egyéb dél-, délkelet-ázsiai áruval együtt nyugatra tartott. Először a 13. század végén kerültek kapcsolatba ezzel a növényvel az európaiak – egyikőjük a Kínát megjárta velencei Marco Polo. A császárságban a gyömbér már Kr. e. 500 táján említésre került Konfuciusz műveiben. Egyéb forrásként Giovanni di Montecorvino, ferences szerzetes és misz-

Fajneve: .....	Zingiber officinale
Családja: .....	Zingiberaceae, gyömbérfélék
Fűszerként használt része:	Gyökértörzse
Származási helye: .....	Ázsia trópusi területei
Termőterületei: .....	Kína, Japán, Indonézia, Ausztrália, Sierra Leone, Nigéria; Jamaica és az Antillák más szigetei
Általánosan használt neve:	angolul ..... ginger franciául ..... gingembre németül ..... Ingwer olaszul ..... zenzero spanyolul ... jengibre







szionárius leírása szolgál, amelyben 1292-ben tett dél-indiai utazásának személyes tapasztalatait örökítette meg.

A gyömbér nevének eredete meglehetősen régre, tulajdonképpen egy ősi indoeurópai nyelvig, a szanszkritig nyúlik vissza, amelyet az északi hódítók vittek el Indiába több mint 3000 évvel ezelőtt. Az ízletes növényt *sringa-verán*ak nevezték, ami „szarvtest”-et jelent, s minden bizonnyal a gyökértörzsére utal. Ezt később a görögök is átvették, így született meg a *zingiberis* kifejezés, melyből a latin *gingiber* és még számos európai megfelelője származik.

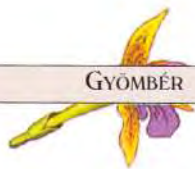
### *Ellenállhatatlan világjáró*

A gyömbér számított az elsőként Európába érkező fűszerek egyikének. Fogyasztása – csakúgy, mint maga a fűszerkereskedelem – meglehetősen visszaesett a kora középkorban, de közel sem merült feledésbe. Az orvoslásban betöltött úttörő szerepéről nevezetes olaszországi Salernói Egyetem a boldog élet receptjét ekképpen tanította: egyél gyömbért, s szeretni fogsz, és szeretve leszel, mint ifjúkorodban! Afrodiziákum hatása a portugálokat arra bátorította, hogy természeteni kezdjék Nyugat-Afrikában. A rabszolgatáborokban gyömbérrel etették az embereket, mert ez a populáció – s így a haszon – növelésének remek módjának tűnt.

A reneszánsz alatt a gyömbér viszonylag nagy hírnévre tett szert. A régi kereskedővárosokban a fűszerárusok területét – legkeresettebb árucikkük után – „Gyömbér utca” nével illették. Ennek ellenére az ízesítők e klasszikusát a 17. században kialakult új konyhaművészet nem tartotta elég kifinomultnak. Néhány országban mégis népszerű maradt, mint Angliában és az Egyesült Államokban, ahol a gyömbéres kenyér és gyömbérsör immár hagyományossá vált.

Az 1775-ben kirobbant amerikai függetlenségi háborúban a katonák napi ételadagjának szintén részét képezte. Néhány évtizeddel később fontos árucikknek számított a Massachusetts állambeli Salemben, amely a világ legnagyobb fűszerkereskedelmi kikötői közé verekedte be



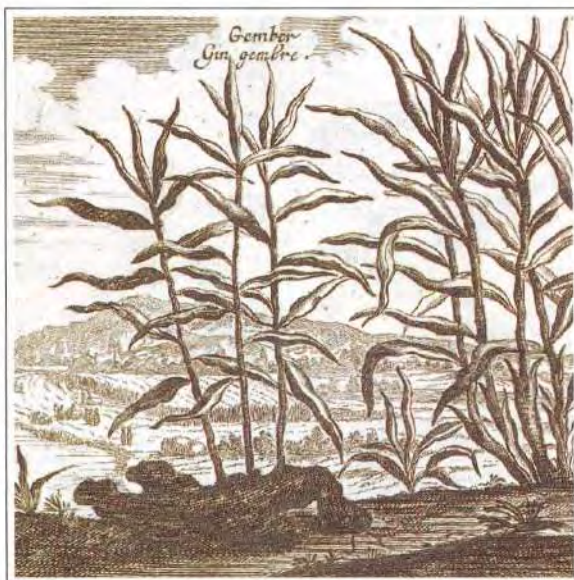


*A gyömbért napjainkban sok országban mutatós edényekben tárolják – ahogy azt a rómaiak is tették 2000 évvel ezelőtt. Ezek a néhány száz éves gyömbéres bödönök a Kelettel folytatott kereskedelem révén érkeztek Európába.*

magát az idők folyamán. New Englandben egészen az utóbbi időkig tartotta magát az a szokás, hogy a magas rangú személyek vacsorája után gyömbérlekváros tálat adtak körbe, mivel úgy tartották, tartalma megelőzi a böfögést és a bélgázok kialakulását.

1945-ben Sir Robert Perkins beszédet tartott az angol alsóház előtt, arról panaszkodva, hogy a parlamenti étteremben 300 éve nem kapható a *mauygernon* elnevezésű, gyömbéres ízesítésű szárnyasétel. Az angolszászok gyömbérszeretetének ilyesfajta megnyilvánulása érthető, hiszen azokban az időkben a világ gyömbértermesztésének döntő része a brit birodalom területén folyt. Mindamellet a növény megszáritásának, majd porrá őrlésének ötlete – mely könnyebben felhasználhatóvá teszi – a franciák fejéből pattant ki.

*A gyömbérnövény ábrázolása Joan Nieuhof 1684-ben megjelent könyvében, mely a Holland Kelet-indiai Társaság Kína császárához küldött követeknek útjáról számol be.*





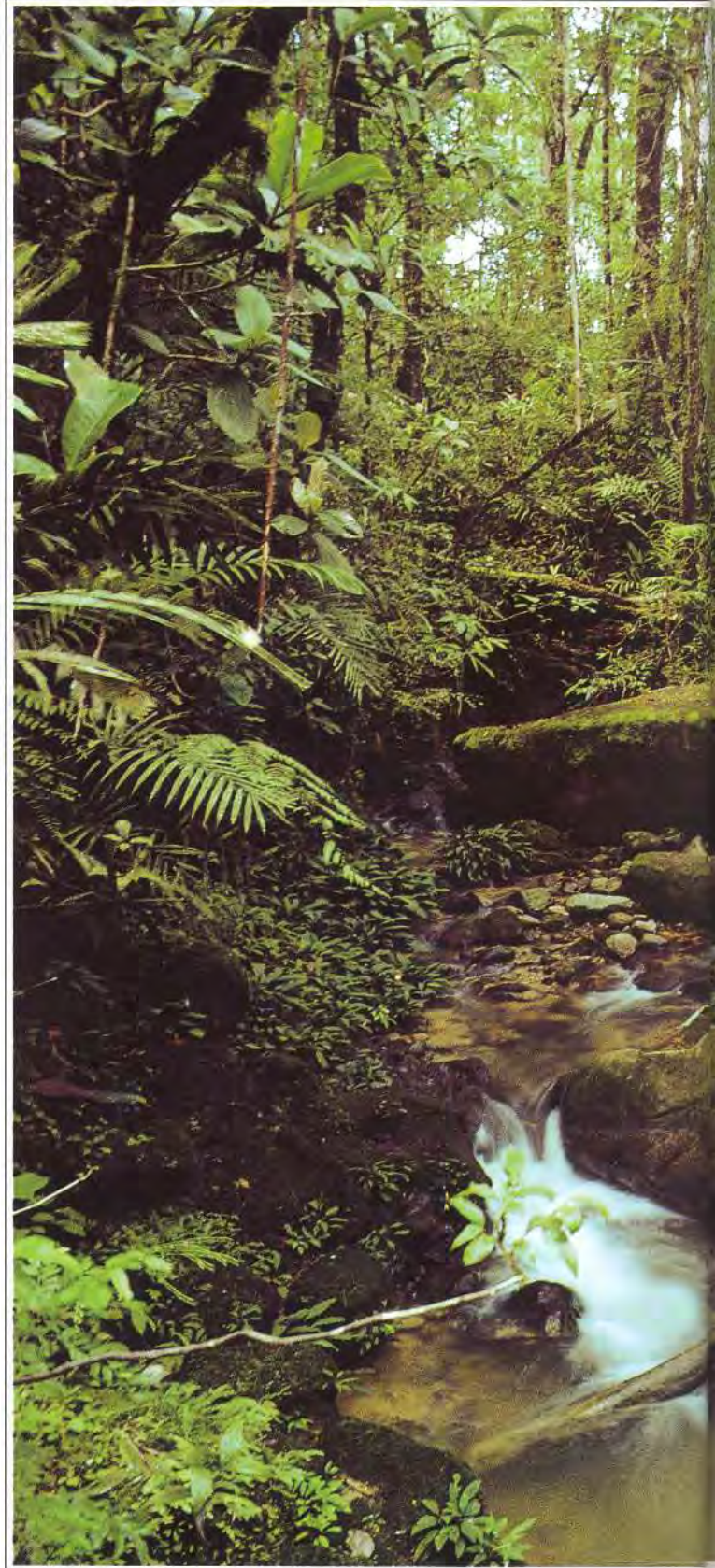
A gyömbér eredeti származási helye napjainkig ismeretlen – hiszen vadon már nem nő –, de valószínűleg Dél- vagy Délkelet-Ázsiába tehető, esetleg még keletebbre fekvő szigetekre. Amikor az európaiak átvették az irányítást a fűszerkereskedelem fölött, a gyömbért sietve elkezdték trópusi gyarmataikon is meghonosítani. Ez lett az első fűszer, ami így áterjedt az Óvilágból az Újba, főként Jamaicába, ahol a mai napig kiváló gyömbért termesztenek. A legtöbbet importáló országok között találhatjuk az Egyesült Államokat, Nagy-Britanniát, valamint a Közel-Kelet arab területeit. A cukros lébe áztatott gyömbér – amely inkább édesség, mint fűszer – Hong Kongból és Ausztráliából érkezik.

### *A föld alatti csemege*

A gyömbér egy magas, évelő trópusi növény gyökerének, illetve gyökértörzsének a része. Ez utóbbit vágják 5-10 centiméter hosszú darabokra a csíráztatáshoz. A palánták több mint 12 hónapig fejlődnek, mire betakaríthatóak. A kiásott és letisztított növény gyökerét egy hétig a napon szárítják, így súlyának háromnegyedét elveszti.



*(jobbra) A gyömbér ilyen délkelet-ázsiai – a képen borneói – esőerdőkből származik. A „valódi” gyömbér vadon ma már nem terem, de számos rokona még megtalálható természetes élőhelyén.*





A tömegének  $\bar{3}$  százalékát kitevő világossárga illóolajat a kozmetikai iparban – leginkább a férfiak *eau de cologne*-ában és borotválkozás utáni arcszeszében –, valamint az élelmiszeriparban ízesítőszerként hasznosítják. Ezt az illóolaj- és gyantakeveréket, melynek a növényénél sokkal erősebb az aromája, az őrölt gyömbérből nyerik, és aztán olyan, egyes országokban elterjedt termékekbe kerül, mint a gyömbéres kenyér és a gyömbérsör.

Zamatát hajlamosak vagyunk az édességek privilégiumának tekinteni: szuflékhoz, aprósüteményekhez, pudingokhoz, pitékhez adjuk, pedig remekül illik a házi készítésű savanyúságokhoz, többek között az ecetes uborkához. A fűszer porváltozata néhány currys szósznak is kedvelt hozzávalója.

A gyömbér furfangos szerepet játszik a lóvásárookban: ha egy méretes darabot a ló hátsójába dugnak, még a legrosszabb gebe is győztes vágatába kezd, a farkát pedig meglepő eleganciával fogja tartani. Ezzel a csellel állítólag jó néhány vevőt becsaptak már az elmúlt századokban – de remélhetőleg egyet sem fognak ezután felvilágosult olvasóim közül!



A gyömbérnövény alsó része a gyökértörzs – a föld alatti szár, melyből a gyökér nő. Ezt később levágják és meghámozzák, így használjuk fel fűszerként.

# Kardamom

*kardamomum*



A monda szerint egy perzsa király délceg, tüzes harci paripájának egyetlen apró hibája akadt. Ha a ló csata közben megérezte valamely készséges kanca illatát, rögtön elfelejtette a katonai feladatát, s elvágatott, hogy betöltse a biológiaiit. Lovasát ez nyilván roppant kellemetlenül érintette, ezért az uralkodó – a hasonló helyzetek elkerülése végett – a fenséges mén kasztrálása mellett döntött.

A lovászok kivezették hát a nemes állatot az istállóból, amikor kinyílt a kastély ablaka és a királynő hajolt ki rajta. Hallván, mire készülnek, felkiáltott: „Miért nem itatnak vele naponta hús csésze kávé? A királynál bezzeg beválik!”

## A kávé társa

Ilyen anekdoták kísérik a kávé útját az egész világon. Oly sok más történethez hasonlóan a kor babonáit tükrözik – ebben az esetben azt a hiedelmet, miszerint a kávé csökkenti a nemi vágyat és a nemzőképességet. Ugyanezt hangoztatták kárörvendően a 17. századi francia bortermelők, akiknek haszna jelentősen csökkent a fekete ital egyre növekvő népszerűsége miatt. Szerencsére azonban számos módja akad a „tűz” felélesztésének, ennek talán legjobb példája a kardamom.

A 16. században a Közel-Keleten az emberek kardamommagot kezdtek keverni a kávéjukhoz. Ez a szokás – amely főként Szaúd-Arábiában a mai napig él – néhány évszázaddal később igen divatossá vált Olaszországban, ahol szegfűszeget és más fűszereket is adtak a sötét nedűhöz. Az aromák eme különös házasságának a kardamom nemi vágyfokozó hatása lehetett az oka. Úgy tűnt, ekképpen semlegesíthető a kávé férfiaknál s nőknél egyaránt érvényesülő negatív tulajdonsága.

## Számos fajta

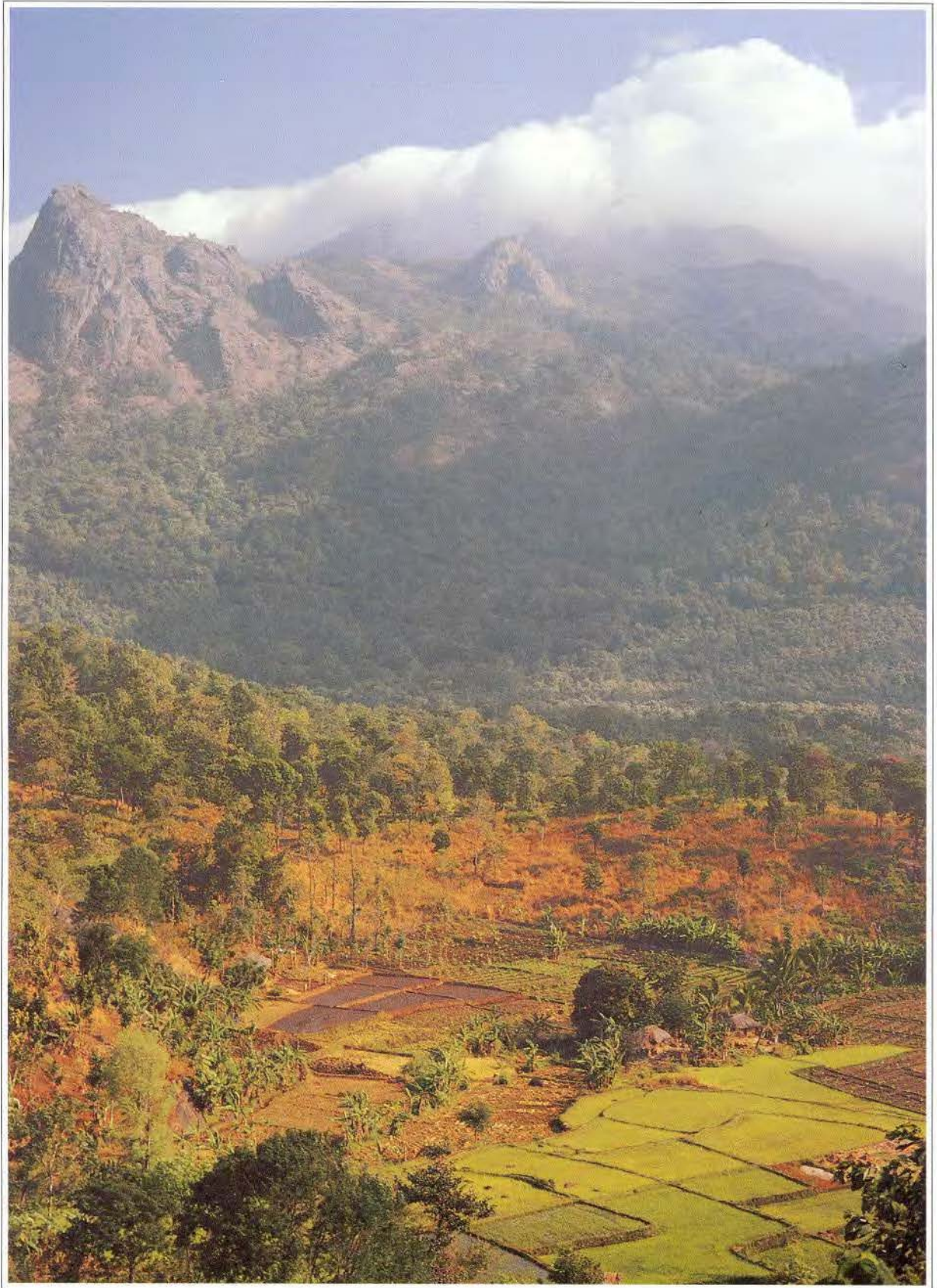
A kardamom elnevezés nem teljesen egyértelmű. Létezik ugyan a „valódi” kardamom, melyet malabári vagy ceyloni kardamomként is ismerhetünk. Ezenkívül számos növény tartozik ebbe a családba (*Zingiberaceae*, gyömbérfélék), hasonló ízű magokkal.

Az igazi fajta, az *Elettaria cardamomum* vadon, 800-1500 méter magasan fekvő erdőségekben terem. Természetes élőhelye Délnyugat-India, főként a Malabár-parton húzódó Ghat-hegység – itt emelkednek az ún. „Kardamom-dombok” –, illetve Srí Lanka. A 22 °C körüli egyenletes hőmérsékletet kedveli, gyökerei pedig évente több ezer milliméter csapadékot igé-

Fajneve: .....	Elettaria cardamomum
Családja: .....	Zingiberaceae, gyömbérfélék
Fűszerként használt része:	Magja
Származási helye: .....	Közel-Kelet és Ceylon (a mai Srí Lanka)
Termőterületei: .....	India, Srí Lanka, Kambodzsa, Guatemala, El Salvador
Általánosan használt neve:	angolul ..... cardamom franciául .... cardamome németül ..... Kardamom olaszul ..... cardamomo spanyolul ... cardamomo

KARDAMON







nyelnek. A hatméteres magasságot elérő évelő növény pengevékonyágú levelei fényes zöld színben játszanak az erdei félhomályban. Göcsörtös törzséből méteres virágszárak hajtanak ki, és az év nagy részében nyíló zöldesfehér virágok közepén széles, mályvaszínű csík fut. Termése egy centiméter hosszú, három kamrára osztott ovális gubó, amelyben akár húsz darab, néhány milliméter vastag, barázdált mag is megbújhat – ezekből készül maga a fűszer.

### *Sokáig vad és ma is drága*

Kétszáz esztendővel ezelőttig a kardamomot egyszerűen állították elő: összegyűjtötték a vadon élő példányok magját. A 19. század elején azonban elkezdték tudatosan termeszteni – magokat ültettek el a bozótostól megtisztított talajon. Manapság a törzséből csíráztatják az új palántát, amit azután áttelepítenek egy rétre. Mivel erdei fajtáról van szó, fontos szempont, hogy a mezőt fák árnyékolják.

A kardamomültetvényen bőven akad tennivaló. A virágzás viszonylag hosszú ideig tart, és a termés több hónapig fejlődik. Amikor háromnegyed részben megérett, egyesével betakaríthatják. A növény 2-3 éves korától – a magból nevelt példány 1-2 évvel később – válik termőképessé. Produktív időszaka legalább 10-15 esztendeig tart, azután egy fiatalabb utód kerül a helyére. A „szüretet” nagyban befolyásolhatja az időjárás, a növényt megtámadó betegségek – legfőképp a mozaikvírusok –, a kártékony rovarok és más körülmények. Mindezek ellenére egy hektárnyi területen több mint egy mázsa szárított gubó terem. Különösen kedvező feltételek mellett ez a szám akár megtízszereződhet.

*(balra) A Kambodzsza és Thaiföld területén emelkedő Kardamom-hegységben terem az „alkardamom” – ez alapvetően különbözik attól a fűszertől, amit mi valódiként ismerünk. Ez utóbbi ugyanis a Hátsó-indiai-félsziget déli csúcsához közeli Kardamom-dombokon honos. (jobbira) A kardamom „fája” annak ellenére meglehetősen magasra nyúlik, hogy a gyömbérfélék családjába tartozik.*



A begyűjtés után a magtokokat megmossák, majd néhány napig a napon szárítják – míg szinte teljesen fehérek nem lesznek –, vagy 24 órán át fűtött szobában tárolják – így jobban megőrzik zöldes színüket. A végső súlyuk közel 60 százalékat a magok teszik ki. Néhány nemesített változatnak eltérő alakú a magtokja, illetve méretű a magja. A leírt műveletekből is látható, hogy az ültetvények a jó minőségű termés érdekében sok munkát követelnek. A kardamom ára a vaníliáéval vetekszik, s csak a fűszerek legdrágábbika, a valódi sáfrány kerül többre náluk.

### A kardamom története

Hazájában a kardamomról a Kr. e. 1000 táján keletkezett ősi védikus orvosi szövegekben már említést tettek. Remek gyógyírnak tartották olyan betegségek esetén, mint az elhízás és a nehézzivelés. A Kr. e. 4. században Görögországba importálták, ahol európai elnevezését is kapta. Egyes vélekedések szerint a *kard* – a *carcamon*, azaz keserű kerti zsázsa –, valamint az *amomon* – az egyszerűbb fűszerek keleti neve – szavak összeolvadásából alakult ki; mások viszont az előtagot a *kardia* (görög jelentése „szív”) szóra vezetik vissza.

A késői rómaiaknak köszönhető a kardamom széles körű elterjedése, és ők használták először jelentősebb mennyiségben a konyhaművészetben. Még a lakomák utáni gyomorbántalmak megelőzésére szolgáló gyógyszerekhez is hatóanyagként adták. Az Alpoktól északra viszont egészen a 15. századig nem született róla feljegyzés. Fűvészkönyvekben a reneszánsz idején tűnik fel, főként jótékony hatású szerként. Jakob Theodor Tabernaemontanus, híres német botanikus *Neww*

*Kreuterbuch* („Új fűszerkönyv”, 1588) című munkájában a zúzódasok kezelésére mézzel elkevert, őrölt kardamomot ajánl.

A növény története azóta bolygónk más-más szegletében különbözőképpen folytatódott. Nincs még egy olyan klasszikus fűszer, amelynek ennyire egyenetlen a földrajzi eloszlása és eltérők a felhasználási módjai. Indiában a curry elengedhetetlen összetevője, de része a Dél-Ázsiában rágott bétellevelek töltelékének is – ez az általánosan elterjedt szokás nem ajánlott csokolózás előtt, bármennyire finoman fűszerezett különlegességről van is szó.

### Modern piac

Délnyugat-India és Sri Lanka mellett két további „kardamomrégión” létezik, melyek meglehetősen kicsi területük ellenére a világ fogyasztásának majdnem felét jelentik. Ezek a Közel-Kelet – főként Szaharai-Arábia –, valamint Skandinávia – leginkább Svéd- és Finnország; e két állam lakói évente 60-szor, illetve 25-ször annyi kardamomot használnak, mint az ameri-

kaikak, az angolok és az oroszok, akik egy esztendőben beérik mindössze fél grammal. Míg az arabok a kávéba keverik a fűszert, az északi népek inkább kenyérbe sütik, vagy kolbászt és darált húsokat ízesítenek vele.

A kardamom és a belőle nyert olaj ennél sokkal előkelőbb szerepet játszik bizonyos cukorkatöltekekben, likőrökben. Ez utóbbira példa az 1560-as években Ambrosien Vermöllen, holland emigráns által megalkotott Danziger Goldwasser; a fűszeres italban az aranyfüst apró részecskéi csillámlanak. Az ínyencek szerint a forralt



bor is csupán akkor lesz kellőképpen zamatos, ha a főzethez kardamommagot adunk. Ezenkívül hajdan sok nős férfi a városban töltött kicsapongó este végén ilyen magokat rágott, hogy hazatérve a lehelete ne legyen árukkodó.

Tájékozottabb olvasóim talán csodálkoznak, miért nem említettem eddig a kardamommal kapcsolatos, feltehetőleg legegzenzotikusabb helyet. Kambodzsa és Thaiföld területén húzódik a Kravan-hegység, amit annak idején gyakran Kardamom-hegységként emlegettek. Ebben a régióban valóban nagy mennyiségben állítottak elő „hamis” kardamomot, főként az *Amomum* és az *Aframomum* gyömbérvényekből, jelen könyv témájának középpontjában azonban leginkább a valódi fűszer áll.

### *Főzzünk kardamommal*

A muzulmán népek forróbb kávékat főznek, mint „a teve púpja délben”, s ehhez az italhoz adják – esetleg némi finomra őrölt szegfűszeg mellett – a kardamomot. A nyugati világban mi leginkább édes tésztákhoz (egy teáskanálnyi őrlemény elegendő az almás pite ízesítéséhez) vagy zsemlehez és brióshoz (ez utóbbi esetében a fűszer zúzott változatát részesítjük előnyben) használjuk. Porított formában keverhetjük hamburgerhúsba és fasírhoz – kilogrammonként egy teáskanálnyit –, hogy az ízük kellemesen változatos legyen. Ha pedig házi kolbászt készítünk, szórjunk bele egy kevés zúzott magot.



*A kardamom virághajtásai és magtokjai a földhöz közel nőnek. A különleges fűszert a szárított tokok adják.*

# Fahéj és kasszia

*ceyloni fahéj, cimet, cinnamomi, angol fahéj, indiai fahéj;  
kínai fahéj, kínai cimet*



Dionüszosz isten messi otthonában, az arábiai Nosa városának közelében (ne keressük térképen!) honos a fahéj. Legalábbis ezt írta a halikarnasszoszi születésű Hérodotosz a Kr. e. 5. században, s egy fűszer származási helyéről aligha kaphatnánk ennél homályosabb felvilágosítást. A görög történetész és természettudós bőséges információval szolgált a fahéj eredetéről:

„Azt mondják, egy hatalmas madár hozza a rudakat, amiket mi – föníciai szokás szerint – *kinnamomon* névvel illetünk, majd az égbe nyúló hegycsúcsra, sárból épített fészkébe rakja azokat, amihez ember nem férhet hozzá. Az arabok azonban cselhez folyamodnak: nagy darabokra vágják az elhullott szamarak, tehenek és más állatok tetemét. A húst a hegy lábához viszik, a sziklák alá helyezik, és lesben várakoznak. Ezután a madár

leereszkedik, belemélyesíti karmát a nem várt zsákmányba, majd némi nehézség árán felviszi a fészkébe, hogy bekebelezze. A túlsúly alatt a sártákolmány összeomlik, és a fahéjjal együtt lezuhan a magasból.

Ekkor a furfangos muzulmánok előbújnak rejtekükből, és összegyűjtik a rudakat, amiket azután távoli országokba szállítanak.”

## *Még néhány légből kapott történet*

A fahéj rokona, a kasszia sem tartozott a könnyen megszerezhető fűszerek közé. Hérodotosz elmondása szerint az arabok, hogy legyőzzék az akadályokat, „az egész testüket és arcukat bőrrel takarták be, csak a szemüket hagyták szabadon, így indultak a kasszia keresésére. A növény sekély tóban nő, amelynek partján denevérszerű, szár-

Fajneve: ..... *Cinnamomum zeylanicum*  
Családja: ..... Lauraceae, babérfélék  
Fűszerként használt része:  
Fiatalsajtásainak kérge  
Származási helye: ..... Ceylon (a mai Srí Lanka),  
Nyugat-India (Malabár-part)  
Termőterületei: ..... Srí Lanka,  
Hátsó-indiai-szigetek  
és az Antillák, Mauritius,  
Réunion, Dél-India,  
Burma, Malajzia,  
Vietnam  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... cinnamon  
franciául ..... cannelle  
németül ..... Zimt, Kanel  
olaszul ..... cannella  
spanyolul ..... canela

Fajneve: ..... *Cinnamomum aromaticum*;  
továbbá használjuk az alábbi  
fajokat is: *C. tamala, loureirii,*  
*burmanni, oliveri* (Ausztrália)  
és *massoia* (Új-Guinea)  
Családja: ..... Lauraceae, babérfélék  
Fűszerként használt része:  
Kérge és virághimbója  
Származási helye: ..... Dél-Kína, Burma  
Termőterületei: ..... Kína, Vietnam, Indonézia  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... cassia  
franciául ..... cannelle  
de Cochinchine  
németül ..... Zimt(kassia)  
olaszul ..... cassia  
spanyolul ..... canela de  
la China



*Cinnamomum aromaticum* Nees ab Esenbeck.

nyas állatok élnek. Ezek a teremtmények hangosan nyüszítve, elszántan védelmezik magukat és a területüket. Az embernek óvnia kell hát a szeme világát, miközben a kassziát szedi.”

Hérodotosz teljesen hihetőnek tartotta az arab népek által költött históriákat, amivel a fahéjért kért borsos árat akarták megmagyarázni. A Levantei kereskedővárosokon keresztül adták el, de – a legendától eltérően – nem a hazájukban termett, hanem a tengeren túlról hajóval és Ceylonból karavánokkal szállították, míg a kassziához Kínában jutottak hozzá.

Nagy Sándor tanítója, a filozófus Arisztotelész, aki Hérodotosz után egy évszázaddal élt, másféle híreszteléseket hallott a fahéj-termesztésről: különös kis fahéjmadarak gyűjtögettek a fűszert, hogy otthont építsenek olyan magas fákon, ahová senki sem tud felmászni. A helyiek azonban túljártak az eszközön: ólomhegyű nyilakkal belelőtték a fészkekbe, melyek így lepotyogtak az ágról. A végeredmény – a legelső történethez hasonlóan – itt is ugyanaz: fahéj hullott a menyeyekből!



A 17. századi európai térképészek Ázsia partvonalát ugyan ismerték, de a kontinens érintetlen belsejét kénytelenek voltak egzotikus nevekkal kitélni.

### Közelebb az igazsághoz

Szerencsére nem minden görög tudós hitte el a kereskedők meséit. Arisztotelész másik tanítványa, Theophrasztosz, a „botanika atyja” Kr. e. 323-ban követte mesterét az athéni peripatetikus iskola vezetői székében. Elmélete szerint a fahéj és a kasszia arabiai cserjékről származik. Ezt a valamivel hihetőbb változatot azonban érdekes adalékkal „fűszerezte meg” – a bokrok mérges kígyókkal teli szakadékokban virulnak. Szerinte

az emberek három kupacba osztották a nehezen megszerzett fahéjat, s sorsrúzással kiválasztottak belőle kettőt. A megmaradt halmot áldozatként felajánlották a napistennek, hogy későbbi látogatásaik során is megoltalmazza őket a veszélyes hullóktól.

A fahéj az akkori feltételezések szerint a szurdokban megbúvó cserje kérge volt. A kasszia szívósabb bokron nőtt, amelynek hancsát csak szokatlan módszerrel lehetett lefejteni. Az ágat darabokra vágták, majd frissen lenyúzott marhabőrbe csavarták; a rothadó húsból kikelő férgek megették a fát, de a keserű kérget érintetlenül hagyták. És a legenda tovább élt... Diodórusz, a Kr. e. 50 körül élt szicíliai történész szerint tüzelőnek használták, annyi fahéj termett Arábiában. Az idősebb Plinius egy évszázaddal később – elsőként – egyértelműen tagadta, hogy a fahéj és a kasszia Arábiából kerülne az európai konyháikba.

Az eddigi történetekből is látható, e két fűszert már ősidők óta párba állítják. Kétségkívül a „valódi” ceyloni fahéj a finomabb a kettő közül. Meglehetősen magas ára miatt

viszont gyakran a Kínából és Kelet-Indiából érkező kassziával helyettesítik. Néhány országban – például az Egyesült Államokban – nem tesznek különbséget a két ízesítő között, így a fahéjként eladott termék tulajdonképpen kasszia. A híres görög orvos, Galénusz már a 2. században felhívta a figyelmet arra, hogy a másodosztályú fahéj és a jó minőségű kasszia csak egyetlen dologban térnek el egymástól: ugyanolyan ízhatás eléréséhez az előbbiből célszerű kétszer annyit használni.



Ízük erőssége alapján lehet leginkább megkülönböztetni a fahéjat és a kassziát, külsejük főként csak a figyelmesebb szem számára árulkodó. Középen „igazi” fahéjág látható.

Órületlen állapotban a két fajtát könnyebb megkülönböztetni. A fahéj vékony, sárgásbarna, a kasszia pedig valamivel vastagabb, szürkés színű. Ráadásul a felpöndörödő szélű fahéjrudakat a fűszeresek egymásba tolják, hogy a legszebb kerüljön kívülre. Mivel a régi szakirodalom általában együtt kezeli a két növényt, nehéz az útjukat külön-külön nyomon követni.

### Prehisztorikus elnevezések

Kínai források – a legkorábbi a Shen Nung császárnak tulajdonított, Kr. e. 2700 táján született füvészkönyv – egy *kwai* nevű növényt említenek; ott ez a kasszia ma is használatos neve. Szintén ókori lelet az egyiptomi edfui szentély műhelyéből származó feljegyzés, melynek keletkezése nagyjából Kr. e. 1500-ra tehető. Ebben egy füstölő elkészítésének leírása is megtalálható, és annak kapcsán olvasható a *kainamaa* szó, melyet fahéjként azonosítottak. Noha Egyiptom nincs messze Ceylontól, a valódi fahéj hazájától, ez csak egy része a magyarázatnak, miként kerülhetett a finom fűszer a birodalomba. Szinte ezzel egy időben Hatsepszut fáraónő expedíciót küldött Puntba, amely a feltevések szerint a mai Kelet-Szudán, Északnyugat-Etiópia, esetleg Szomália területén feküdt. Őt hajója arannyal, elefánt-

csonttal, tömjénnel és fahéjjal megrakodva tért vissza az útról.

Kr. e. 1000 körül már a föníciaiak és a héberrek is ismerték a fahéjat. Elnevezésük, a *ginnämön* gyakran előfordul az Ószövetségben, és a nyugatra vezető kereskedelmi utak mentén eljutott számos – görög, latin és más európai – nép nyelvébe. Olasz megfelelője viszont egészen máshonnan származik: a *canella* az olasz „ágyú” szóra utal és apró csövet jelent – pontosan visszadja a fűszer alakját. Ez a kifejezés hamar elterjedt (az angolszász országokat kivéve), s ez leginkább Velence és Genova az európai kereskedelembe betöltött vezető szerepének tudható be. Még a németek is *Kane*-nek hívják, s a latin *cinnamimum* szóból kialakult *Zimt*et a kassziának tartják fenn. Oroszul a fahéjat *koritsaként* emlegetik, amely egyenesen a fűszert adó fakéregre utal.

### Ízletes luxuscikk

Térjünk azonban vissza az ókorba! Mózes második könyvének 30. fejezetében az Úr utasítja Mózeszt /Károli-féle Biblia/: „Te pedig végy drága fűszereket, híg mirhát, ötszáz siklusért, jóillatú fahéjat fél ennyit, kétszáz ötvenért, és illatos kalmust is kétszáz ötvenért. Kásiát pedig ötszá-





zért, a szent siklus szerint, és egy hin faolajt.” – hogy ekképpen kenje föl a szentélyt, a berendezést és a papokat. Ez az aprólékos leírás is mutatja, a korabeli zsidók tudatában voltak a fahéj és a kasszia közötti különbségnek, s ez utóbbihoz feltehetőleg Kínából jutottak hozzá a Közép-Ázsiát átszelő ősi kereskedelmi útvonalak révén. Fényűző felszentelést tartottak, a ceremóniához ugyanis összesen több mint 10 kilogramm kasszia és 5 kilogramm fahéj szükségeltetett, amit hatliternyi olajban kellett elkeverni – ez meglehetősen drága elegy. Az Újtestamentumban szereplő *János apostolnak mennyei jelenésekről való könyve* alapján a fahéj a babiloni kereskedők által hozzáférhető luxuscikkek közé tartozott.

Az idősebb Plinius a Kr. e. 1. században egy római font, azaz 35 dekagramm fahéj értékét ezer dénár-ra becsülte, ami nagyjából öt kilogramm ezüst árának felelt meg. Vagyis a fűszert tizenötször többre tartották az ezüsthöz – manapság ez a szám gyakran csupán feleekkora. Tőle tudjuk azt is, hogy a nagyobb templomokban aranyfoglatba helyezett fahéjkegelyt akasztottak fel. A rómaiak körében kedvelt volt a *malabathron* nevű drága parfüm és szépítőszert, melyet a kasszia egy változatából (*Cinnamomum tamala*) készítették. Bár a görög és római szakácskönyvek nem említik a fahéjat fűszerként, alkalmanként mégis használták a bor ízesítésére.

Az ókori fahéjfogyasztás a csúcspontját valószínűleg Néro uralkodása alatt érte el. Miután második feleségét, a várandós Poppaea Sabinát egy veszekedés alkalmával megrúgta, és ezzel halálát okozta, a császár – inkább megalomániától, mint sajnálattól hajtva – a következő parancsot adta: Róma összes fahéját gyűjtsék össze és égessék el a halotti máglyán.

A kora középkori Európa és a fahéj viszonyáról csupán annyi ismert, hogy 716-ban II. Chilperich frank király több kilogrammnyi adomá-

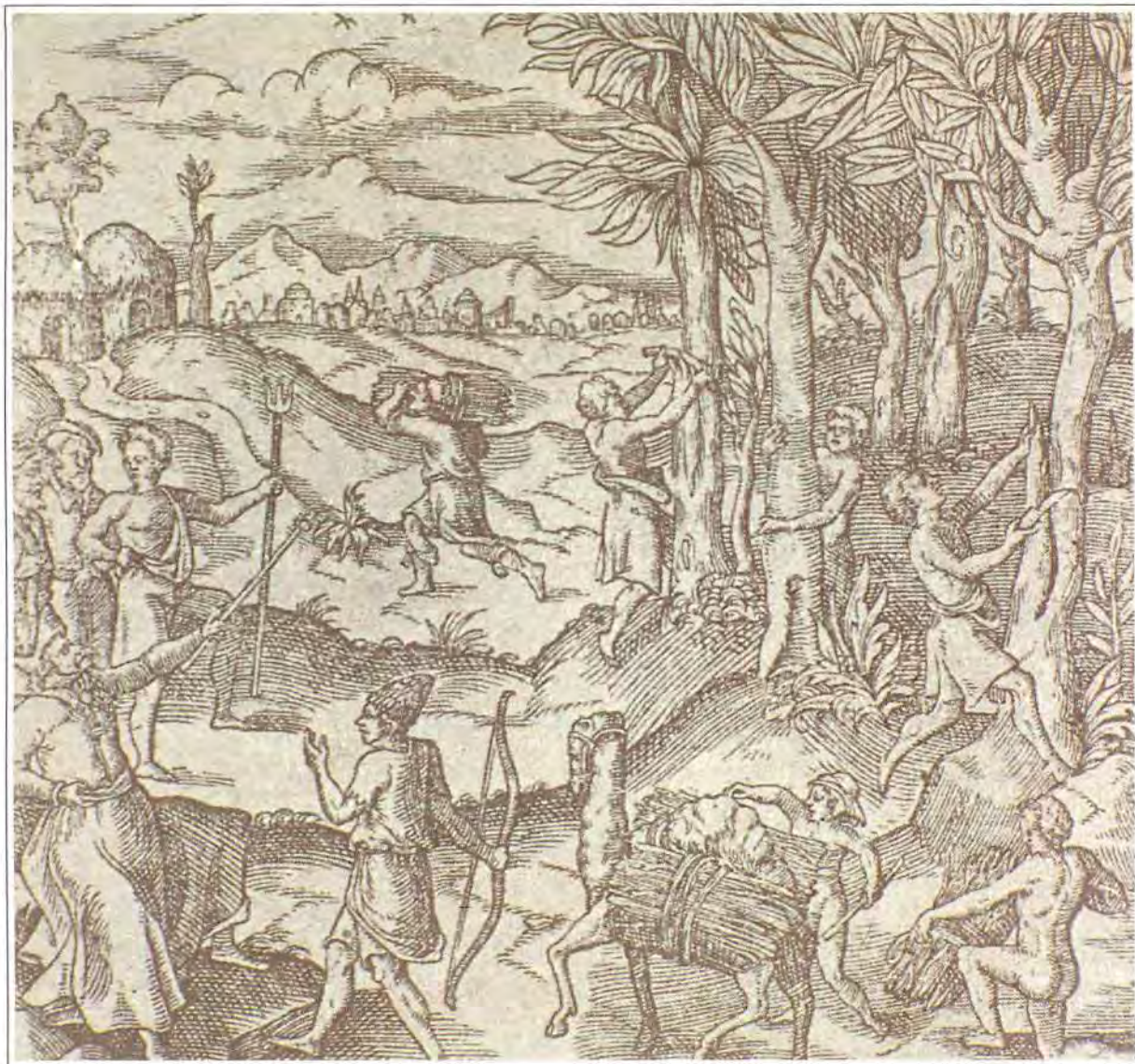
*A 15. századi kereskedő által óvott-védett fahéjrudak eltűzött mérete a fűszer kereskedelmi jelentőségét mutatja, és azt, hogy az emberek mennyire nem voltak tisztában az ízesítőszer valódi kinézetével és arányaival.*

nyozott belőle egy normandiai kolostornak. A 9. században a Szicíliában letelepedett szaracénokkal kialakult jó kapcsolatnak köszönhetően újraéledt az európaiak érdeklődése néhány rég elfeledett ízesítőszer iránt, mint a cukor és a fahéj. Ezt a folyamatot csak erősítették a kereszties hadjáratok és Marco Polo utazásai. Mindezek ellenére a fahéj a receptgyűjtemények helyett a késő középkori orvosi könyvek szereplőjévé vált a köhögés, a rekedtség és a torokfájás elleni hatása miatt. Ez a fűszer még a 15. században is roppant drágának számított – importálásához „kemény valuta”, vagyis fehér rabszolganők és eunuchok kellettek. Ezért olvashatjuk a korabeli angol író, John Russell *A táplálkozás könyve* című művében a következőket: „a fahéj az urak, a kasszia a köznép eledele”.

1520-ban V. Károly Augsburgba utazott, látogatába Európa egyik leggazdagabb emberéhez – Jakob Fugger bankárhoz és kereskedőhöz, akit nem sokkal korábban emelt grófi rangra. A találkozó némileg kínos lehetett a császár számára, mivel állandóan pénzsűkében volt, s nem állt módjában rendezni a Fuggertól kapott nagyobb összegű kölcsönt. A vizitet ezért sűrű bocsánatkérésekkel kezdte, amiért késlekedett a visszafizetéssel. Ezután áttért az időjárásra, s a cudar augsburgi hideggel szemben Itália – ahonnan nemrég tért haza – klímáját méltatta. Fugger ekkor állítólag kinyitotta a kemencét, és beledobott egy marék fahéjat, majd utánahajította a hitelváltót. Az uralkodó szívét kétségkívül azonnal átmelegítette ez a gesztus, főként mivel a tüzelő maga is kisebb vagyont ért.

### *Fahéjbirodalmak*

A 15. században a portugálok elkezdték bejárni a tengereket fűszerek – nem utolsósorban fahéj – után kutatva. Kolumbusz buzzgón, de – mint tudjuk – hiába kereste az Antillák szigetein. Lorenzo da Almeida nagyobb sikerrel járt, és 1505-ben felfedezte a ceyloni fahéjforrásokat. Azelőtt a fűszer kereskedelme a sziget szingaléz uralkodóinak kezében összpontosult, ez szolgált fő bevételükként. Ettől kezdve azonban a portu-



*A híres francia orvos, Ambroise Paré egyik gyógyszerészeti könyvében (1586) szükségesnek találta bemutatni a fahéj begyűjtésének módját.*

gálok a terület fennhatóságán felül 1580-tól már évi 125 tonna fahéjat is követeltek, sarcként.

Kandi királya tehetetlenségében a hollandokhoz fordult segítségért. 1596-ban, néhány évvel azután, hogy Portugália átmenetileg elveszítette függetlenségét, kifutottak az első holland hadi- és kereskedelmi hajók az Indiai-óceánra. 1632 és 1658 között az új hódítók kiszorították a portugálokat Ceylonról. Rövidesen a fahéj-monopólium is az ő birtokukba jutott – s ők elődeiknél sokkalta keményebben bántak az alacsonyrendű

kasztal, a „fakéreghányókkal”. Előzőleg minden 12 év feletti, kasztbeli férfi 28 kilogramm hánccsot volt köteles összegyűjteni a betakarítási időszakokban, de a hollandok a kvótát a teljesíthetetlen 303 kilóra emelték.

Cserébe a munkások jelentéktelen mennyiségű rizsdagot és – minő nagylelkűség! – adómentességet kaptak. Érthető módon sokan a hegyekbe menekültek, tehát az ültetvényeken maradtoknak még több munkát kellett elvégezniük. Ezenkívül halálbüntetés fenyegetett minden olyan

földbirtokost, aki fahéjtermő helyet talált a földjén és nem jelentette be azonnal a holland hivatalnak. Ugyanez a vég várt arra, aki fahéjat próbált csempészni vagy eladni. Emellett a hollandok rést fedeztek fel a monopóliumukon: a fahéj bőségesen termett Kocsín, az indiai Malabár-part legnagyobb városának környékén, ezért lefizették és megfenyegették a helyi uralkodót, hogy semmisítse meg a teljes termést, így biztosítva egyeduralmukat.

### *Az első ültetvények*

A ceyloni termőterületek többsége Kandi királyának tulajdonát képezte, aki gyakran bosszantotta az európaiakat azzal, hogy visszatartotta a fűszer egy részét. 1761-ben sikeres támadást vezetett a hollandok ellen, hétezer emberüket megölte és a fahéjerdők döntő hányadát tönkretette, ezért az Amszterdamban tárolt tartalékok ára az egekbe szökött. A hasonló bonyodalmak elkerülése végett a hollandok 1765-ben saját telepítésbe fogtak, és ezzel hatalmas birtokok jöttek létre. A „fakéreghánytók” azonban fenyegetve érezték szűkös megélhetésüket, ezért szabotálni próbálták a holland törekvéseket. A megtorlás kemény volt: jobb kezével fizetett, akit a termés rongálásán kaptak.

Az ültetvények sikert hoztak, s a termelés hamarosan függetlenedhetett Kandi uralkodójától. Ekkorra viszont már túlságosan sok fahéj áramlott be Európába, emiatt óriási mennyiségeket gyűjtöttek fel vagy süllyesztettek el, hogy az árat mesterségesen magasán tartsák. Az Amszterdamban felhalmozott készlet is tetemes lett, s ezért 1760 júniusában két napon át égették az egzotikus árucikket az Admiralitás épületében. Hatmillió francia ezüstöt érő fahéj vált akkor a tűz martalékává, s a füst – ha igaz – egész Hollandiát kellemes illatfelhőbe burkolta.

### *A harc folytatódik*

Amikor Franciaország a forradalmi háborúk alatt meghódította Hollandiát, egyben Ceylont is elfoglalta. Anglia, a franciák ellensége, 1765-ben

megragadta az alkalmat és egyszerűen átvette a sziget fölötti uralmat. A dús ültetvények révén az angolok vezető szerepre tettek szert a fahéj-kereskedelemben, amit a Brit Kelet-indiai Társaság képviselt. A termesztést korlátozták, elkerülendő a túlkínálatot; a helyi kiskirályokat is bevonták az üzletbe, a területet pedig az angol korona védelme alá helyezték.

A sziget hegyvonulatokkal tarkított belsejét a britek csak nagy nehézségek árán tudták felügyelni. Szerencséjükre azonban birtokukba került Kandi uralkodójának legbecsesebb erekléje – Buddha egyik foga, ami az angol megszállást jelentősen megkönnyítette, mivel akinél a fog volt, azt tekintették az őslakosok a térség jogos vezetőjének. Az angol fahéj-monopólium hamarosan, már 1833-ban hanyatlani kezdett; a boszúra éhes hollandok ugyanis Jávára, Szumátrára és Borneóra csempésztek néhány ceyloni palántát, a franciák pedig felfedezték, hogy a növény remekül nő Mauritius és Réunion szigetén.

Anglia így a haszon megtartása érdekében döntő lépésre kényszerült – a ceyloni fahéjra 200 százalékos adót vetett ki. A mai napig ez a fajta a legkiválóbb minőségű, a Srí Lanka-i ültetvények azonban már közel sem akkora kiterjedésűek, mint egykor; s a fahéj manapság rendkívül csekély szerepet játszik a sziget gazdaságában; nem is jegyzik huszonöt legjövedelmezőbb terméke között.

### *Végre olcsón*

Ceylon gyarmatosításával Európába sohasem látott tömegben érkezett a fahéj. Az ára drasztikusan lecsökkent; mindenki számára elérhető ízesítőszer lett. A 16. század folyamán a nyugati világ egyik legkedveltebb fűszerévé – talán túlságosan is népszerűvé – vált. Az olaszok például a legtöbb ételükhöz adtak belőle, az angolok szintúgy. Robert May, egy korabeli szakácskönyv szerzője olyan recepteknél ajánlotta hozzávalóként, amiket ma meglehetősen furcsának találhatunk. Nagy-Britannia – Spanyolországgal és az Egyesült Államokkal karöltve – napjainkig a világ vezető fahéjfogyasztója.

A szeszesitalgyártásban tetemes mennyiségű ceyloni fahéjat használnak, szinte minden exkluzív likőrben és gyomorkeserűben találkozhatunk vele. A fahéj- és a kassziafeldolgozás melléktermékeiből olajat préselnek, amit a szépségipar és a gyógyszergyártás széles körben alkalmaz, noha ma már könnyen helyettesíthető olcsóbb, szintetikus anyagokkal.

### *A fahéj és a kasszia termesztése*

Mindkét fűszer a *Cinnamomun* nemzetség fahéj-, illetve kassziafájának kérgéből nyerhető. Az előbbi egy örökzöld, ami Srí Lankán vadon akár 15 méteresre is megnőhet – az ültetvényeken cserjeként tartják, így ott csupán a két és fél méteres magasságot éri el. A levele aromás, fényes, sötétzöld színű, fonákja valamivel világosabb, Sárgás, apró virágai az ágak végén fészkesen nyílnak. A tengerszinttől egészen 700 méterig megél, de évente legalább 2500 milliméter csapadékra van szüksége.

Amíg az ember a vadon nőtt fahéjat gyűjtötte be, a magok szétszórásának fela-

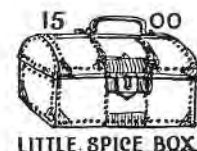
data a madarakra hárult. Ma azonban már magokat vagy dugványokat ültetnek. Amikor a palánta eléri a hároméves kort, visszametszik, így bokronként 6-8 jól termő hajtás keletkezik. Két esztendővel később ezek több méteres ágakká fejlődnek, és az esős évszak alatt gyűjthetők be. A kérget speciális késsel meglazítják, majd egy napig korhadni hagyják. Ezután a külső réteg könnyedén lekaparható, s hozzáférhetővé válik a finom, világos belső hánca. Először árnyékban, azt követően pedig a napon szárítják 3-5 napig. Ez idő alatt a rétegek egyméteres rudakká pöndörödnek, amiket minőség szerint szétválogatnak. Egy hétéves ültetvényen hektáronként átlagban 150 kilogramm szárított fahéj terem.

A kasszia fája és levele nagyobb, a kérge vastagabb, a virága pedig kisebb a fahéjénál. Szintén bokorként nevelik, és a betakarítás módja is hasonló – kivéve, hogy a külső réteget nem távolítják el. A törzs hánca és szárított, éretlen termése is felhasználható. A kassziacserje később válik alkalmassá a begyűjtésre, amit néhány éves szünetekkel lehet csak megismételni.



*Buddha ereklyéjét, amely oly fontos szerepet játszott a fahéj-monopólium elnyerésében, ma a Srí Lanka-i „Szent Fog Szentélyében” őrzik.*

*Fűszeres ládika ábrázolása 1500-ból, egy angliai gyűjteményből.*



## Fahéjas finomság

A fahéj egykor a legkedveltebb fűszerek közé tartozott, melyet szinte mindenféle ételbe, sőt italokba is kevertek. Idővel azonban konyháinknak egy eldugottabb szegletébe került, az édességek birodalmának vált népszerű ízesítőjévé: tortákhoz, desszertekhez és likőrökhöz használjuk. A francia konyha főleg kompótokhoz adja úgy, hogy a fahéjrudat ázni hagyja a gyümölcscsel teli edényben. Minél keletebbre haladunk Európában, annál több fahéj kerül a különböző fogásokba, például levesekbe vagy tortákba.

### HOZZÁVALÓK:

15 dkg kristálycukor

10 dkg vaj

20 dkg búzaliszt

4 teáskanál fahéj

Hagyjuk felengedni a vaját, majd egy tálban alaposan dolgozzuk össze a cukorral. Folyamatos keverés

közben szitáljuk bele a lisztet és a fahéjat. Készítsünk nagyjából 25 darab kis golyót a tésztából, azután lapítsuk ki őket. Kivajazott tepsibe helyezve, 175 °C-ra előmelegített sütőben tíz perc alatt gyönyörű arany-

barnák és illatosak lesznek. Közvetlenül kihűlés után fogyasztva a legínycsiklandóbbak. Ilyenkor tálal-

hatjuk őket egyszerűen ropogtatnivalónak, vagy diós fagylalt, illetve likőrrel ízesített parfé kísérelőjeként. A fahéjas sütemény elterjedt karácsonyi csemege többek között Svédországban.



# Szegfűszeg

fűszerfű, szegecske



A Krisztus születése körüli évszázadokban Kínában a Han-dinasztia császárai uralkodtak. Igazi esztéták hírében álltak, akik nem csak az arra érdemes látványban és zenében gyönyörködtek, hanem kényes orruk is kizárólag a legfinomabb illatokat viselte el. Mivel udvaroncaik elvéve ismerték a fogkefét, utasítottak minden magas rangú hivatalnokot – vagyis „mandarint” –, hogy a császári vizit előtt szegfűszeget rágva frissítse fel a leheletét. A palotába érkezőt a szárított bimbókkal teli tálat tartó szolgálta fogadta – mindenki kivett egy szemet, és elszopogatta.

A Kelet legnemesebb fűszereinek egyike ebben a „magas rangú” szerepben tűnt fel először a történelem lapjain. Joggal tartották a 17. századi holland szerzők a szegfűszeget a legkedvesebbnek az ízesítőszernek birodalmában, hiszen kellemes illata mellett számos kiváló tulajdonsággal büszkélkedhetett.

## Perzselő forróság

A tradicionális fűvészkönyvek szerint, ha az erősebb nem „tehetetlen” képviselője három gramm morzsolt szegfűszeggel édesített tejet iszik, visszanyeri örökre elvesztettnek hitt férfiasságát. A 16. században egy nagy tiszteletnek örvendő német orvos azt ajánlotta, ameny-

nyiben az embernek fázik a lába, szórjon szegfűszegport a fejére, s az rögvést átmelegíti egészen a lábujjáig.

A fűszert termő fáról úgy hitték, olyan forró, hogy minden kiég alatta.

Termését még melegebbnek tartották: egy 1800 körül írt, meglehetősen komolyan tartott tudományos mű szerint a szegfűszeges szekrénybe helyezett vizeskancsó tartalma kevesebb mint két nap alatt elpárolog. Sok kultúrában a növényt a gonosz ellen is hatásos szernek tartották; nem sokkal ezelőttig a Hátsó-indiai-szigetek őslakosai még szegfűszeget raktak átfűrt orrcimpájukba és ajkukba, a rossz szellemek távol tartására.

Mégis, oly sok társához hasonlóan, ez a fűszer is rengeteg galiba okozójává vált. Aligha akad a flórának olyan tagja, amely a szegfűszegnél több vérontás és intrika kiobbantója, vagy növény és ember elleni bűn előidézője lett volna. Kövessük

hát nyomon ennek az apró, szárított virágnak a drámai múltját.

## A jólét illata

Mialatt a mandarinok rágcsalták a szegfűszeget a Távol-Keleten, az indiai szanszkrit irodalom *katukaphal*ként („erős illatú”) magasztalta. Ennek az elnevezésnek az alapján tudták találékony etimológusaink a fűszer arab (*karaful*) és

Fajneve: ..... *Syzgium aromaticum*  
Családja: ..... Myrtaceae, mirtuszfélék  
Fűszerként használt része: Bimbója, illetve – kevésbé jelentékeny százalékban – a virágszára  
Származási helye: ..... A Molukka-szigetek némelyike  
Termőterületei: ..... Molukkák, Penang (Malajzia), Zanzibár és Pemba, Tanzánia, Madagaszkár, Antillák  
Általánosan használt neve: angolul ..... clove  
franciául ..... clou de girofle  
németül ..... Gewürznelken  
olaszul ..... garofano  
spanyolul ..... clavo





*A szegfűszeg bimbóit közvetlenül a leszedésük után ki kell teríteni száradni a napra, különben megpenészednek.*

görög (*karyophyllon*) megfelelőjét is azonosítani – ez utóbbit Plinius, a római író használta. Ő említette először a szegfűszeget a nyugati világban, nagyjából ugyanekkor; úgy hitte, csupán az illata miatt importálják.

335-ben Nagy Konstantin 45 kilogrammot küldött belőle – mutatós agyagedényekben – I. Szent Szilveszter pápának. Csak találgatni lehet, vajon a bizánci császárnak mi volt a szándéka a drága és ritka ajándékkal – talán a szentség illatára utalhatott? Bárhogyan is, néhány évszázaddal később a szegfűszeg a gyógyításban kapott kitüntetett szerepet. Alexander Trallianus – híres 6. századi orvos, akinek műveit évszázadok múltán is olvasták és nagyra becsülték – szerint étvágyserkentő hatású, meggátolja a tengeribetegség kialakulását és enyhíti a köszvény kellemetlen tüneteit. Mindenképpen hasznos gyógyszer tehát!

### *Papok és királyok*

A szegfűszeget nemsokára ital- és ételízesítőként is felfedezték. A 9. században a svájci Sankt Gallen tehetős kolostorában a szerzetesek ezzel a drága fűszerrel szórták be a böjti halat. 973-ban Ibn Jaqub, arab utazó arról számolt be, hogy Mainz polgárai szintén az étkeik gazdagítására használták. A 12. században, területileg nem messze, Szent Hildegard tett említést a szegfűszegről gyógynövényekről szóló könyvében. Még északabbra hamar népszerűvé vált, és Blanche, Norvégia, valamint Svédország királynéjának birtokán 1363-ban bekövetkezett halálakor a feljegyzések szerint 75 dekagrammot tartottak belőle, ami meglehetősen tetemes mennyiségnek számított az idő tájt.

Ekkorra a szegfűszeg a kereskedők kedvelt portékája lett, a genovai és velencei olaszoktól





*Afonso de Albuquerque azon katonai vezetők közé tartozott, akik megalapozták Portugália szegfűszeg-kereskedelem feletti egyeduralmát.*

az alexandriai és levantei arabokon át szinte minden árusnak nyugodt életet biztosított. A ceyloni kalmárok a Molukkákról szereztek be a fűszert, majd Arábiába és a Vörös-tengerhez szállították tovább. Az európai, indiai és kínai érdeklődés fellendüléséből a Celebesz és Új-Guinea között elterülő apró szigetek uralkodói húzták a legnagyobb hasznot – ez volt ugyanis az egyetlen térség a világon, ahol az illatos fa nőtt. Sir Francis Drake 1579-ben megdöbbenve látta, mennyi aranyban dúskáltak ezek az államok; nem láthatta előre, milyen jövő vár a gondtalan királyságokra.

### *Jó tipp Magellánnak*

Nyugaton évekig titok övezte, pontosan hol terem a szegfűszeg. Minél nagyobb területet térképeztek fel a portugál tengerészek, mint Vasco da

Gama és Afonso de Albuquerque, a rejtélyes fűszer állítólagos hazája úgy tolódott egyre keletebbre. Ez utóbbi hajós egyik kapitánya, Francisco Serrao 1511-ben elérte a Molukkákat, és a Ternate nevet viselő szegfűszegtermő szigeten telepedett le; az uralkodó személyes tanácsadójává tette. Tíz évvel később bekövetkezett haláláig ott élt, amikor is bennszülött felesége összeesküvést szított ellene. Előtte azonban módjában állt értesíteni közeli barátját – egy bizonyos Ferdinand Magellánt – a helyi termőterületekről. A neves felfedező hajói a világ minden tájára elvitték a hírt, s egyik tisztje, az olasz Antonio Pigafetta adott először leírást a szegfűszegfáról.

A portugálok hamarosan legyőzték az arab fűszerkereskedőket, és kialakították a saját monopóliumukat – megerősített kereskedelmi állomásokat és tengeri támaszpontokat hoztak létre, a szigetek uralkodóival egyezményt kötöttek. A módszerük egyszerű volt: minden fűszert portugál hajókkal Lisszabonba szállították, ahol jó haszonnal továbbadták. Felszórólták az árakat, és az összes külföldit kivégezték, aki a Molukkákon szegfűszeggel vagy szerezcsendióval mert kereskedni.

A 16. században azonban Spanyolország bekebelezte ibériai szomszédját, s a birodalom szét hullott. Az angolok és a hollandok is az addig Portugália uralta vizeken kezdtek portyázni, majd végül Hollandia kezébe került az irányítás. Cornelis van Houtman 1597-ben hatalmas mennyiségű fűszerrel érkezett meg Amszterdamba. A következő évben több mint húsz hajó indult a Hátsó-indiai-szigetekre, hogy hasonló „kincsekkel” megrakodva térjen vissza a hazájába.

### *Csőbörből...*

A helyi uralkodók – a portugál kizsákmányolásba belefáradva – örömmel üdvözölték az angolokat és a hollandokat, ám hamarosan egyértelművé



vált számukra – szerencsétlenségükre a dolgok csak még rosszabbra fordultak. A hollandok agresszívnek és kegyetlennek bizonyultak: ők tehetősek felelőssé az 1623-ban bekövetkezett mészárlásért Ambon szigetén, amikor is megkínózták és megölték minden ottani brit kereskedőt. Egy- más után ellenőrzésük alá vonták a portugálok régi bázisait, míg az angolok Nyugat-Indiában nyomultak sikeresen előre. Így az egykori portugál birodalom lassanként apró darabokra szakadt, s végül utolsó gyarmatát, a dél-kínai Makaót is elveszítette.

Amint Hollandia fölényesen győzedelmeskedett a Hátsó-indiai-szigeteken, rövidesen hatékony kereskedelmet kellett szerveznie. A fűszerek döntő része csak bizonyos szigetekeken termett, megkönnyítve így módon a monopóliumok kialakulását. A szegfűszeg olyan értékesnek bizonyult, hogy nem csak a kereskedelmét, de a szállítását is célszerűnek tűnt teljesen a felügyeletük alatt tartani, a lehető legkisebbre csökkentve ezzel a csempészés kockázatát. A hollandok csupán néhány apró és könnyen védhető szigeten engedték a szegfűszeg termesztését, míg a többi területet elpusztították – kivágták és elégették minden egyes fát, amit találtak.

### ...vödörbe

A Kelet-indiai Társaság alkalmazottai időről időre visszatértek a letarolt ültetvényekhez, meggyőződni arról, nem sarjadt-e ki új hajtás. Arra

is ügyelniük kellett, hogy a madarak se hozzanak át magokat a többi szigetről. Ambon esetében azonban mérete és lakossága egyaránt túl nagyoknak bizonyult, s a hódítók nem lehettek nyugodtak felőle, így inkább a sziget lakatlanná tétele mellett döntöttek. Könnyen megtalálták a megfelelő módot a terv kivitelezésére – csapdát állítottak a gyanútlan helyieknek. Egy szenilis tizedest és két lusta közlegényt rendeltek az apró helyi erődbe, a tiltott szegfűszegfák kiirtásának felügyeletére. Az előzetes várakozásoknak megfelelően a felbőszült őslakosok megölték a három kato-

nát. Háború kitörésének hírére a Társaság a szigetre rendelhette csapatait. Több ezer ambonit gyilkoltak le, az életben maradtak döntő hányada pedig elmenekült. A hollandok azután gyakorlatilag azt tehetek a fűszertermő gazdaságokkal, amit akartak.

Ugyanez a történet ismétlődött meg az összes szigeten. Mintegy 60 ezerre tehető a kereskedelmi haszonért lemészárolt bennszülöttek száma. Egy valamivel nagyobb szigetre,

Seramra évente 70 hajó és 6000 katona érkezett – biztosítani a szegfűszegtilalom betartását, és megbüntetni annak megszegőit. Holland gazdákat hozták a néhány engedélyezett ültetvény igazgatására; megbízható embereket akartak a szegfűszegfák közelében. Mindamelllett a gyarmatosítóknak sosem sikerült teljesen az uralmuk alá hajtani a fűszerszigeteket. A hegyvonulatokkal tarkított belső vidékeken a túlélők sikeresen védtek magukat, s még szegfűszeget is természetek, amit később kicsempészttek.



*A szegfűszeg-monopólium birtoklásáért számos tengeri csatát vívtak.*



### Bors Péter

A monopólium fenntartásának egyik alapvető feltétele: megakadályozni a magok kijutását a szigetről. A csempészsért halálbüntetés járt – amit Zanzibáron még 1972-ben is végrehajtottak! Mindezek ellenére elkerülhetetlenné vált, hogy a szegfűszeg előbb-utóbb utat találjon külföldre. Az első ember, aki megtörte a holland monopóliumot, a lyoni Pierre Poivre („Bors Péter”). Az 1719-es születésű férfi misszionáriusként kezdte pályafutását, de az üzleti életet kifizetődőbbnek találta, – sok más vállalkozása mellett – bankot alapított Vietnamban. 1753-ban Poivre szert tett néhány szegfűszegpálántára, majd a termesztéssel is megpróbálkozott Ile de France-on, a mai Mauritiuson. 1766-ban a sziget kormányzójává nevezték ki, három évvel később pedig felszerelt több kisméretű, gyors futású hajót.

Ezek észrevétlenül jutottak el a Molukkák egy elhagyott kikötőjébe, ahol Poivre rávette a helyi rádzsát, hogy eladjon neki hatvan csemetét. Noha a hollandok tudomást szereztek a szigorúan tiltott akcióról, vitorlásaik nem bizonyultak elég gyorsnak a menekülés megakadályozására. 1775-ben a kicsempészett fák közül kettő termést hozott, s nem sokkal ezután Poivre átadhatta XVI. Lajosnak az első, francia területről való szegfűszeget. A termesztés ezek után számos megfelelő klímájú francia gyarmatra is áterjedt, így ültetvények alakultak Réunion, Cayenne, valamint Martinique szigetén.

1818-ban a zanzibári sejk elrendelte, hogy birodalma szegfűszeget termesszen: a szigorú törvény értelmében minden két kókuszpálmára három fűszerfának kellett jutnia. Nemsokára az egész sziget egyetlen hatalmas szegfűszegligetre hasonlított. Ma azonban a legtöbb termés a szomszédos Pemba szigetéről származik, ami a világ termelésének 70-80 százalékát adja, és még a messzi Indonéziába is jelentős exportot bonyolít, komoly bevétellel. 1827-ben Madagaszkár ideje is eljött, s ezzel Hollandia monopóliuma végképp semmivé foszlott.



*A szegfűszeg bimbói kinyílásuk előtt alkalmasak a betakarításra.*

### Betakarítás

Többen nincsenek tisztában vele, de a szegfűszeg tulajdonképpen a 12-15 méteres fa apró virág-bimbója. A több mint száz évig élő óriás 10-20 esztendőskora között a legtermékenyebb. Levele az idő múlásával változtatja színét a sárga, a rózsaszín és a sötét, fémes zöld között, amitől egyedülálló látványt nyújt. A bimbók az ágak végén, fészkesen helyezkednek el, s akkor kell őket lemet-

szeni, amikor – a zöld után sárgából – világos rózsaszínűek lesznek, de még nem pirosak. Ez nem azonos időben következik be egy adott fát tekintve, ezért a termőidőszakban a növény apró „ajándékát” legalább négyszer kell betakarítani; akad vele tehát munka bőven.

Az alacsonyabb ágak virágait könnyebb leszedni, így ezt a munkát általában gyermekek és nők végzik. A magasba a férfiak bambuszból vagy rafiából – a pálma rostjából – készült létrákon másznak fel, melyek igen könnyűek, s ezért nem



törlik el a sérülékeny ágakat. A fák nagyjából 4-5 kilogramm szárított szegfűszeget adnak egy jó esztendőben, máskor viszont gyakran csak fele ennyit. Egyetlen munkás naponta átlagosan közel 25 kilogrammnyi termést tud begyűjteni. Az éves virágzások és szüretetek száma országonként 1-3 alkalom között változik. Mivel a begyűjtési ideyek rövidek, gondot jelent elegendő számú munkást találni. Csupán Zanzibáron 40 ezer emberre van szükség ilyenkor; így rengetegen jönnek át Tanzániából; hasonló migráció figyelhető meg Madagaszkáron is.

A dolgós estéken az asszonyok és a gyermekek közösen tisztítják meg a leszedett virágokat. Leválasztják őket a szárról – ez könnyű, mégis időigényes feladat, így gyakran éjszakába nyúlóan végzik, miközben énekszó és mesélés hallatszik.

A bimbókat és a szárat ezután rögtön ki kell teríteni a szabadban, különben megpenészednek. A napon való szárítás jár a legjobb eredménnyel: lehetőleg kemény talajra helyezett gyékényre fektetik őket. A termék minősége sokat romlik, ha ezen időszak alatt eső éri. Egy tonnányi leszedett virágból nyolc mázsa bimbó és két mázsa szár lesz, ezekből a folyamat végére 230-250, illetve 70-75 kilogramm marad.

A minden konyhában a fűszeres üvegcsék valamelyikében lapuló szárított bimbó jellegzetesen szög alakú, a középkorban a franciák ezért keresztelték el *clou de girofle*-nak – az első szó jelentése szög, s a latin *clavus*ból származik, míg a második kifejezés a szegfűszeg görög megfelelőjéből (*karyophyllon*) alakult ki. A fűszer angol neve *clove*, de semmi köze sincs a fokhagymagerezdhez (*clove*), noha a két szó azonos alakú. Más nyelvekben – többek között a magyarban – is gyakori, hogy a helyi elnevezése a formájára utal.

## Egy fűszer,

### ami minden célra megfelel

A legtöbb szegfűszeget főként gondosan elkészített ételekhez adjuk, de jelentős részét forró szeszes italoknál vetjük be, ezenkívül finom illatáért is kedveljük. Ha szárított narancsba szegfűszeget szúrunk, majd felakasztjuk a szekrénybe, meglátjuk, ugyanolyan hatásos, mint a molyirtó vagy a levendula. Ezeket az „aromás szegecsek” egyes országokban ágy fölé akasztva szintén megcsodálhatjuk. Több helyütt él az a hagyomány,

hogy karácsonykor érett, illatos narancsba dőlnek szegfűszeget, és a lakás minden pontján elhelyeznek egy-egy szemet és orrot gyönyörködtető alkotást.

És ez még nem minden... Az indiai bételragók

sokat fogyasztanak belőle a zamata miatt, a malajok pedig módfe-

lett kedvelik a szegfűszeg ízesítésű *kreték* cigarettát – mindkét esetben a virág szárított szárát használják. Ezért nem tudja Indonézia kielégíteni saját lakói keresletét, még importra is szorul. Európában és az Egyesült Államokban az élelmiszeripar – főként a fűszeres szószok és a ketchuphoz hasonló keverékek –, valamint a likörgyártás alapanyaga.

A virág szárából „szegfűszegolajat” nyernek, aminek fő összetevője az eugenol. Felhasználási területe rendkívül tág: a parfümöktől a fogérzéstelenítőn át egészen egy szintén kellemes fűszer – a vanillin, vagy szintetikus vanília – előállításáig. Mivel sokan allergiások az eugenolra, a fogászatban játszott szerepe egyre csökken, de vitathatatlan bizonyosságul szolgál a fűszerek és a gyógyászat ősidőktől napjainkig fennálló kapcsolatára.





*A szegfűszegolajat hosszú ideig fertőtlenítőként és helyi érzéstelenítőként alkalmazták a fogászatban. Ez a fametszet a német Johann Weber 19. század közepén készült enciklopédiájában kapott helyet.*

A szegfűszeget különböző kultúrákban más-más mértékben fogyasztják. Egy indonéz átlagosan évi 15 dekagrammot füstöl el, míg az indiaiak ennek csupán a huszadrészét rágják el bétellevelekkel, bár currys keverékbe többet tesznek belőle; Olaszországban viszont évente csupán 1 grammnyi a „fejadag”. A nyugati világ többi lakója, beleértve az amerikaiakat is, nagyjából 7-8 grammot használ, nem csak curryvel, hanem pácokban, italokban és még számos módon. Igen sok hús-, illetve halétel receptje kezdődik így: Végy egy szegfűszeggel töltött hagymát...



# Currypor

## és annak összetevői

A világ legelső szakácskönyveinek egyikét Sheta Karma, indiai brahman írta az 5. században. Nagy érdeklődéssel figyelte a papok templomi szolgálatát, és ahogyan az örök isteneknek szánt áldozati ételt elkészítették. A mi számunkra, akik 1500 évvel később „halandó asztaloknál” ülünk, meglepő lehet, hogy az általa leírt currykeverék mennyire hasonlatos a ma ismerthez. Még a kevéssel Krisztus születése előtt lejegyzett vallásos szövegek is – akár a híres Bhagavad Gíta – emlí-

tést tesznek a curryről, ugyanakkor óvnak túlzott használatától. A sóról, illetve a fűszeres ételekről ugyanis azt tartották, kizárólag a harcosokhoz illő szenvedélyt és harci kedvet gerjesztenek.

### *Csak frissen*

Legelőször is érdemes tisztáznunk egy gyakori félreértést. A curry tulajdonképpen nem fűszer, hanem étel, aminek teljes neve a legfontosabb



*Az üzletben kapható currypor számos fűszer keveréke. A finom elegy pótolhatatlan eleme a világ gasztronómiai kincsének.*

*Néhány hindu fesztiválon curryt ajánlanak fel Siva istennek, aki a jobb oldali képen kozmikus táncosként tűnik fel.*





összetevőire utal: létezik bárány, hal, rák, tojás és még számos más változata. A régi tamil szó, a *kari* is – az angolhoz hasonlóan – nem fűszert, hanem szószt jelent, melyet currypor felhasználásával készíthetünk, és noha ezt gyakran csak curryként emlegetjük, valójában nem ez a „hivatalos” elnevezése.

Ezenkívül a currypor nem egyszerű fűszer, hanem fűszerkeverék. Rengeteg ilyen akad, és közülük sok fajta szinte azonos jellemzőkkel rendelkezik. Országonként, tájegységenként, fogásonként változik, hol melyiket részesítik előnyben – végtelen a variációk száma. Egy magára valamit is adó indiai vagy pakisztáni feleség – hacsak nem nagyon europánizálódott városban lakik – kerüli a mi előre gyártott, bárhol kapható currykeverékünkhöz hasonló ízesítőt. Ehelyett olyan fűszert választ, amit az étel alapanyaga megkíván, és saját mozsarában (nem darálóval!) őrli porrá. Talán a főzés során beveti az elektromos mixerét, de az alapelv a legfontosabb: a currynek friss összetevőkből kell állnia, hogy zamata a legjobb legyen.

Rengeteg nyugati szakács – legfőképp a fiatal generáció – hallott már a curry világának csodáiról keleti kollégáitól, illetve az utazásai során. Napjainkban rendelkezésükre áll minden fontos fűszer, maguk is ki tudják választani a hozzávalókat a currysószhoz, mely azután felveszi a versenyt akár az eredetivel. Alapszabály – amit a legtöbb nyugati nem tud vagy egyszerűen nem tart be –, hogy a curryport fel kell melegíteni; egy forró edényben kis vajon vagy növényi olajon (lehetőleg ne margarin legyen) megbarnítják, s csak ezután szokás a szószhoz vagy leveshez adni. A „nyers” curry íze messze elmarad a megfelelő elkészítési móddal elérhető zamattól.

Amint az étel elkészül, a vallásos hindu család asszonyai szednek belőle egy tányérnyit. A ház ura kiviszi a kertbe, és a szent fa alá helyezi, ahol egy arra tévedő koldus vagy madárraj képében az istenségeket táplálja majd. A családfe

*Hagyományos módon tisztítják a köménymagot Törökország egy távoli szegletében.*



*Virágzó ánizsnövény*

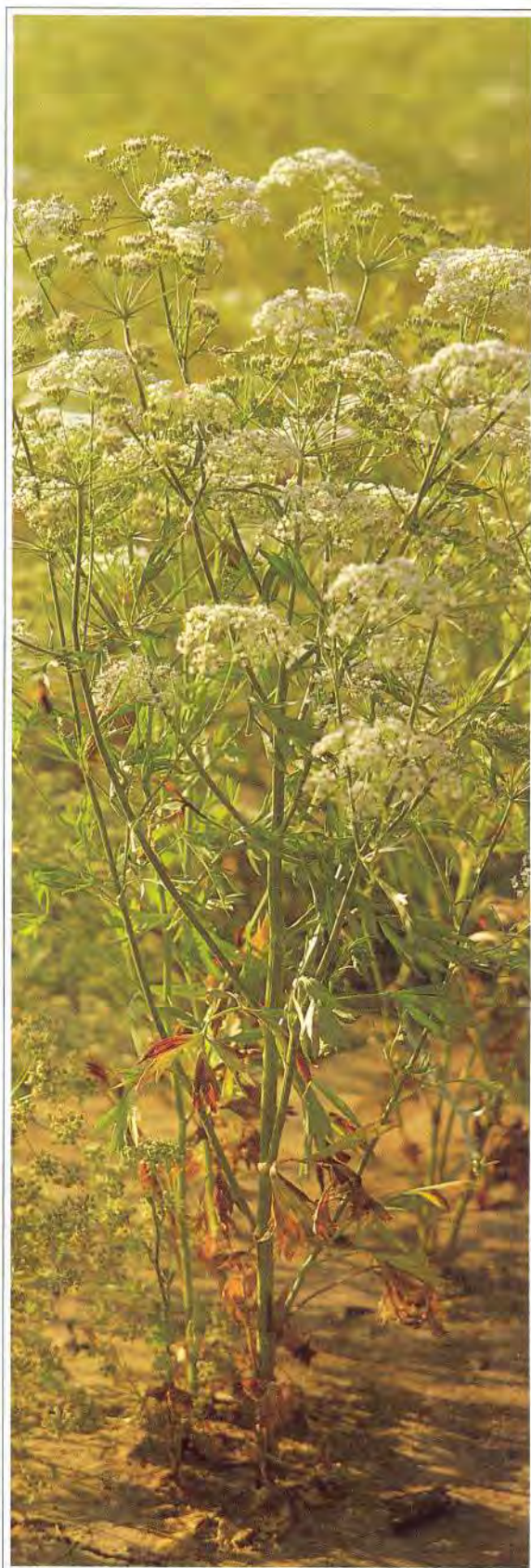
mos ünnepségen virággal meghintett currys tálcat visz a templomba, felajánlja Siva istennek, aki persze megosztja az ajándékot papjaival.

*Szabad a vásár*

A currykeverékben nagyjából hús különböző fűszer található. Némelyik szinte kötelező: kardamom, fahéj, szegfűszeg, koriander, kömény, gyömbér, szerecsendió, bors és kurkuma. A többi összetevő a kívánt ízhatástól függően lehet ánizsmag, köménymag, édeskömény, görögszéna, babér, szerecsendió-virág, mustár, mák, sáfrány, szezám, valamint különleges bors, például cayenne-i. Ezenkívül létezik egy speciális fűszer, a „curry levél”, mely a rutafélék közé tartozó, Himalájától délre honos apró fáról, a *Murraya koenigii*-ről származik, de a legtöbb curryelegyen ez az ízesítő nem játszik kitüntetett szerepet.

A fentebb felsorolt fűszerek közül sokat e könyv egyes fejezeteiben korábban már részletesen tárgyaltam. Most elérkezett az idő, hogy a többről meséljek.

*A jó curry elkészítése akkor kezdődik, amikor összeválogatjuk az alapanyagokat. Ilyenkor nem érdemes takarékoskodni az idővel és az energiával, a ráfordítás megéri a fáradságot. Így fest egy hagyományos sáfrányárus „üzlethelyisége” az indiai Sikkimben.*







# Görögszéna

*görög lepkeszeg, bakszaru, bakszarv,  
bakszarvú lepkeszeg, görögbab*



A görögszéna latin fajnevének második tagja (*foenum-graecum*) származási helyére utal: a rómaiak Görögországból hozták be, ahol a szénához hasonlóan elterjedt termény. A fajnév első fele (*trigonella*) a növény levelének háromszögletű alakjából ered. Számos nyelvben az elnevezése azt jelzi, hogy magtokja kecskeszarvra, míg levele a lóherére hasonlít.

A görögszéna valójában a borsófélék közé tartozik. Termése több mint húsz, néhány milliméteres, kemény, lapos, sárgásbarna magot tartalmaz. Az ókori Egyiptomban zöldségként fogyasztották, a magokból pedig a múmiák bebalzsamozásához használt tömjént készítették. Az antik konyhaművészetben nem töltött be fontos szerepet, ennek ellenére gyógyhatása miatt jelentős mennyiségben termesztették – példának okáért Nagy Károly birtokain is. A tehének nagyon

kedvelik az ízét, ezért ósidők óta ezzel javítják fel a rossz szénát, ami így „ínycsiklandóbb” takarmány lesz.

## *Keserű íz a kopaszoknak*

A görögszéna magjáról egykor úgy tartották, a kopaszság ellenszere. A háremhölgyek megsütve fogyasztották, s ettől remélték, hogy testük intim területén szebbé varázsolja szőrzetüket. Az orvoslás emellett emésztést segítő és gyulladáscsökkentő hatásáért becsülte.

A görögszéna íze – az égetett cukorhoz hasonlóan – édeskés, mégis keserű; nyers formában kevésbé ízletes, aromáját csak főzés után nyeri el. Különböző currykeverékek, amerikai és más fűszerelegyek alapanyaga; Svájcban egy közeli rokonát, a *Trigonella coerulea*-t sajtízestítőként alkalmazzák. Nyugat-Európában, sajnálatos módon, mégis meglehetősen kis igény mutatkozik rá.



Fajneve: .....	<i>Trigonella foenum-graecum</i>
Családja: .....	Fabaceae (Leguminosae), borsófélék
Fűszerként használt része:	Magja
Származási helye: .....	Közel-Kelet (főként Libanon és Szíria), Délkelet-Európa, India és Kína
Termőterületei: .....	Franciaország, Argentína, Egyiptom, Tunézia, Marokkó, Etiópia
Általánosan használt neve:	angolul ..... fenugreek franciául .... fenugrec németül ..... Bockshornklee olaszul ..... fieno greco spanyolul ... alholva



# Édeskömény

*bécsi kapor; főnigli, főnikli, nagykömény, német kömény, olasz kapor; római kapor; édesfénik, magyar ánizs, ánizskapor; venkel*

A mai szemorvosok valószínűleg nem találnák túlságosan meggyőzőnek az érvelést, miszerint az édeskömény páratlanul jó hatással van a szemre – még a vakok látását is visszaadja. Pedig ez a legősibb hiedelmek közé tartozik a medicina történetében. Talán akkor született, amikor Plinius azt állította, a sasok tolluk elhullatása után elvesztették a szemük világát, és édesköményt ettek, hogy visszanyerjék látásukat. Plinius úgy gondolta, ugyanez a gyógymód segíthetne a csökkent látású embereken is. Még vagy 1500 évig ajánlották ezt a módszert a gyógyászati- és a fűvészkönyvek, noha a tapasztalat nyilván nem igazolta az állítást. Sokkal hihetőbb viszont az a történet, mely szerint az angol puritánok a hosszú templomi tartózkodásuk alatt ezzel a növényvel frissítették fel magukat, s áporodott leheletükön az édeskömény „isten magjának” rágásával segítettek.

*Az édeskömény gumója remek zöldségként szolgál.*



## *Az istenek ajándéka*

Neve latinul „kis széná”-t jelent, az ókori görögök pedig *marathonnak* nevezték el a híres csata helyszíne után, ahol Kr. e. 490-ben döntő ve-

reséget mértek a perzsákra – számukra az édeskömény a győzelem és a siker jelképe lett.

Noha eredetileg Dél-Európában és Kis-Ázsiában honos, a görögök és az egyiptomiak is – csakúgy, mint a kínaiak – már a prehisztórikus bronzkorban fűszerként alkalmazták. A rómaiak a friss rügyeket kellemes ízű zöldségnek tartották. Skandináviában ízletes szárát főzik meg és fogyasztják, akár a spárgát.

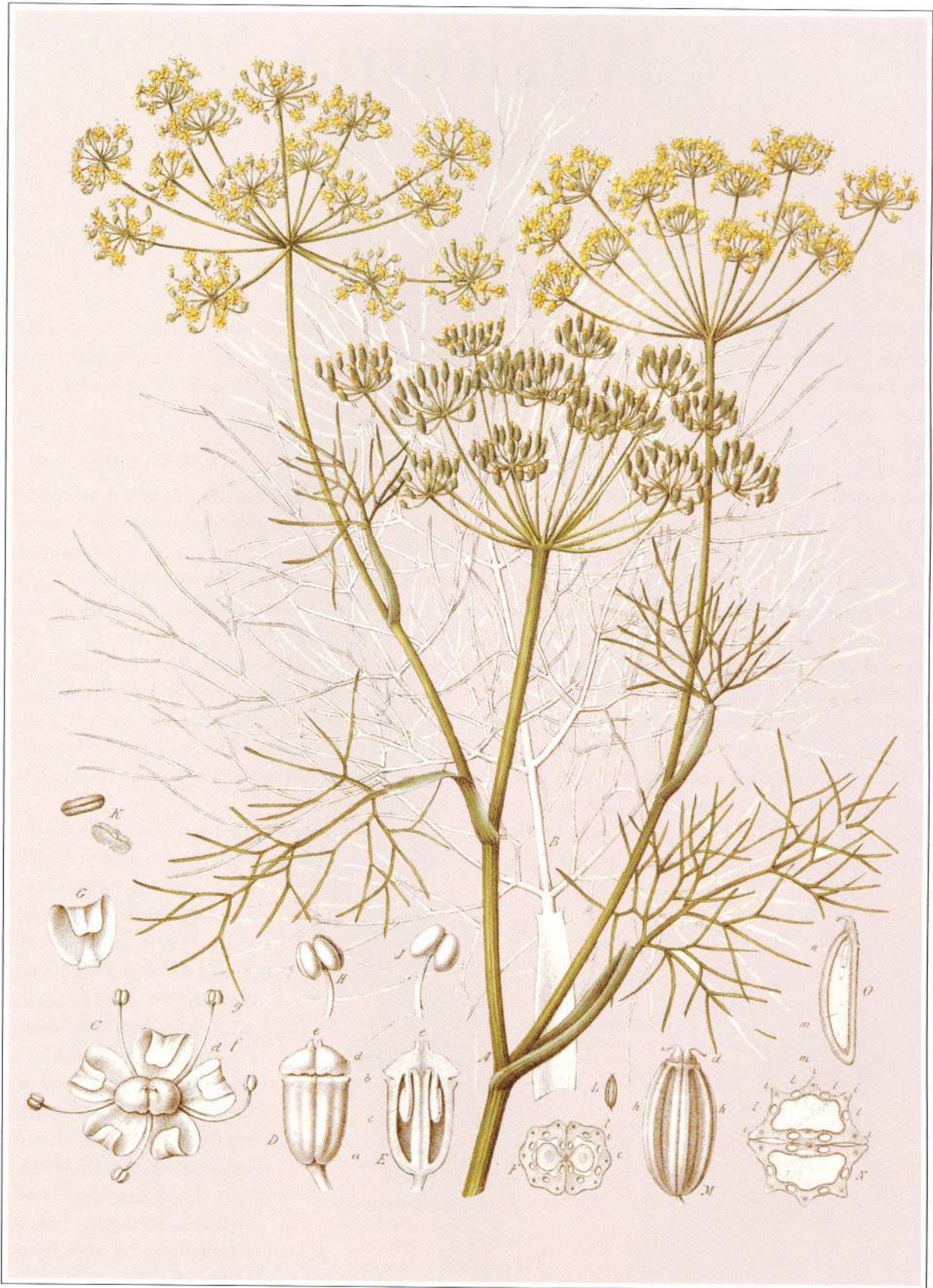
## *A halételek jótévője*

A közönséges édeskömény magas, élő növény, a kapor közeli rokona. A kettőt gyakran összeke-

verik, bár az ízük meglehetősen különböző. Az édeskömény közel egy centiméter hosszú, ovális magja a szárítás során sárgásbarnára színeződik. Leginkább párolt hal ízesítésére használják, de remekül illik kenyérhez, tortákhoz, édességekhez és zöldséglevésekhez. Ha a friss leveleket egészen apróra vágjuk, kitűnő – főként a zsírosabb – halételek fűszerezésére vagy akár körítésként.

Fajneve: .....	Foeniculum vulgare
Családja: .....	Apiaceae (Umbelliferae), petrezselyemfélék
Fűszerként használt része:	Magja, a szára zöldségként
Származási helye: .....	A Földközi-tenger medencéjé- nek országai, Levante
Termőterületei: .....	Dél- és Nyugat-Európa, Dél-Afrika, Kína, Új-Zéland, Hátsó-indiai-szigetek, Egyesült Államok és Dél-Amerika mérsékelt éghajlatú területei
Általánosan használt neve:	angolul ..... fennel franciául .... fenouil németül ..... Fenchel olaszul ..... finocchio spanyolul ... hinojo

ÉDESKÖMÉNY



# Kurkuma

*kurkumagyökér; sárga kurkuma*

Intenzív sárga színének köszönhetően a kurkuma a currypor egyik fő alapanyaga. Trópusi, évelő növényként – rokonához, a gyömbérhez hasonlóan – vastag gyökértörzse van, rövid, bütykös ágakkal. Vékony levelei élénkzöldek és a gyökértörzsből kihajtva akár a fél métert is elérhetik. Közülük bújik elő a virágtermő szár, majd rajta sárgásfehér virágok egy csoportja.

Új növényt a gyökértörzsből metszett részekből viszonylag egyszerűen csíráztatnak, s nagyjából ugyanazt a meleg és nedves klímát igényli, mint a gyömbér. Betakarítás idején kiássák a gumót, megtisztítják, megfőzik, egy hétig napon szárítják és végül ledörzsölik a külső részét. A sötét narancssárgás darabokat ezután porrá őrlik, amit ételekhez, italokhoz, valamint a ruhafestéshez egyaránt felhasználnak. Délkelet-Ázsia számos pontján szépítőszerként szolgál, akár hétköznap



vagy különleges alkalmakkor, például esküvőkön. A keleti gyógyításban szintén megbecsülésnek örvend.

## *Becsapós szín*

Az indiai kurkuma jelentős része a helyi piacra kerül, s csak kis százalékát exportálják – az ország lakossága bőven használja a legtöbb nemzeti ételbe, legyen szó bármilyen alkalomról. Nyugatra részben eredeti formájában szállítják, ahol aztán szósz vagy szörp színezőanyaga készül belőle, illetve likőrök, sajtok összetevőjeként kap szerepet, míg régebben vajhoz és margarinhoz adták. Elsődlegesen mégis az előre gyártott currykeverékbe kerül. A kurkuma igen érzékeny a napfényre, ezért a curryporhoz hasonlóan sötét helyen kell tárolni.

Európa a középkorban ismerte meg ezt a fűszert, amikor még „indiai (vagy keleti) sáfrány”-

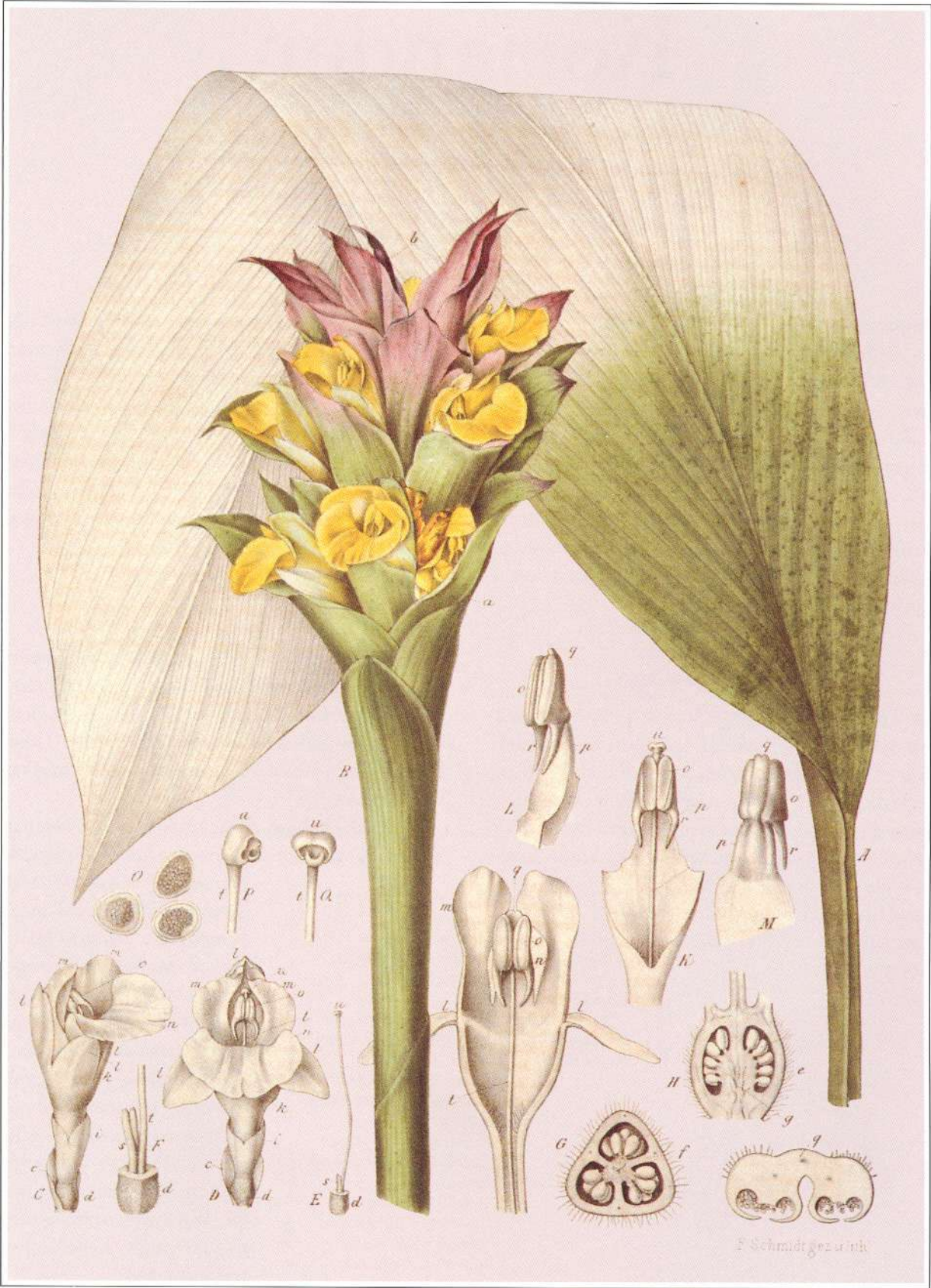
nak hívták. A figyelem középpontjába azonban csak akkor került, amikor a curry kedvelt étellé vált, s így alapanyagai iránt is ugrás-szerűen megnőtt a kereslet. A mai turisták – abban a boldog hiszemben, hogy valami igazi különlegességre bukkantak Dél-Spanyolországban vagy Észak-Afrikában – útjukról gyakran kurkumával a bőröndjük mélyén térnek haza az vélt olcsó sáfrány helyett.



Fajneve: ..... *Curcuma longa*  
Családja: ..... Zingiberaceae, gyömbérfélék  
Fűszerként használt része: Gyökértörzse  
Szarmazási helye: ..... Dél-Ázsia  
Termőterületei: ..... India (főként a déli és a középső tartományok), Dél- és Kelet-Kína, Tajvan, Fülöp-szigetek, Jáva, Haiti, Jamaica, Peru  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... turmeric  
franciául .... curcuma  
németül ..... Kurkuma,  
Gelbwurzel  
olaszul ..... curcuma  
spanyolul ... cúrcuma



KURKUMA



# Koriander

*beléndfű, cigánypetrezselyem, koriandrom, zergefű,  
kerti koriandrum, poloskakapor*

A görögök ezt a növényt egy poloskafajtáról nevezték el, jelezvén, hogy a levelei kifejezetten kellemetlen szagúak, és éretlen termésének kipárolgása még ennél is rosszabb. A koriandert évezredek óta fogyasztják, a késő bronzkorban – Kr. e. 1400 táján – már tartottak belőle a görög palotákban. Akkoriban elismert gyógyszernek számított Egyiptomban, s később Hippokratész beszámolóiban szintén gyakran felbukkant.

## Császári palánta

Az ókori rómaiak terjesztették el a koriander használatát, még Nyugat-Európában is – ők kezdték el termeszteni például Angliában. Onnan Amerikába került, és a New Englandben meghonosított első fűszerek egyike lett. Kelet felé szintén utat tört, és már viszonylag korán megkedvelték – orvosságként, majd fűszerként – Indiában, ami kevés európai aromás növényről mondható el.



Az egynyári koriander eléri a közel méteres magasságot. Finoman karéjos, hullámos szélű levele van, virága pedig apró, fehér; illetve rózsaszínű. Szinte tökéletesen kerek termése vagy magja alkotja a fűszert, de egyes ételekhez friss leveleit is adják. A magokat leszedésük után megszárazítják, amitől a színük sötét sárgásbarnává válik.

## Cukormázás finomság

A koriandermagot leginkább az élelmiszeriparban, szeszes italoknál és édességeknél alkalmazzák. Étélízesítőként meglepően kevéssé ismert például Görögországban, de kifejezetten elterjedt a Távol-Keleten, valamint a dél-amerikai államokban.

A II. világháború alatt, amikor az édességipar alapanyaghiányban szenvedett, a koriandermagok

mentették meg a helyzetet savanyúcukorka formájában, a magokat ugyanis fehér vagy rózsaszín cukormázzal vonták be. A csemegét karneválokon egykor marokszámra dobálták a tömegbe, a felvonulók legnagyobb örömeire. Ezt idővel túl pazarló kedvtelésnek találták, így az édességet kis kerek papírdarabkákkal cserélték fel. Angolszász nevét viszont megtartották, s megszületett a konfetti!

Fajneve: .....	Coriandrum sativum
Családja: .....	Apiaceae (Umbelliferae), petrezselyemfélék
Fűszerként használt része:	Szárazított termése (magjai)
Származási helye: .....	A Földközi-tenger medencéje
Termőterületei: .....	India, Marokkó, Lengyelország, Magyarország, Románia, a volt Jugoszlávia utódállamai, a volt Szovjetunió utódállamai, Argentína, Egyesült Államok
Általánosan használt neve:	angolul ..... coriander franciául .... coriandre németül ..... Koriander olaszul ..... coriandolo spanyolul ... cilantro

KORIANDER

XIII. c.



# Réti és római kömény

*egyiptomi kömény, kuminmag;*

*hasznos kömény, köménymag, konyhakömény*

A petrezselyemfélék családjának ezen tagjai sokban hasonlítanak egymásra, és magjaik meleg ízét ősidők óta élvezhetjük. Mindkét növény levele nagyon vékony, s apró, fészkesen nyíló viráguk szinte hófehér. A sárgásbarna magok 5-6 milliméter hosszúak, öt barázdájuk van és félhold (réti kömény), illetve ovális (római kömény) alakúak. Míg a réti kömény egynyári, a római kömény kétnyári növény.

A réti köményt a mai svájc területén már a kőkorszakban is ismerték. Az arabok fűszerezésre használták, s *karwiyaként* emlegették, amelyből a legtöbb európai elnevezése származik. Az angol szakácskönyvekben a 14. század táján kezdett felbukkanni; kétségkívül brit csatornákon keresztül jutott el egészen Indiáig. Manapság kenyeret, sajtot, húsos és zöldséges ételeket ízesítenek köménymaggal, illetve a belőle sajtolt olajjal egyes



italok aromáját gazdagítják, ilyen például az akvavit.

## *Egy tiszteletreméltó fűszer*

A réti köményt már Kr. e. 1000 évvel említik az egyiptomi orvosi könyvek szerzői – csakúgy, mint az Ó- és az Újszövetség. A középkori kolostorokban szintén érdekes feljegyzéseket találhatunk róla.

Az észak-európai gazdák régóta termesztettek köményt, hogy kenyeret, sajtot vagy likórt fűszerezzenek vele. Manapság már nemigen fogyasztják abban a régióban, de a gyógyászatban még mindig előfordul, olaja pedig a parfümgártásban fontos alapanyag. A kömény magját előszeretettel használják a harmadik világ országaiban, leginkább curry- vagy chilipor készítéséhez. Az Egyesült Államokban e fűszer fogyasztása negyvenszeresére nőtt az utóbbi évszázadban.

Fajneve: ..... Carum carvi  
Családja: ..... Apiaceae (Umbelliferae),  
petrezselyemfélék  
Fűszerként használt része:  
Termése (magjai)  
Származási helye: ..... Európa, Dél-Ázsia, Észak-  
Afrika  
Termőterületei: ..... Európa, főként Hollandia,  
Németország, Skandinávia,  
Magyarország, Csehország,  
Szlovákia, Olaszország,  
Spanyolország; Törökország  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... caraway  
franciául .... carvi  
németül ..... Kümmel  
olaszul ..... carvi  
spanyolul ... alcaravea

Fajneve: ..... Cuminum cyminum  
Családja: ..... Apiaceae (Umbelliferae),  
petrezselyemfélék  
Fűszerként használt része:  
Termése (magjai)  
Származási helye: ..... A Földközi-tenger  
medencéjének keleti régiója,  
Közél-Kelet  
Termőterületei: ..... Irán, Törökország, India,  
Kína, Indonézia, Japán,  
a volt Szovjetunió déli  
területei, Marokkó, Mexikó  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... cumin  
franciául .... cumin  
németül ..... Kreuzkümmel  
olaszul ..... comino  
spanyolul ... comino

RÉTI ÉS RÓMAI KÖMÉNY



# Szezámfű

szezámmag

A szezámfű Indonéziában és Kelet-Afrikában honos, de korán eljutott Észak-Afrikába és Ázsia számos területére. Talán a világ legrégebbi, olajat adó növénye, hiszen már Kr. e. 1600 táján – bizonyíthatóan – termesztették Mezopotámiában. A magja jelentékeny – majdnem a térfogata felét kitevő – mennyiségű olajat tartalmaz, amit napjainkban is gyakran és szívesen használnak a főzés során. Krisztus születését megelőzően Indiából exportálták a Vörös-tengeren keresztül, később nagy tömegben állították elő Egyiptomban, ahonnan azután többek között forgalmas itáliai kikötőkbe szállították. A nyugat-afrikai rabszolgák magukkal vitték a szezámfüvet az Újvilágba, ahol termeszteni kezdték az egyméteres növényt, s *benneként* emlegették – ez a név a mai napig ismeretes Dél-Amerikában.



jának köszönheti: mivel telítetlen zsírsavakban gazdag, margarin, étolaj és különféle öntetek előállításánál gyakran alkalmazzák.

Ennek eredményeképpen a szezámfű termesztése ugrásszerűen megnőtt, főként Amerikában – például Texas, Louisiana, Kalifornia és Arizona államban. Kínában, mely a legnagyobb előállító, a magokat nem csak olajsajtólásra használják, hanem számos hagyományos édesség és torta ízesítésére is.

## Túlságosan ismerős?

Mi köze a fűszerhez a „Szezám, tárulj!” parancsnak? Ali baba, az *Ezeregyéjszaka* meséinek szegény hőse véletlenül tudta meg, ez a mondat nyitja a barlangba vezető kaput, ahol a negyven rabló temérdek elrejtett kincse hever. Gonosz testvérbátyja meg akarta ismételni a varázslatot, de mivel

nem emlékezett a bűvös szóra, csupán találgatni tudott és rengeteg más eredmény nevét kipróbálta – mindhiába. A csattanó abban rejlett, hogy a szezám akkoriban túlzottan mindennapos kifejezésnek számított, így az ember könnyedén elfelejthette. A történet azonban egyértelműen bizonyítja, hogy az arabok mennyire széles körben ismerték ezt a fűszert már ezer évvel ezelőtt is.

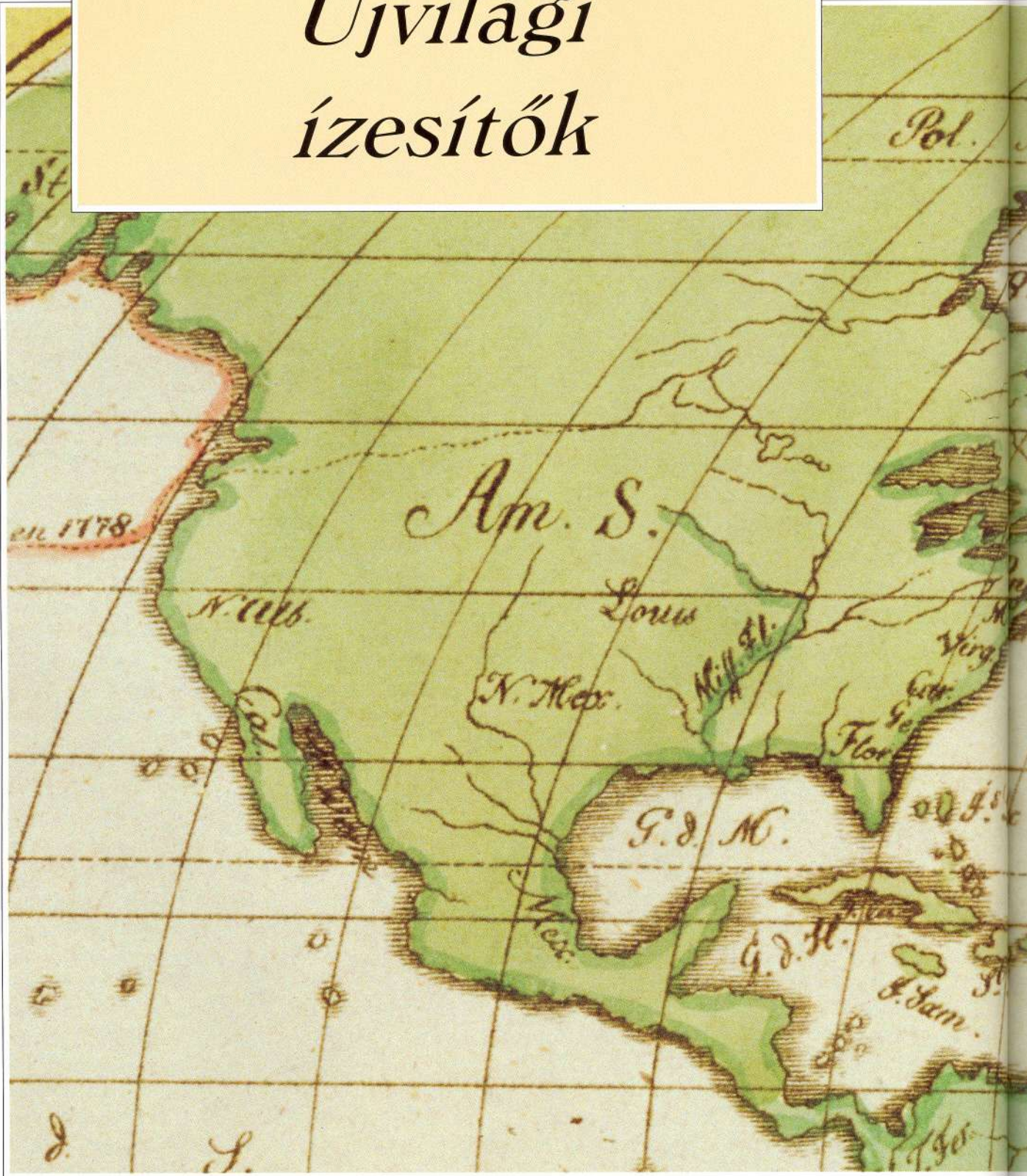
## Hasznos olaj

A növényen a gyűszűvirághoz hasonló, káprázatos virágok nyílnak. Apró, lapos, ovális magjai jellegzetes alakúak, 3 milliméter hosszúak és 1 milliméter vastagok. Egészben leginkább kenyérré szórják – aminek sütést követően enyhén diós ízt kölcsönöz. (Ezt mi is érezhetjük, mikor legközelebb hamburgert veszünk!) Vezető szerepét mégis olaj

Fajneve: .....	Sesamum indicum
Családja: .....	Pedaliaceae, szezámfélék
Fűszerként használt része:	Magja
Származási helye: .....	Ázsia és Afrika trópusi éghajlatú területei
Termőterületei: .....	India, Kína, Szudán, Mexikó, Egyesült Államok
Általánosan használt neve:	angolul ..... sesame franciául .... sésame németül ..... Sesam olaszul ..... sesamo spanyolul ... ajonjolí



# Újvilági ízesítők







### *Világok harca*

Az európaiak ötszáz éve fedezték fel Amerikát. Ez a világtörténelemben sorsfordító esemény az őslakos indiánokra nézve katasztrofális következményekkel járt. Az óvilági szerencsevadászoknak csupán néhány évtized kellett ahhoz, hogy civilizációkat romboljanak le, fosztogassanak és a lehető legtöbb zsákmánnyal térjenek haza.

Az aranykészletek idővel kimerültek, s a könnyedén szerzett királyságok – uralkodóikkal együtt – hamar feledésbe merültek. Az 1500-as évek konkvisztádorai nem sejtették a jövőt: az elkövetkező századokban a nemesfémek helyébe hétköznapibb – az aztékok és az inkák ékességeinél sokkal jelentősebb – újdonságok lépnek majd, melyeknek köszönhetően Európa még inkább gyarapodik.

### *Különböző sorsok*

Amerikát a kora kőkor egy jégkorszaki periódusa alatt mongolok népesítették be, akik Ázsiából vándoroltak oda az akkor szárazon fekvő Bering-szoroson keresztül. Ezek a csoportok szétszéledtek az egész kontinensen, ahol a vadban bővelkedő prériken és érintetlen erdőkben vadásztak. Amikor az utolsó gleccserek is elolvadtak, megszakadt az összeköttetés Ázsiával, és az újvilági kultúrák függetlenül fejlődtek tovább.

A változások ennek ellenére alapvetően azonos módon zajlottak le mindkét földrészen: az egykori vadászok gazdálkodók lettek és állattenyésztésre adták a fejüket. A természetes környezet





(balra) A Santa Maria, amelynek fedélzetén 1492. október 12-én Kolumbusz elérte az Újvilágot, s ezzel új fejezetet nyitott a fűszerek történetében is. A 17. századi holland Andries van Eertvelt festménye a neves hajónak állít emléket.

(fent) Az indiánok és az európai felfedezők kölcsönös ajándékozását örökíti meg a német Theodor de Bry metszete.

viszont eltérő volt, ezért más-más állatokat, növényeket neveltek. Az eurázsiaiak tehenet, bárányt, kacsát, csirkét tartottak, az amerikai indiánok lámát és pulykát gondoztak. Az Óvilágban rizs, gabonaféle termelt a földeken, Amerikában pedig kukorica. A keleti féltéken az emberek bort és sört ittak, míg a nyugatin koka-, illetve kaktuszlevelek rágcslásától bódultak el. A kávékészítés az arabok, a teáé a kínaiak, a csokoládéé pedig az indiánok nevéhez fűződik.

### A fűszerek túltesznek az aranyon

Amikor az amerikai gazdagságra áhítózők első rohama lecsendesült, az európaiak az újonnan felfedezett törzsek szokásait kezdték utánózni. Ennek legelső eredménye egy rettegett ellenség

lett – a szifilisz. A betegség már Kolumbusz visszatérte után néhány esztendővel járványként terjedt az addig gondtalanul kicsapongó Európában. Az öreg kontinens lakói „cserébe” a bárányhimlőt vitték be Amerikába, amely dögvészként pusztított az őslakosok között.

Idővel már csupán veszélytelenebb ismeretek jutottak el az Óvilágba, ahol gyakran jobban értékelték azokat, mint eredeti hazájukban. Nemsókára mindenki, aki tehette, dohányt szívott, paradicsomot evett, burgonyát vetett és csokoládét kortyolgatott, s ez az indiánok fogyasztását megszeménően meghaladó mértékben folyt. A keletről behozott fűszerekhez hamarosan addig ismeretlen, újvilági ízek csatlakoztak, mint a jamaikai szegfűbors, a chili, a paprika és a mennyei vanília...

# Vanília

*kerti vanília, vanillin*

Az európaiak 1502. szeptember 14-én érezhették először a vanília ízét. Az esemény Nicaraguában zajlott, a szerencsés nyelv pedig Kolumbusz Kristófé volt, aki negyedik, s egyben utolsó, az indiai átjárót kereső útján hajózott. A felfedező egy csésze – vaníliával ízesített – csokoládét kortyolgatott a helyi uralkodóval, ami nagy megtiszteltetésnek számított, hiszen ezen ingyencsészet csak hercegi rangban lévőknek kínálták. Az ital felett folytatott vontatott beszélgetés során elhangzottak arra indították Kolumbuszt, hogy levelet írjon királynak azzal az üzenettel, miszerint már csak tizenkét napig kell hajóznia, és eléri Japánt...

## *Több, mint egzotikus ital*

Az aztékok a csokoládét nem csupán italnak tekintették. II. Montezuma uralkodása alatt a kakaóbab legális fizetőeszközként szolgált. Amint Cortez 1519-ben elfoglalta fővárosukat, hatalmas rakás aranyat remélve azonnal az udvari kincstárba sietett. A vagyonról azonban kide-



A kakaó termése és a benne lévő babszemek.



rült, nem más, mint néhány halom kakaóbab! A helyi piacon 1513-ban az ember mégis egy jó szolgát vagy akár feleséget is kaphatott száz ilyen babért, míg csupán két szem fejében a város legjobb kurtizánjával tölthette az egész éjszakát – tehát a szerzeményt mégsem lehetett teljesen értéktelennek tekinteni!

Ugyanebben az időben Cortez egyik tisztje, Bernal Diaz del Castillo már kicsit közelebből ismerte a kérdéses nedűt. II. Montezuma ugyanis aranycsészében, aranykanállal szolgáltatta fel neki a kakaót, de a spanyol történetíró – aki hazatérve krónikát írt az Azték Birodalom meghódításáról – a nemesfém tárgyakat többre tartotta zamatos tartalmuknál. Az azték csokoládét egyfajta fűszeres elegyként kell elképzelni, amihez – számos más fűszer mellett – vaníliát, piros-

paprikát, kukoricalisztet és esetenként mézet keverték. Gyakran piros növények levével színezték, így az olyan lett, mintha vért ittak volna.

## *A vanília piaca*

De miért is beszélünk ennyit a vanília helyett a csokoládéról? A válasz egyszerű: a vanília fő szerepe már az ősi Mexikóban, majd Európában is sokáig a csokoládé ízének feljavítása volt. Mind a mai napig ez az elsődleges

Fajneve: ..... Vanilla planifolia  
Családja: ..... Orchidaceae, kosborfélék  
Fűszerként használt része: ..... Aszalt, szárított termése  
Származási helye: ..... Közép-Amerika, Antillák, Dél-Amerika északi területei  
Termőterületei: ..... Madagaszkár, Komoroszigetek, Réunion, Francia Polinézia, Tahiti, Indonézia, Malajzia, Mozambik, Seychelles-szigetek, Uganda, Guatemala, Mexikó  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... vanilla  
franciául ..... vanille  
németül ..... Vanille  
olaszul ..... vaniglia  
spanyolul ..... vainilla



*Vanilla planifolia* Andrews



felhasználási módja, emellett fagyaltízestőként alkalmazzák az egész világon. Ezen okokból kifolyólag története hosszú ideig a csokoládé útját követte. Az aztékok által *tlilxochitl*nek nevezett termést a közép-amerikai indiánok a betakarítás után erjesztették, megszáritották, összezúzták és csokoládéporral vegyítették.

A spanyol hódítók magukkal vitték az új ital receptjét, amely hazájukban roppant népszerűsége tette szert, és azóta is ők a Föld legnagyobb csokoládé-fogyasztói. Vaníliát úgyszintén importáltak Mexikóból, és a két termék az Ibériai-félszigetről kiindulva együtt terjedt el Európában. Ebből adódik, hogy a fűszer neve az európai nyelvekben a spanyol *vainilla* valamely változata. Ez az elnevezés a latin *vagina* szó spanyol kicsinyítő képzős formája, ami a vanília magtokjának hüvelyhez hasonlatos alakjára utal.

1602-ben Hugh Morgan, I. Erzsébet angol királynő udvari főgyógygyszerésze felfedezte – a vanília önmagában is használható, remek édesítőszer. A 18. században a kifinomult franciák dohánykeveréküket ízesítették vele. Mégis talán



*Válszínűleg Kolumbusz volt az első európai, aki megízlelhette a csokoládét és a vaníliát, de akkor még nem tudhatta, a világ számára milyen értékes árucikkek lesznek egyszer.*

az Amerikai Gyógyszerkönyvben (*United States Pharmacopoeia*) szintén jegyezték. A fűszert ma már nem használják gyógyászati célokra, s feltehetőleg kevesen akadnak, akik szexuális teljesítőképességük növelése céljából kérnek vanília-fagyaltot a cukrászdában.

### *Kiterjedt, ám lusta rokonság*

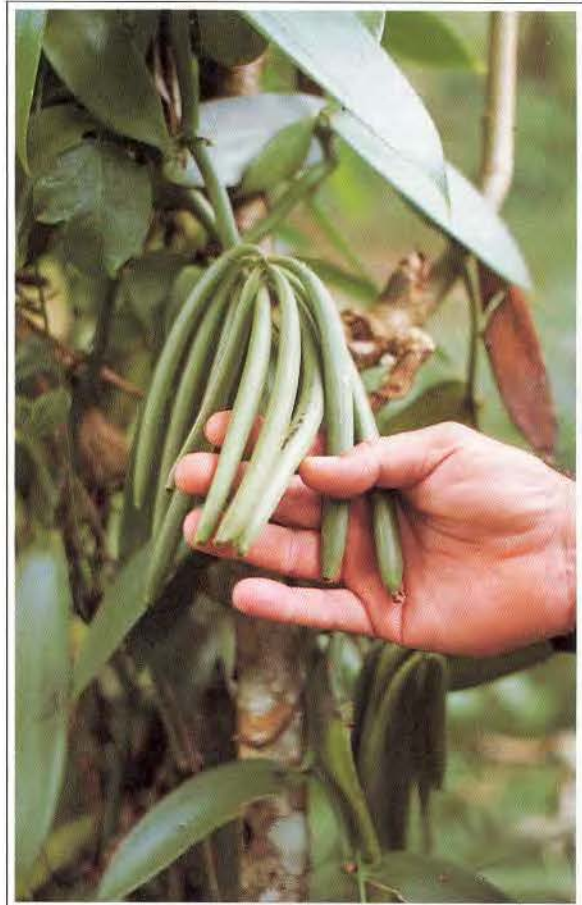
Az összes növénycsalád közül az orchideáké büszkélkedhet a legtöbb taggal: számuk meghaladja a 20 ezret. Az igazat megvallva – az esztétikai

Bezaar Zimmermann, az évszázad ismert német orvosának kijelentése tüzelte fel leginkább az egyre növekvő érdeklődést a vanília iránt – állítása szerint a fűszer kiváló afrodisziákum. Az 1762-es *Tapasztalatokról* című cikkében kifejtette, hogy nem kevesebb mint 342, korábban impotens férfi vált nők százainak csodálatos szeretőjévé, miután vaníliapárlatot ittak. Más doktorok megfigyelései alapján alkalmas a gyomorfekély kezelésére, ösztönzőleg hat a fogyatékosokra és számos mérge ellen szere. 1910-ig

*(középen) A közép-amerikai népek a vaníliát eredetileg a csokoládé ízesítésére használták, melynek forrása – a kakaóbab – fontos gazdasági szerepet játszott. Ezt támasztja alá az is, hogy a maják hitvilágában helyet kapott egy, a kakaótermesztéshez szorosan köthető isten is.*



*(jobbra) A leszüretelt vanília magtokjai a francia zöldbabra emlékeztetnek. A növény gondos törődést igényel, és a leszedést követően a rudak még sérülékenyebbek.*





hatást leszámítva, amit egy orchideacsokor látványa gyakorol a nőkre – szinte mind meglehetősen haszontalan. Az ezernyiből csupán egyetlenegynek van valamiféle gyakorlati haszna, ez pedig a vanília.

A *Vanilla* nemzetséget nagyjából ötven növény alkotja, de csak a *Vanilla planifolia* (régeli nevének *fragrans*) tokterméséből nyerhető valódi vanília. Néhány további növényt kevésbé aromás, de még így is zamatos voltáért termesztenek; ezek a *Vanilla pompona* és a *Vanilla tahitiensis*, amelyek csak harmadannyi vanillint tartalmaznak. Ez a kémiai hatóanyag felelős a jellegzetes illatért és ízért. A növény magjában nagyon kevés, súlyának csupán 2-3 százalékát kitevő mennyiségű vanillin található, aminek tudományos nevét meglehetősen nehézkes kiejteni: 4-hidroxi-3-metoxibenzaldehid!

A vadon termő vanília dús lombosított kúszónövény. Megfelelő környezetben – vagyis a trópusi esőerdőkben – 25-30 méter magasra nyúlik, mivel számtalan, kötélszerű léggöckerével óriás fákra kapaszkodik fel, hogy elérje a napfényt. A szára húsos és lédús; vastag, lapos, lándzsa alakú leveleinek – melyek akár 25 centiméter hosszúak is lehetnek – felülete sima és fényes. Sárgásfehér, 5-7 centiméteres virágai finom illatot árasztanak; fürtökben nőnek, az együttes látvány azonban meglehetősen halvány, mivel egyszerre csak néhány bimbó nyílik ki, s estére azok is elhervadnak. Szerény megjelenése miatt akár a kosborfélék Hamupipókéjének is nevezhetnénk ezt a növényt.

### A vanília termesztése

A vanília Közép-Amerikában, Nyugat-Indiában és Dél-Amerika északi területein honos. Nem kedveli a szeles időjárást, és nagyjából 3000 milliméternyi éves csapadékmennyiségre van szüksége. Élőhelyein a tengerszint és a 750 méteres magasság közt bárhol megterem. A nemesített növény terméketlen, így dugványokból kell csíráztatni, amiket általában hosszúra vágnak, hogy elérjék a támasztékul szolgáló fa alacsonyabb ágait. 10-12 hét múltán derül ki, gyökeret eresz-



tett-e. Mivel ugyanazokat a növényeket szaporítják újra és újra, az adott gazdaságban fejlődő palánták tulajdonképpen ugyanúgy viselkednek. A termesztők hálásak lehetnek, amiért a vanília önbeporzó, mert így nem szorul más növény virágporára, és nem nehezíti meg még jobban a munkások dolgát.

A vaníliabirtokokra legelőször fákat telepítenek, amire az indák később feltekerhetnek. Ezek általában egy-két évvel korábban elültetett, gyorsan növekvő, ritkás lombosított fák vagy cserjék, amelyeknek alsó ágai a talajhoz közel helyezkednek el. Amint a vanília szárba szökken, visszametszik, hogy ne merészkedjen túl magasra, s még el lehessen érni a termést. Rendszerint három esztendő elteltével virágzik először. Ez az időszak néhány hónapig tart, s a bimbók hajnalonként nyílnak ki. Egy egészséges, kifejlett növényen





*A vanília virágának beporzásához segítség szükséges: emberi kezek helyettesítik a mára kipusztult endemikus rovarfajt. Ezt az aprólékos munkát reggel végzik, közvetlenül a bimbó kinyílása után.*

beavatkozásra szorul ott, ahol az eredeti élőhelyén megszokott, természetes megoldás nem elérhető. Egykori „jótévői” napjainkra már a származási helyéről is eltűntek, és ott szintén mesterségesen termékenyítik meg. Ehhez a saját pollenjét használják, tehát lehetetlenné vált, hogy még összetettebb növénné váljon.

A kosborfélék gyakorta túlzottan bonyolult módon, különleges körülmények között fejlődtek, ezért csak egy bizonyos fajt vagy rovarfélék vonzanak. A növény és az állat közötti együttműködés ennélfogva életbevágó az előbbi számára a szaporodáshoz. 1841-ben a francia fennhatóság alatt álló, indiai-óceáni Réunion szigeten egy felszabadított rabszolga talált praktikus megoldást arra, hogy a rég kihalt beporzó rovarokat miként helyettesítsék. Bambuszág éles hegyének a segítségével összegyűjtötte a pollent, és óvatosan a virág jól elrejtett termőjéhez vitte. Többé-kevésbé ugyanezt a módszert alkalmazzák ma is, így a vanília toktermésének előállítására rendkívül sok időt és odafigyelést igényel.

ezernél több virág hajt ki, ezek közül ötvenet választanak ki beporzásra – legfeljebb féltucatnyit fürtönként.

### *A vanília bonyolult szerelmi élete*

Ezennel elértünk a vanília igazán szokatlan és meglehetősen hátrányos tulajdonságához: képtelen maga gondoskodni a szaporodásáról, ezért az ember kénytelen a segítségére sietni. Ez nyilván nem volt mindig így, különben mára kihalt volna. Amikor először próbálták Mexikón kívül – egészen pontosan Jáván – termeszteni, gyönyörű, dús, ám magtalan palánták születtek. E furcsa jelenség okára csak 1856-ban jött rá Charles Morren botanikus, a belgiumi Liege Egyetem professzora. A vanília egy endemikus méhfaj általi beporzáshoz alkalmazkodott, ezért emberi

### *Kérészeletű virág*

A vaníliavirág porzói húsos ajkat vesznek körül, ami elválasztja őket a nőivarú termőtől. A megtermékenyítést végző munkás a virágot különleges fogással a bal kezébe veszi, ezáltal ez a lebény félretolódik, s előtűnik a termő. Ezután a jobbával felemeli a bambuszdarabot vagy egy apró kefét, összegyűjti a pollenhalmot és átviszi a termőhöz, ott lesöpri, majd rögzíti a bal hüvelykujjával.

Ezt a műveletet mindenképpen reggel kell végezni, közvetlenül a bimbó kinyílása után. Egyetlen hozzáértő ember több mint ezer virágot lát el minden hajnalban, amik alkonyatkor elhervadnak. A termést 4-9 hónap elteltével lehet csak begyűjteni, amikor a magtok színe zöldről sárgára vált – a teljesen érettek csokoládébarnák.



Mivel a vanília meglehetősen drága termék, a gazdák érthető módon mindent megtesznek, hogy senki ne szedje le és adja el illegálisan. Madagaszkáron e célból kevéssel a szüret előtt „teto-válják” az árut – a héjon lyukakat ütnek, amik például a tulajdonos monogramját vagy cégének emblémáját formázzák.

### *Az íz megragadása*

A fűszer a növény tokterméséből származik, ami a hosszú, szálkás francia zöldbabra hasonlít. Minősége annál jobb, minél hosszabb a leszedéskor. A 25 centiméternél nagyobb magtok már rendkívül jó ízanyagot ad. Szüretkor még nincs különleges zamata, mivel az illatos aroma csak az azt követő eljárásnak köszönhetően alakul ki. Ezt mindenhol más módszerrel végzik.

Madagaszkáron a termést nyomban a betakarítást követően néhány percre forró vízbe merítik. A cél, hogy megakadályozzák a további érést; ezután az enzimes folyamat hatására a magtok glikozidos alapanyaga vaníliává alakul. Ennek eléréséhez meghatározott mennyiségű melegre és nedvességre van szükségük, ezért hónapokon keresztül szinte kisbabaként bánnak velük: a napra fektetik száradni, majd esténként gyapjúba csavarják őket, hadd „izzadjanak” az éjszaka folyamán. Ezt a műveletet mindaddig folytatják, amíg a tokok el nem érik a kívánt sötétbarna árnyalatot – nagyjából félévnyi várakozás után készen állnak az eladásra. Ekkorra a felszínükön gyakran apró, tűszerű vaníliakristályok jelennek meg. Manapság, főként Ugandában, magas hőmérsékletű, az előbbinél gyorsabb érlelési megoldást alkalmaznak, ehhez viszont a termést össze kell törni. A végleges íz szintén finom, de a vásárló nem a klasszikus rúd formában kapja, emiatt ezt a változatot leginkább kivonat gyártásához használják.

A vaníliarudakat minőség és méret szerint osztályozzák, majd légmentesen lezárt dobozokba teszik őket,

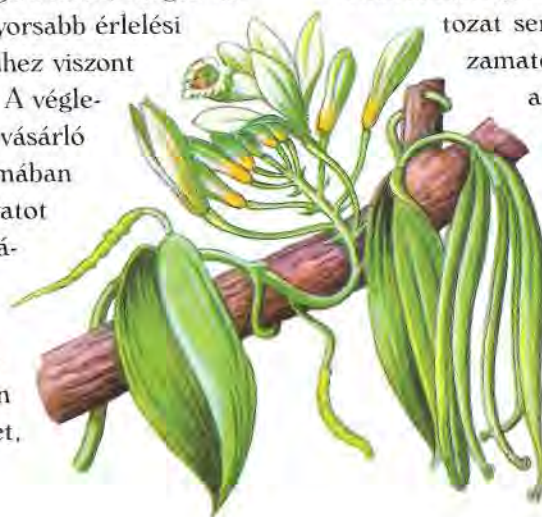
hogy az aromájuk ne illanjon el. Az előállítás során a termés súlya jelentősen, nagyjából a leszedéskor mért ötödére csökken. Egy hektáryi kifejtett fa magtokjaiból akár 100 kilogrammnyi szárított vanília készíthető.

Olvasóim ennyi munkafolyamat olvastán nyilván megértik, miért ez – a sáfrányt leszámítva – a legdrágább fűszerünk. A számottevő mennyiséget termelő országok általában gazdaságilag is jelentős mértékben támaszkodnak az exportálásából befolyt összegre.

### *Mesterséges vanília*

Először Maurice Gobley francia kémikusnak sikerült 1858-ban a vaníliarudakból vanillint kivonnia. 1874-ben egyik kollégája a fenyőgyantában lévő glikozidokból mesterségesen is elő tudta állítani. Ez hamar tömegtermeléshez, majd értelemszerűen a természetes vanília iránti kereslet visszaszorulásához vezetett. Az 1890-es években még egyszerűbb módszereket fedeztek fel, melyek során alapanyagként szegfűszegolajat vagy cukrot alkalmaztak. Idővel a tudósok rájöttek, hogy – többek között – szasszafránszfából, fakátrányból, valamint a cellulózgyártás melléktermékeként szintén nyerhető vanillin. Hasonló hatóanyagot találtak a tonkababban, melyet azonban az Egyesült Államok egészségügyi hivatala emberi fogyasztásra alkalmatlannak minősített. Mindent összevetve kitűnik, ezek a mesterséges lehetőségek mekkora fenyegetést jelentettek a vanília-termesztőkre nézve.

Szerencsére jelenleg nincs egyetlen olyan változat sem, ami a természetes vanília zamatos szerepét betölthetné, mivel a különleges aromás összetevők kizárólag a valódi termés sajátjai. Én, személy szerint, mindig örömmel fedezem fel az apró fekete magokat a fagyaltomban, amelyek azt bizonyítják, igazi vaníliával van dolgom. Kellemes és felettébb finom meglepetés!



## Vaníliaszüflé

Lehetőleg zománcozott, kétliteres fazékban forraljuk fel a tejet a vaníliarudakkal. Hagyjuk állni, amíg kihűl és erőteljes vanília íze lesz, majd szűrjük le. Vajazzunk ki egy nagyjából 1,2 literes, 8-9 centiméter mély, henger alakú pudingformát; papír segítségével a felső széleit és az oldala melletti alsó részeket is gondosan kenjük

be. Szórjunk bele kristálycukrot, majd rázzuk ki a felesleget.

Öntsünk vissza egy keveset a tejből a fazékba, és a liszt hozzáadásával készítsünk lágy tésztát, amihez – ha lehet – használjunk elektromos habverőt. Keverjük hozzá a maradék tejet, majd főzzük tovább közepes lángon, amíg a tészta besűrűsödik és forni kezd. Ezután habverővel mozgassuk át még fél percig; a tésztának ekkorra már egészen tömörnek kell lennie. A tűzről levéve néhány percig kavargassuk, hogy hűljön. Vigyázzunk, a keverék ne ragadjon a fazék aljára.

Óvatosan válasszuk szét a tojásokat, és folyamatos kevergetés közben, egyesével adjuk a masszához a sárgákat. Amikor mind a négyet hozzáraktuk, tegyük bele a vajat.

### HOZZÁVALÓK (4 személyre):

2 rúd vanília  
1,5 dl tej  
3 dkg teljesőrlésű búzaliszt  
5 tojásfehérje  
4 tojássárgája  
csipetnyi só  
vaj: 2,5 dkg a tésztához,  
1,5 dkg a pudingforma kikenéséhez  
kristálycukor: nagyjából 6 dkg a tésztához,  
1 evőkanál a pudingformához  
1 teáskanál átszitált porcukor

Ezután verjük fel az öt tojásfehérjét a csipetnyi sóval, amíg olyan kemény nem lesz, hogy a habverőt kihúzva kúpokot alkot. Szórjuk hozzá a cukrot, és addig kavarjuk, amíg újra eléri ezt az állagot. Ekkor rögtön keverjük bele a fehérje negyedét a tésztába, mert így könnyebben dolgozhatunk vele. Fokozatosan adjuk

hozzá a maradékot, miközben lassan kavargatjuk a tésztát. Ez a sikeres elkészítés legkritikusabb pontja – a tojásfehérjének lehetőleg továbbra is magasnak kell lennie. Egy perc alatt ajánlott a művelettel végeznünk, még ha némi fehérje ki is marad.

A pudingformát ezután rakjuk a 200 °C-ra előmelegített sütőbe, a rács közepére, és csökkentjük egy kicsit a hőmérsékletet. 25-30 perc elteltével a felfújt már szép barna lesz, és nagyjából 5 centiméterrel a forma széle fölé emelkedik. Ekkorra belül lágy, krémes állagúvá válik, és rögtön tálalhatjuk. Ha jobban át akarjuk sütni, még öt percig bennmaradhat. Ezt követően vegyük ki, hagyjuk állni további öt percig, végül szórjuk meg porcukorral.

### Hogyan használjuk a vaníliarudakat?

*Első lehetőség:* Hasítsuk fel a rudat és kaparjuk a kis magokat az adott receptben leírt – lehetőleg meleg – keverékbe. Azután tegyük bele magát a rudat is, és hagyjuk benne húsz percig. Kóstoljuk meg, és ha elértük a kívánt ízhatást, halásszuk ki a vaníliarudat.

*Második lehetőség:* Mozsárban törjünk össze vagy elektromos mixerben daráljunk le két rúd vaniliát 10 dekagramm cukorral. A keveréket szorosan lezárt befőttesüvegben hagyjuk állni egy hétig. Ezután apró lyukú szűrőn szitáljuk át az így keletkezett vaníliás cukrot. Ezzel a módszerrel az előbbinél erőteljesebb aromát kapunk. A cukornak enyhe vaníliás ízt kölcsönöz az is, ha kristálycukorba helyezünk néhány rudat, amelyek így lassabban száradnak ki.

# Jamaikai szegfűbors

jamaikai bors, angol fűszer, amomunmag, piment



Amikor Hernan Cortez 1519 novemberében megérkezett Tenochtitlánba, II. Montezuma király egy jóslatra hallgatva barátságosan fogadta, ám a spanyol hódítónak az azték fővárosra fájt a foga. Mielőtt kitért a háború a betolakodó kalandorok és a helyi uralkodó között, a két fél szívélyes viszonyban állt egymással. A mexikói konyhaművészet kutatói valószínűnek tartják, hogy az uralkodó egy alkalommal még különleges fogásra is vendégül látta Cortezt: „csirkére, melyet chiliben és csokoládészósztban pároltak” – ez a tradicionális nemzeti étel, a *mole poblano* őse.

Nem maradt fenn recept erről a ritka eseményről, néhány apáca azonban a Puebla városbeli Santa Rosa kolostorban valamivel később ugyanezt a csípős étket tálalta fel mexikói hűbérurának. Lejegyezték az elkészítés módját is, s az a mai napig rendelkezésünkre áll.

## Nem valódi bors

Abban egész biztosak lehetünk, hogy ez az azték finomság bővelkedett egy napjainkig használatos fűszerben. Szinte mindenhol – a német és a francia kereskedők szakzsargonjában is – „piment”-nek hívják, s ugyanez latinul a nemzetség neve. A kifejezés a spanyol *pimienta* – fekete bors – szóból származik. Franciául,

az inyencek nyelvén, a *piment* ezenkívül még számos paprikafaj (*Capsicum*) termését jelenti – ilyen többek között a chili, amit spanyolul *pimentónak* hívnak. Ez megtévesztő lehet: a szegfűbors se nem bors, se nem *Capsicum* növény. Így hát felmerül a kérdés: honnan kapta a nevét ez az ízesítő?

## „Szegfűbors”

A 14–15. században a fűszerek iránti érdeklődés fellendülése miatt a spanyolok és a portugálok útra keltek, hogy megtalálják azok termőterületeit. Kolumbusz azonban az Antillákat elérve olyan növényekre lelt, amelyek alig hasonlítottak a keleti régiókban honos fajtákra, amiket az európaiak az ókor óta használtak.

Az elkövetkező évtizedekben felfedezték az Újvilág sajátos flóráját. Ennek némely tagja enyhe

ízűnek bizonyult, mint a vanília, vagy csípősnek és keserűnek, mint a *Capsicum* termései. E két szélsőség között helyezkedik el a szegfűbors. Általánosan kedvelt aromája miatt néhány nyelvben hamarosan az *allspice* – vagyis „minden fűszer” – nevet kapta. Íze nem csak közeli rokonára, a szegfűszegre emlékeztet, de a fahéjra és a szerecsendióra is.

Kolumbusz, a többi felfedezővel együtt, minden

Fajneve: .....	Pimenta dioica (előzőleg officinalis)
Családja: .....	Myrtaceae, mirtuszfélék
Fűszerként használt része:	Éretlen bogvó (a csonthéjas termés)
Származási helye: .....	Antillák, Közép-Amerika
Termőterületei: .....	Jamaica, Kuba, Kis-Antillák, Trinidad, Mexikó, Honduras
Általánosan használt neve:	
angolul .....	allspice
franciául .....	piment des anglais, toute-épice
németül .....	Piment
olaszul .....	pepe di Giamaica
spanyolul .....	pimienta gorda

JAMAIKAI SZEGFÜBORS



PLANTO. of  
Myrtus Pimenta, Bot.  
*Nelkenpfeffer.*



bizonytal észrevette ezt a fát, ám mivel más cél lebegett a szeme előtt, nem szentelt neki különösebb figyelmet. Az első, őszinte érdeklődést tanúsító szemlélődő Kolumbusz 1494-es, második útjának hajóorvosa volt, de még Diego Alvarez Chanca sem ismerte fel a növényben rejlő lehetőségeket.

### *A látszat néha csal*

A spanyolok Amerika őslakosainak eleddig ismeretlen fűszereit hamarosan az óvilágiak után nevezték el. A hasonlóságot az íz – így lett a *Capsicum* termése *pimiento* – vagy a külső határozta meg – emiatt kapta az Antillák borsszem-szerű növénye a *pimienta* nevet.

A felfedezők elkövették azt a hibát, hogy nem vették figyelembe a már lejegyzett természettudományos ismereteket. Az 1570-es években Francisco Hernandez, II. Fülöp udvari tudosa egy mexikói tartományban, Tabascóban bukkant rá a szegfűbors fájára. Röviddel ezután kollégája a szomszédos Chiapas-ban botlott bele.

Ezek eredményeképp a *Pimienta de Tabasco* és a *Pimienta de Chiapas* egyaránt belekerült a helyi flóra leírásába, noha gyakorlatilag mindkettő azonos a karibi szigeteken termő *Pimienta de Jamaicával*!

Hernandez tapasztalatai szerint az aztékok *pimientával* ízesítették csokoládéitalukat. A tény, hogy csupán egyetlenegy fajról van szó, csak az 1600-as évek végén fejtette ki az angol John Ray *Historia Plantarum* című könyvében. A természettudós a fűszert „édes illatú jamaikai bors”-ként, illetve „jamaikai szegfűbors”-ként említette. Ez utóbbi elnevezés jelentése számos nyelvben előfordul, ilyen például a francia – míg német meg-

felelője a borssal való szembetűnő hasonlóságát emeli ki.

### *A felhasználási lehetőségek tárháza*

1600 körül a szegfűborsot végre elkezdték Európába exportálni. Népszerűsége gyorsan nőtt, főként az 1700-as években. A következő évszázadra az Antillák brit fennhatóságú térségei minden esztendőben több mint ezertonnányit exportáltak, ami akkoriban igen figyelemreméltó mennyiségnek számított. Az igény azóta némileg csökkent, de ha a szakácsok kevesebbszer élnek is vele, más üzletágakban nagy szükség van rá. A parfümök

és a kozmetikai cikkek mellett egyes híres likőrök – mint a karthauzi likőr és a benediktiner – sok szegfűborsot tartalmaznak.

Az Egyesült Államokban legfőképpen desszertekhez, pitékhez adják, emellett savanyúság, valamint gyümölcsbefőtt tartósításánál és szószoknál – ilyen a ketchup – alkalmazzák. Skandináviában hagymás ecetben pácolt heringet ízesítenek vele. A németek a kolbásztöltelékbe teszik,

míg a franciák viszonylag keveset fogyasztanak belőle, azt is inkább csak pácok, illetve vagdalt hústelek fűszerezésére használják.

### *Egy makacs karibi*

A szegfűbors a trópusi szigetvilágban szinte mindenütt honos, magas fán terem – leginkább Jamaicán, ahol a legjobb minőségű változatát állítják elő, ami (nem meglepő módon) egyfajta világmonopóliumot élvez. Emlékezhetünk arra, hogy a Hátsó-indiai-szigeteken a holland egyeduralmat a palánták kicsempészése törte meg, amiket azután a trópusok más területein ter-



mesztettek tovább. Ugyanezt megpróbálták a szegfűborssal is, például a Molukkákön és Ceylonon. Ezt a kísérletet azonban nem koronázta siker, mivel a növény csak a származási helyén fejlődik megfelelően, máshol legfeljebb satnya bogókat hoz. Így hát a jamaikai termesztőknek egyelőre nincs mitől tartaniuk.

A szegfűborsfa vékony törzse minden évben ledobja puha, világosszürke külső kérgét. Ágai magasan a föld felett nőnek, rajtuk nagyjából 10 centiméteres, lándzsa alakú levelek hajtanak ki párosával. Színük fényes sötétzöld, a fonákjukon világosabb, s ugyanazokat a fűszeres anyagokat tartalmazzák, mint a termés – főként eugenolt, ami a szegfűszegnek szintén alkotórésze.

### *A szegfűbors termesztése*

A növény borsószem nagyságú bogyója két, vese formájú magból áll, amelyek teljesen megérve és megszáradva mély, vörösesbarna színt kapnak. Addigra aromájuk döntő része elvész, ezért még zöld állapotban szüretelik le őket július-augusztusban. A betakarítás hagyományos módjának megfelelően fűrgé fiatalok kapaszkodnak fel a fákra letördelni a bogókat, amiket az asszonyok és a gyermekek a földről összegyűjtenek, majd megszáritanak – manapság már inkább sütőben, mint a napon. Egy fa terméséből évente általában 30-40 kilogramm szárított fűszer nyerhető.



*A jamaikai szegfűbors fáján borszerű levelek és fehér virágok nőnek. Rokonánál, a szegfűszegnél évente akár tízszer több fűszert is adhat.*



# Pirospaprika

*kerti bors, magyarbors, pogány paprika, törökbors, veres bors, spanyolbors;  
amerikai paprika, angol paprika, aranybors, guineai bors, ördögbors*



A 17. századi Budán Mehmed pasa megpillantott egy vizeskorsót cipelő, gyönyörű hajadont, akit azon nyomban a szerájába vitetett. A különös kertbe zárva a magyar szépség számos furcsa növényt megcsodálhatott – többek között olyan indákat, amelyekről nagy, szép piros termések csüngtek. A törökök ezeket porrá őrölték, amivel a saját és a háremhölgyek ételét ízesítették. A leány finomnak tartotta, ezért titokban összegyűjtött néhány magot.

A menyecske nem tudta elfeledni szerelmesét, az ifjú földművest, akivel jegyben járt, mielőtt a pasa tulajdona lett. A szerencse mellé szegődött: felfedezett egy titkos átjárót, amit gazdája építtetett, hogy szükség esetén azon át menekülhessen a palotából. A leány így minden éjjel ki-osont egykori vőlegényéhez, s egyszer a növény magjaival teli zsákot adott neki azzal: vigye haza és vesse el őket.

A fiú engedelmeskedett, és egy esztendő múltán a város összes kertjében paprikapalánták virultak. A magyarok majd' megőrültek az új fűszerért, főként vidéken. Nem sokkal később az osztrák seregek

kiűzték a mohamedánokat az országból. Ezután a kedvelt ízesítőszer egyre inkább elterjedt.

## Homályos származás

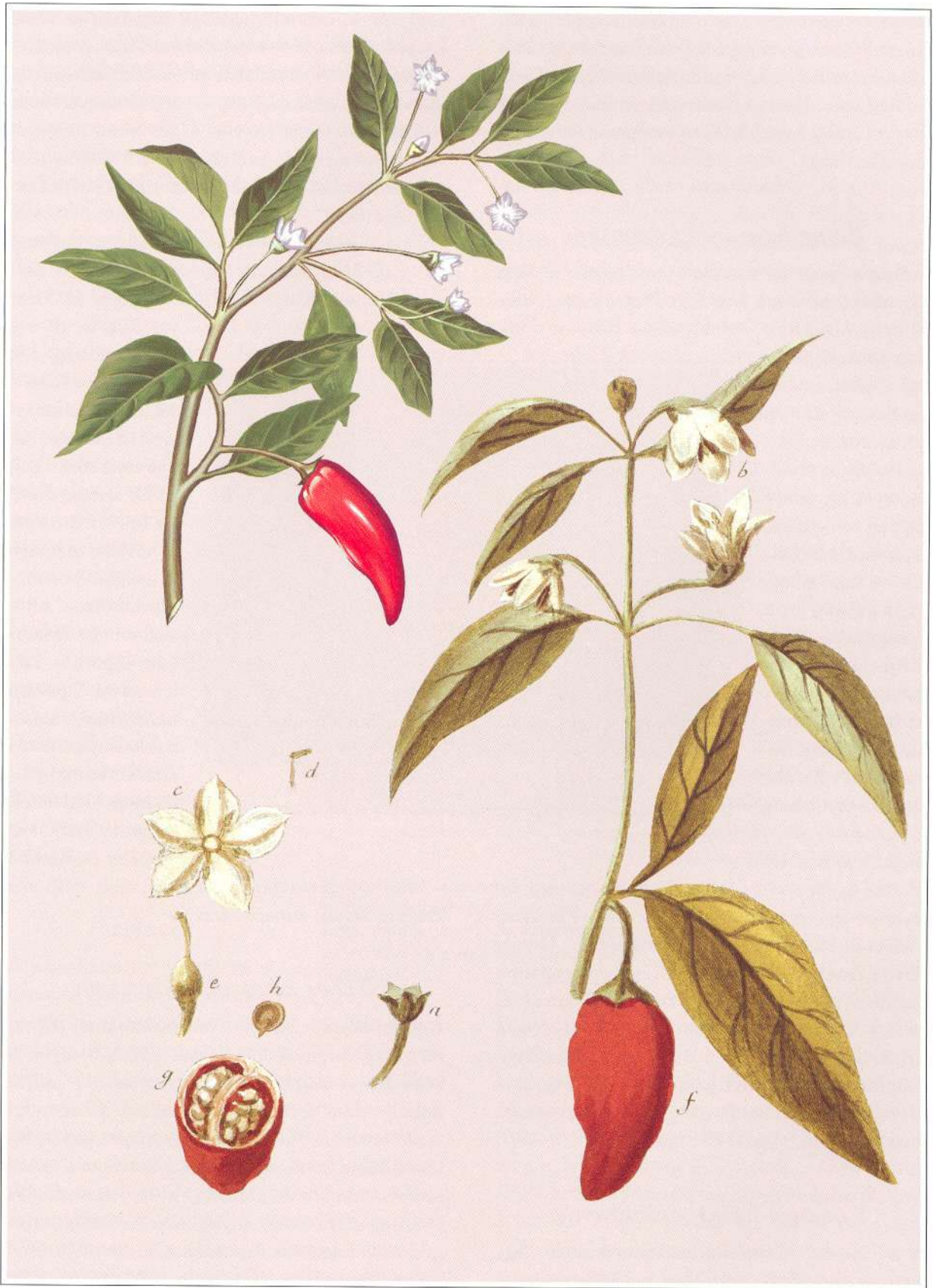
Ez a legenda tartalmazza azt a lehetőséget, hogy a híres magyar paprika a török hódítók révén került az országba. Már az ókori görögök *peperi*-nek hívták a fekete borsot, majd ugyanezt a szót használták erre a – 16. században megismert – „spanyolborsra”. A balkáni államokban is elterjedt – beleértve a Bolgár Királyságot és a Török Birodalmat, ahol *paparkának* nevezték el. Miután 1541-ben elfoglalták a Magyar Királyságot,

Fajneve: ..... *Capsicum annuum*,  
pirospaprika  
Családja: ..... *Solanaceae*, burgonyafélék  
Fűszerként használt része:  
Termése  
Származási helye: ..... Közép- és Dél-Amerika  
Termőterületei: ..... Magyarország, Bulgária,  
Franciaország, Spanyolország,  
Olaszország, Izrael, Egyesült  
Államok  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... red pepper  
franciául .... paprika  
németül ..... Paprika  
olaszul ..... peperone  
spanyolul ... pimentón

Fajneve: ..... *Capsicum frutescens*,  
cayenne-i bors  
Családja: ..... *Solanaceae*, burgonyafélék  
Fűszerként használt része:  
Termése  
Származási helye: ..... Közép- és Dél-Amerika  
Termőterületei: ..... Mexikó, Egyesült Államok,  
India, Indonézia, Kína  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... cayenne pepper  
franciául .... piment  
németül ..... Cayenne-pfeffer  
olaszul ..... pepe di Caienna  
spanyolul ... pimienta, chile



PIROSPAPRIKA





a törökök néhány bolgár telepest hívtak be, akik kitanulták a piros paprika termesztését. Feltehetőleg ezeknek a bevándorlóknak köszönhetik a magyarok a nemzeti fűszerüket, ami a fekete bors ősi indiai nevének végső metamorfózisa után „paprika” lett.

### *Kolumbusz érdektelensége*

A magyar paprika azonban csak egyike a világ különböző pontjain – a felfedezésük óta eltelt mintegy ötszáz év alatt – meghonosodott *Capsicum* nemzetségtagok számos változatának. Pedig Kolumbusz vajmi kevés figyelmet szentelt az Antillák botanikai kincseinek – a fekete borsot, a fahéjat és a szerecsendiót leszámítva. Hajóorvosa azonban mohó érdeklődéssel szemlélte az Újvilág flóráját. A sevillai Diego Alvarez Chanca adta Spanyolországnak az első le-

írást az új fűszerről, amit a helyiek *agi* vagy *aji* néven emlegettek – csakúgy, mint a mai Peruban. A híres, itáliai származású történetíró, Petrus Martyr Anglerius – aki az 1487-es esztendőben a spanyol udvar krónikása lett – 1493-ban arról számolt be, hogy a nyugaton újonnan felfedezett terület olyan borsfélével dicsekedhet, amely a „kaukázusi” változatnál sokkal erősebb – így hívták ugyanis az indiai borsot, egy régi félreértés következtében. (lásd 105. oldal!)

### *A nemesi házak dísznövénye*

Ez a „csípős” hír kezdetben nem kavart nagy port, de az előkelő kertekkel rendelkező arisz-

tokraták kitörő lelkesedéssel fogadták a csinos kis piros termést. A *Capsicum* növényeket eleinte pusztán esztétikai céllal nevelték, akár behozatala után a burgonyát. Néhány évtized elteltével azonban felismerték a paprika főzés terén megnyilvánuló kiemelkedő erényeit, és a Földközi-tenger medencéjében megkezdődött fűszerként való termesztése.

Ennek eredményeképpen a paprika egészen napjaink Magyarorszáig vándorolt. A 16. század végén eljutott a mai Csehországba és Szlovákiába is, illetve Németország déli területeire. Ezen a szélességi fokon viszont a kereslet hamar megszűnt. Csak a 20. század dereka hozott áttörést a növény számára a nyugati konyhaművészetben, zöldséggént és fűszerként egyaránt. Kelebre a *Capsicum* nemzetség tagjainak könnyebb dolga akadt. Az európaiak magukkal vitték Indiába, Délkelet-Ázsiába és Kínába – ahol a legerősebb változataik több milliányi számban váltak ismerős ízzé.



*Ezen a magyar ültetvényen a piros paprika egyik tüzes rokonát, a cayenne-i borsot termesztik.*

### *Tüzes ízhez illő tüzes szín*

A paprikák a burgonyafélék családjának tagjai, rengeteg mérgező növényvel együtt – ilyen a beléndek, a csattanós maszlag, valamint a nadragulya –, de a dohány és a népszerű paradicsom is ide tartozik. Nagyjából ötven *Capsicum* faj létezik, ebből kettő játszik fontos szerepet a főzési szokásainkban. A paprika, avagy spanyolbors (*Capsicum annuum*) enyhe, üdítő zöldség, amit gyakran emlegetnek „pimiento” néven. Viszonylag nagy termésének eredetileg zöld színe az érés

során pirosra vagy sárgára változik. Salátákhoz, hús-, illetve halételekhez népszerű, alkalmanként pedig darált hússal vagy fűszeres rizszel töltik meg, gyakran szendvicsre teszik. Egynyári növény, ami méteresre megnő, és termésének C-vitamin-tartalma szokatlanul magas.

A minőségét egyszerű, gyakorlatias módon állapíthatjuk meg: „minél intenzívebb a színe, annál erősebb az íze”, tehát a sárgásfehér paprika a legenyhébb zamatú. A vastag héjú, sárga változat édesebb, ezért tökéletesen illik például a sajtos kenyérre. Ezzel ellentétben az éretlen zöldpaprika kesernyés lehet, így inkább tartózkodjunk a használatától. A piros

termés íze igen erős, ám ennek is létezik szelídebb variációi. Ilyen a fényes, mélyen bordázott, sötétpiros „cseresznyepaprika”, amely késő ősszel terem. A kisebb méretű termések nagyobb koncentrációban tartalmazzák a fűszeres hatóanyagot, így ezek a legcsípősebbek.

### Puskapor

A paprikaporral a gulyáshoz hasonló fogások és számos egyéb leves, egytálétel, főzelék elkészítésekor élnek. Olyan változathoz nyerik, aminek fényes, piros, kúp alakú gyümölcse viszonylag apró. Mint minden *Capsicum* növénynél, a zamat intenzitását ebben az esetben is egy keserű összetevő, a kapszaicin határozza meg, míg a szín a kapszantin és a karotinnak köszönhető – ez utóbbi megtalálható a répában. A kapszaicin íze olyan átható, hogy még akkor is tisztán érezni, ha egyetlen grammját tízezer liter vízben oldják fel.

Az aroma erőssége az ényhe spanyol és a csípős magyar variáció közötti skálán ingadozik.

A paprika sok munkát igénylő fűszernövény, mivel a palántát külön kell nevelni, s csak idővel ültethető ki a kertbe. Azelőtt az érett termést a leszedés után hetekig a napon szárították, de manapság már ipari módszerekkel, meleg levegőt alkalmazva végzik ezt az eljárást. Mindenki, aki valaha is felvágott egy paprikát, láthatta, hogy a magok vékony, hosszirányú ereken nőnek. Minél több mag és ér marad meg a szárítási folyamat végére, annál csípősebb lesz a fűszer.

A magyar normák szerint a legjobb minőségű a „csemegepaprika”, amiből az

ereket kivágták és csak néhány mag maradt meg

– miután kivonták belőle a kapszaicin egy

részét. Ez a gyengébb változat kedvelt a leginkább

például az Egyesült Államokban.

Sokkal csípősebb a „rózsapaprika”,

ami Németországban rendkívül népszerű,

de Skandináviában is használatos.

A magyarok nem kiugróan magas, inkább átlagosnak tekinthető mennyiséget fogyasztanak belőle.

Ha még több színes paprikát akarunk a tányérunkon látni, akkor a kevésbé erős

fajták közül válasszunk, különben a vendégeink szeme csúnyán könnybe lábadhat. Fontos tudni, hogy ha piros paprikával főzünk, ne engedjük a port túlságosan felmelegedni az olajban, különben elveszíti jellegzetes színét és ízét. Először pirítsuk meg a húst, húzzuk le a tűzről, s csak ezután adjuk hozzá a fűszert, amit hagyjunk hatni, amíg a hús kis lángon tovább sült, illetve párolódik.

Napjainkban – hagyományos hazáján, Magyarországon kívül – legfőképp Bulgáriában, Spa-



*A lenyűgöző látványt nyújtó piros paprikapor erőssége attól függ, mennyi került az őrleménybe az erekből és a hozzájuk tartozó magokból.*

*Paprikák szemet gyönyörködtető szín- és formakavalkádja.*



nyolországban, Portugáliában, Marokkóban és Dél-Kaliforniában nevelik. A II. világháború előtt Magyarország és Bulgária gyakorlatilag monopóliummal rendelkezett; a háború azonban lehetetlenné tette a nyugati exportot. Így megugrott a tengerentúli termesztés, jórészt az Egyesült Államokban, hiszen ott a paprika már korábban is meglehetősen keresett ízesítőnek számított.

### *A méregerős cayenne-i bors*

Szintén fontos faj a *Capsicum frutescens*, amit olyan csípős fűszerek elkészítéséhez használnak, mint a cayenne-i bors, a tabasco, valamint a chili, és alapanyaga számos kínai chilis szósznak, illetve tésztának. Fás szárú, évelő növény, mely másfél méteresre megnő, míg termése csupán 2-4 centiméteres. A csípős zamatok kedvelő területeken még erősebb változatai honosodtak meg.

Az őrlött cayenne-i bors alapanyaga valójában nem Francia Guyana fővárosában, Cayenne-ben

terem, hanem a világ más országaiban, de eredetileg valószínűleg onnan származik. Afrikai variánsai olyan sok kapszaicint tartalmaznak, hogy a szakácsok szemét és bőrét is irritálják. Ha valaha paradicsom helyett véletlenül egy darab trópusi *Capsicum* kerül a szánkba, minél előbb jusson eszünkbe: ezt a tüzet nem csillapítja a víz, inkább próbálkozzunk egy teáskanálnyi cukorral! A fűszer szelídebb fajtája a Törökországban és az Egyesült Államok déli részén megtalálható piros paprika, mely valamivel nagyobb, kevésbé csípős termést hoz.

### *Chilipor*

A viszonylag enyhe ízű chiliporkeverék nagy népszerűsége tett szert keleten és nyugaton egyaránt. Az erősebb *Capsicum*-féléken kívül tartalmazhat oregánót, köményt és fokhagymát. Ehhez hasonló elegyet használtak az aztékok már Kolumbusz érkezése előtt, noha ők helyi növények-



ből készítették el. A főzési szokásaikat átörökölték a későbbi mexikóiakra, s az ő hagyományos, chilis ételeiket – ilyen a *chili con carne* – immár világszerte élvezhetjük.

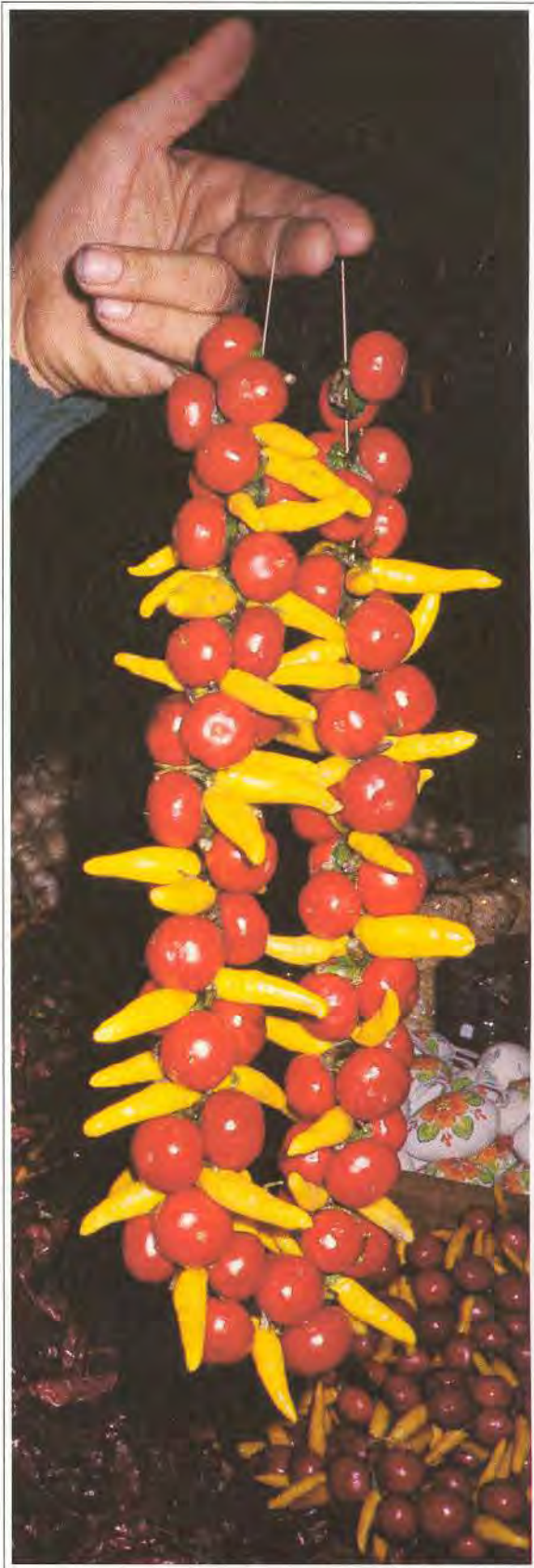
Furcsa módon a mai chiliport nem mexikóiak, hanem texasi angol telepesek alkották meg, s nevezték el. Amikor a „barbecue” néven ismert főző- és társasági eseményről beszélünk, akkor az Antillákról elterjedt kifejezést használunk, amely eredetileg a Közép-Amerikából származó szószoikat, valamint fűszereket jelentette. Ami mindegyikben közös – bár más-más arányban –, az a fentebb említett, fő *Capsicum* fajok (*Capsicum annuum* és *Capsicum frutescens*).

### Végtelen számú variáció

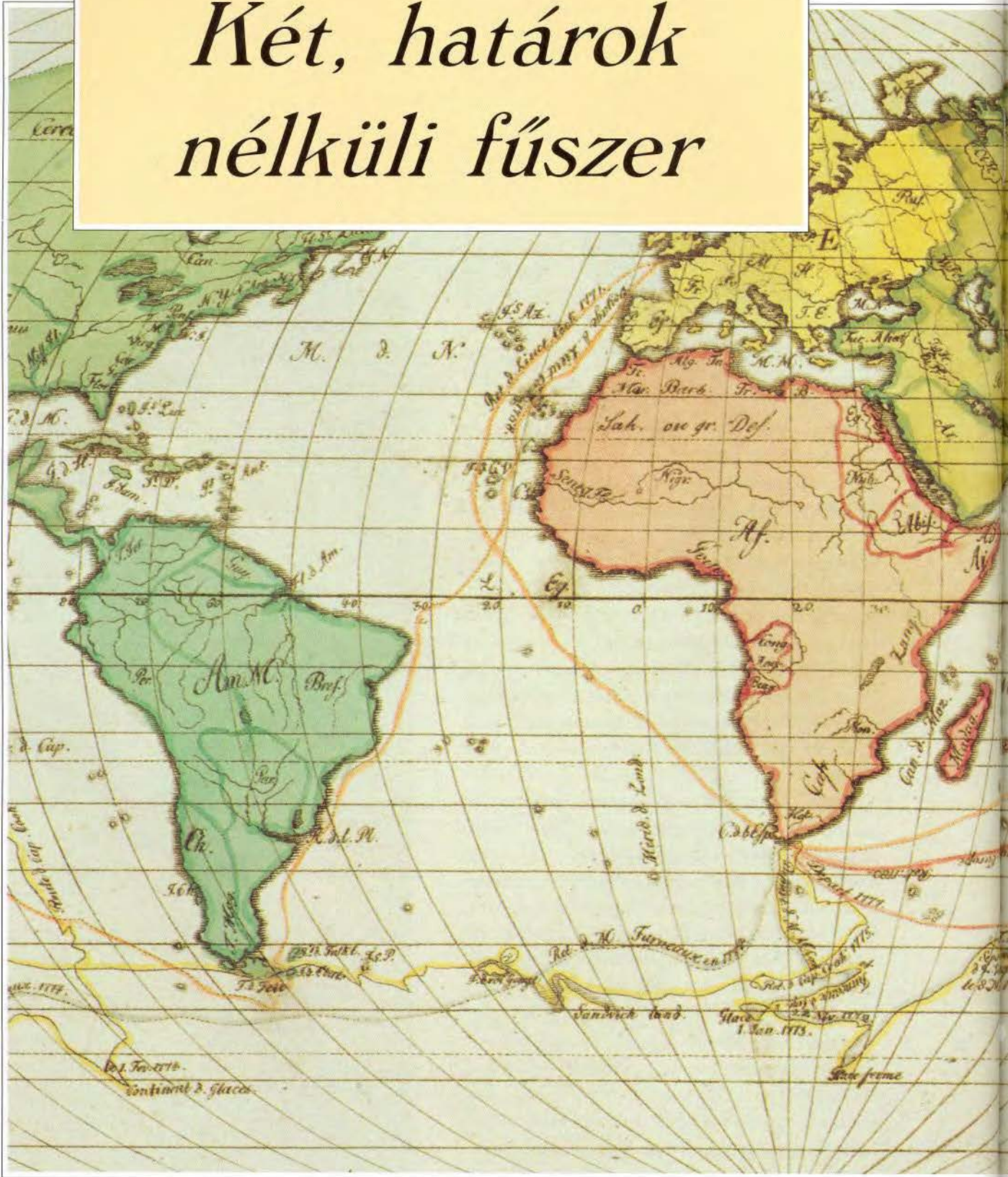
E két, széles körben elterjedt növény mellett létezik néhány, melyet csupán viszonylag kevés helyen alkalmaznak. Keleti hangzású neve ellenére főként Nyugat-Indiában, Közép-Amerika déli és Dél-Amerika egyes részein honos a *Capsicum chinense*. A *Capsicum pendulum* vagy *baccatum* kedvelt Peruban, Ecuadorban és Bolíviában. A feltűnően szőrös *Capsicum pubescens* az Andokban, illetve Közép-Amerika más, magasan fekvő területein nő. Még zavaróbb, hogy léteznek olyan *Capsicum* változatok, amik megszólalásig hasonlítanak a cseresznyére vagy a paradicsomra – de egy harapással megbizonyosodhatunk kilétekről.

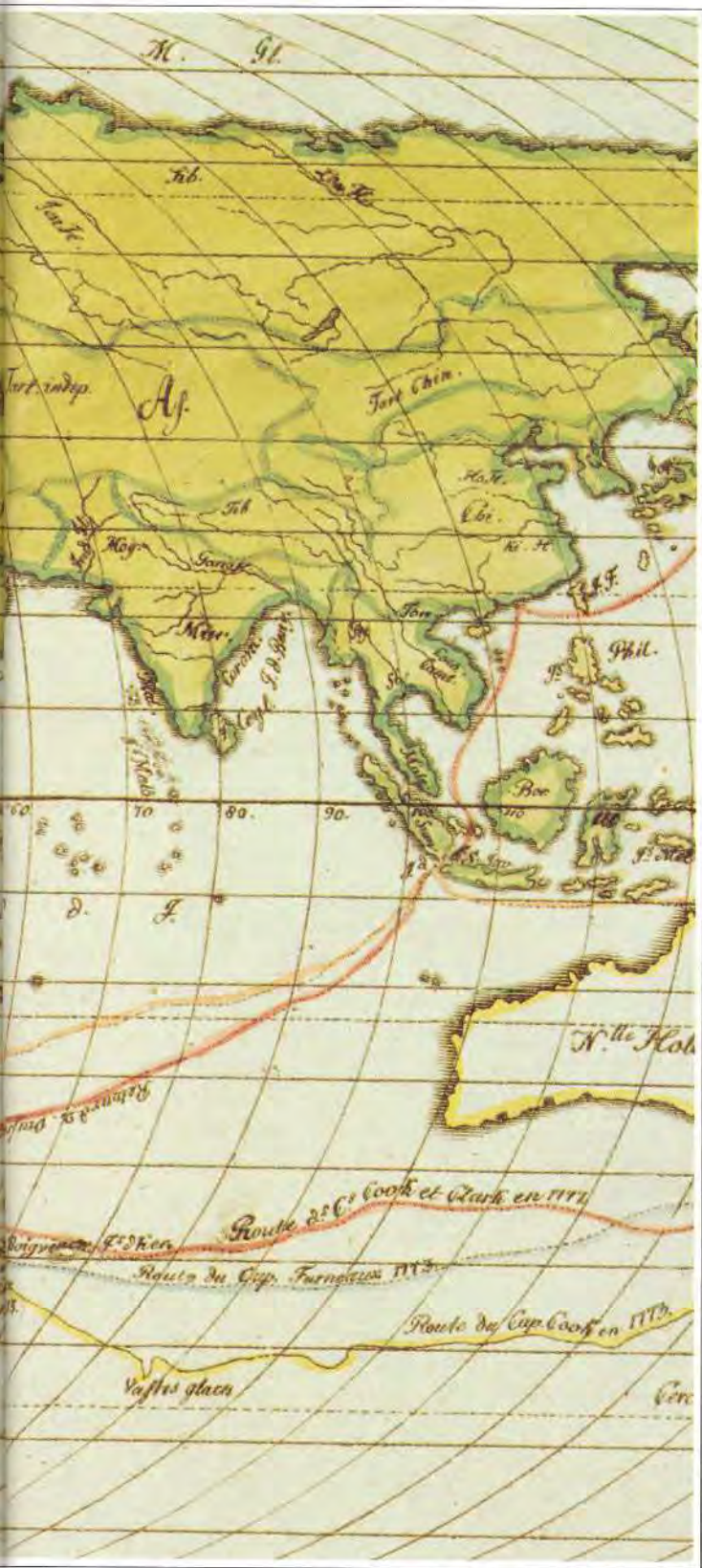
Zárjuk hát e részt egy örökérvényű mondattal, melyet mindenki, aki valaha megízlelte az igazi magyar gulyást, biztosan megerősít: „Van, aki gazdagságra áhítozik, akad, aki hírnévre, de mindenki vágyik egy jó gulyáslevesre!” Sokunk könnyebben éri el ez utóbbi célt, mint bármelyiket az előbbieik közül. Viszont azoktól eltérően, ennek nem lehet keserű, csak mennyei a végeredménye.

*Az erősebb ízű paprikák különféle változatai – egyazon fűzéken.*



# Két, határok nélküli fűszer





## *Cukor és só* – mindennapi ízek

Az ízezésünk meglehetősen egyszerűnek mondható. Az emberi nyelven csupán négyféle ízezőbimbó található, amik kizárólag az ún. alapízekre reagálnak: édesre, savanyúra, sósra és keserűre. Minden mást, amit zamatként azonosítunk, az ízezésünk segítségével siető szaglászunknak köszönhetünk. Ennek a két érzezőnek az együttműködése teszi lehetővé, hogy például a fűszerek aromáját felfedezhessük. Mindannyian tudjuk, milyen élvezhetetlennek bizonyul a legfinomabb étel is, ha a náthától bedugult orrunk miatt csak az ízezőbimbóinkra támaszkodhatunk.

A felsorolt négy alapíz az állatok döntő része felismeri – még a rovarok is. A pillangó érzezéséhez képest a miénk valóban rendkívül kezdetleges: a lepke kétszázszor hígabb folyadékban képes megérezni a cukrot, mint amiben az ember még észleli az édes zamatot. Létezik tehát olyan terület, ahol az apró teremtmények vitán felül legyőznének minket.

Az alábbiakban tárgyalt két alapvető anyag – a cukor és a só – számtalan élelmiszerben jelen van, az emberiség mégsem elégedett. Mindig több sós, illetve édes ízre vágyunk, mint amivel a természet ellát bennünket, ezért gazdag forrásokat kerestünk, amik végre kielégítik igényeinket. Ez már önmagában azt bizonyítja, hogy a só és a cukor fűszerek – vagyis olyan anyagok, amik kellemesebbé teszik az étkezést. Az ilyen élvezet pedig elengedhetetlen része annak, amit kultúrának nevezünk.

# Cukor

*nádméz: répacukor*



A szájpaddlás igényei közül talán az édesség iránti sóvárgás lehetett az első, amit az emberiség csillapítani tudott – s már jóval azelőtt, hogy fajunk teljesen kifejlődött volna.

## *Méz – a legősibb édesítőszer*

Ha a kultúrtörténet szavakban és képekben jól dokumentált vonatkozásait vizsgáljuk, láthatjuk, hogy szinte a világ minden részén használták a méhek által összegyűjtött virágnektárt – ételeket és italokat édesítettek vele.

Évszázadokon keresztül elegendőnek bizonyult a természetben megtalálható mennyiség, ezért a vadméheket fontos mézforrásnak tekintették – számos korai jogi kódex tesz említést róluk. Nehéz problémának bizonyult, vajon a raj otthonában fellelhető zsákmányt milyen arányban kell felosztani a megtaláló és a földbirtokos között

– ezt minden társadalom eltérő módon próbálta megoldani. Mindez teljesen érdektelenné vált, amikor az emberek kaptárakat kezdtek telepíteni a kertjükbe. Ezeket azonban időről időre vadméhekkel kellett

„feltölteni”, mivel nyár végén a hasznos rovarok legnagyobb része még a méz és a viasz begyűjtése előtt óhatatlanul elpusztult az elkábításukra geresztett füsttől.

A méhviasz kifejezetten értékes kereskedelmi cikknek számított a középkorban. Leginkább gyertyák készítésére szolgált, amiket milliószámra égettek a templomokban. Ezt a mai napig élő szokást, mely leginkább Kelet-Európában vert gyökeret, a Hanza-városok kereskedői terjesztették. Amikor a törökök bevették Konstantinápolyt és az ortodox kereszténység számos más központját, a méhviasz piaca – például Lengyelországban – igencsak visszaszorult.

Fajneve: ..... Saccharum officinarum,  
cukornád  
Családja: ..... Gramineae, pázsitfűfélék  
Fűszerként használt része:  
A szárában található nedv  
Származási helye: ..... India  
Termőterületei: ..... Argentína, Brazília, Kolumbia,  
Kuba, Dominikai Köztársaság,  
Egyiptom, Dél-Afrika, India,  
Pakisztán, Fülöp-szigetek, Kína,  
Ausztrália, Egyesült Államok  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... sugarcane  
franciául .... canne a sucre  
németül ..... Zuckerrohr  
olaszul ..... canna da  
zucchero  
spanyolul ... cana de azúcar

Fajneve: ..... Beta vulgaris (var. altissima),  
cukorrépa  
Családja: ..... Chenopodiaceae, libatopfélék  
Fűszerként használt része:  
Főgyökere  
Származási helye: ..... Európa  
Termőterületei: ..... Franciaország, Olaszország,  
Spanyolország,  
Lengyelország, Törökország,  
Kína, Egyesült Államok  
Általánosan használt neve:  
angolul ..... sugar beet  
franciául .... betterave  
sucriere  
németül ..... Zuckerrübe  
olaszul ..... barbabietola da  
zucchero  
spanyolul ... remolacha





*Beta vulgaris*, L. *Saccharum* or *Saccharum officinale*, Bot. Das Zuckerrohr



*A fő édesítőszer szerepét hosszú időn át betöltő méz begyűjtésekor használt füsttől egész méhrajok pusztultak el, így folyamatosan vadméhekkel kellett „feltölteni” a kaptárakat.*

### *A gazdagság ékes bizonyítéka*

A prehisztórikus társadalmakban a méhtartás ugyanolyan népszerűnek számított, mint a méz bőséges használata édesítő, orvosi vagy egyéb célokra. A csípős rovar a bronzkorban a termékenység jelképe volt többek között a Földközi-tenger medencéjének keleti részén, míg a méz a nemzeti gazdagság és az egyéni vagyon gyakori szimbóluma lett. Ezzel a jelentéssel találkozhatunk a Bibliában, Homérosznál, illetve a finn (*Kalevala* és *Kanteletar*) és az észti (*Kalevipoeg*) epikus költészetben.

Még a száraz hangvételű hivatalos feljegyzésekből is kitűnik a lépesméz utáni sóvárgás. Mi másért akarta volna Hódító Vilmos, hogy minden megyében gondosan leltárba vegyék a méhkaptárakat, és beleírják az angol *Domesday Book* nevet viselő földbirtokkönyvbe? Az „édesszájú” Nyugat-Európa azonban többet kívánt, mint amivel a saját méhei el tudták látni. Ezért Oroszországból, Lengyelországból, valamint Litvániából exportáltak mézet.

### *Az isteni mézsör*

Kétségtől már az antikvitás ködbe vesző korában felismerték, hogy az erjesztett mézes víz – az emberek nagy öröme – alkohollá válik, amit később mézsörnek neveztek el.

A különféle civilizációk magát a mézet, illetve a mézsört – ez utóbbit más szeszes italokéhoz hasonló, mámorító hatása miatt – az istenekkel kapcsolatosnak, vagyis minden jó forrásának tartották. Mindkettő gyakorta feltűnik mítoszokban és vallási rítusok kapcsán szerte a világon. A germán mitológia szerint, aki a bölcs Kvasir vérével elkevert sört megkóstolta, költővé lett. Valhallásban, a harcban elesett hősök gyülekezőhelyén élt egy csodálatos kecske, Heidrún, amelynek tőgye naponta annyi mézsört adott, hogy

attól mindenki lerészegedhetett. Az ókori Görögországban a holt lelkek is természetesen mézet kaptak az elíziumi mezőkön, ahol a nektárt istenáldozatként mutatták be.

### *Örök élet a méz révén*

Hamar felfedezték, hogy a méz milyen remekül tartósít a gyümölcstől kezdve a húson át bármiféle élelmiszert. Innen már csak egy lépés kellett, hogy holttestek bebalzsamozására is alkalmazzák. A görög szerzők lejegyezték azt az egyiptomi szokást, miszerint úgymond „megcukrozták” a tetemeteket a körülményes, drága mumifikálás helyett. Ha egy uralkodó – leggyakrabban háborúban – országától távol hunyt el, testét hatalmas, mézzel teli edényben szállították haza a temetésre. A történetíró Statios elbeszélése szerint így jártak el Nagy Sándor elhunytakor is.

### *Keleti újítások*

Egyes kultúrákban más módon oldották meg az édesítést. A datolyából sajtolt cukros lé – a datolyaméz – a virágnektárnál sokkal elterjedtebbnek számított Asszíriában, Babilóniában, valamint Mezopotámiában. A növény egy bizonyos fajtája több mint 50 százalékban tartalmaz cukrot, és a pálmafák termőterületein uralkodó forró éghajlat remeknek bizonyult az ilyen cukor előállításához. A legjobb példa mégis India, ahol felfedezték, hogy egyik növényükből – a cukornádból – édes nedv préselhető ki, ami végül a világ cukorellátásának legfőbb forrása lett.

*Így fest egy cukornádtő. Maga a növény akár a négyméteres magasságot is elérheti.*



Bengália és Asszám tartományokban a természet gigantikus melegháza hozott létre, ahol egész évben forró a levegő és párás monszunszél fúj az Indiai-óceán felől. Ezek a tényezők okozzák a legnagyobb csapadékmennyiséget a Földön, ráadásul számos folyó szállítja erre a partvidékre a hegyekben összegyűjtött vizet. Ezen a területen nő a cukornád is, egy vízigényes pázsitfűféle. Az itt honos változat nedve legfeljebb 5 százalék cukrot tartalmaz – ez a hozam azonban megfelelő természettel növelhető, illetve szerényebb esőzés mellett a bambusszerű rostjai sokkal édesebb levelet állítanak elő. Számos vadon élő növény hasonló a cukornádhoz, de ezek közül valószínűleg egyiket sem nevezhetjük a mai faj – a *Saccharum officinarum* – elődjének. Ez csak nemesített formában

fordul elő, s feltehetőleg az egykor, illetve ma létező, több vad fajta keresztezéséből alakult ki.

Amikor az európai felfedezők elérték a Hátsó-indiai-szigeteket és a Csendes-óceánt, Bengáliától olyan távol eső területeken is találtak cukornádat, mint a Tonga- és a Húsvét-szigetek. Csupán ültetvényeken látták, a természetben sehol. Úgy tűnik, a malájok és a polinézok honosították meg, akik szinte az egész szigetvilágban terjeszkedtek. A látogatók azt is észrevették, hogy a helyiek sosem készítették cukrot a nádból, hanem rágcsálták és szopogatták, mintha nyalóka lenne. Máskor a növény nedvét alkohollá erjesztették – ahogy azt hajdan Indiában is tették.



### *Kristály a nádból*

A mai napig nem tudni pontosan, először mikor állítottak elő cukrot a nád levének felforralásával, de valószínűleg India volt a helyszín. Ugyanazt az egyszerű technikát követték, amit hasonló célokra – például a só lepárlására – már széles körben ismertek. Az egyiptomiak így sűrítették a szőlőlevet, míg az őslakos mexikóiak az édes kukoricából nyertek ekképpen cukros nedvet.

A „cukor” szó egészen az arab (*sukkar*) vagy a szanszkrit (*sarkara*), eredetileg „finomított cukornádlé” jelentésű kifejezésekre vezethető vissza. Kezdetben azért hevítették fel a nádból



*Cukor – változatos formákban: gyümölcs-cukor; porított répacukor; kandiscukor; finomítatlan melasz-cukor; cukornádból készült kockacukor; háromféle – cukorrépából és cukornádból – nyert kristálycukor; méz, répacukorból származó kockacukor; szirup.*

mény „cukorveknik” maradtak hátra, amiket akár azonnal el is adhattak.

### *Cukortermesztés*

Az indiai fűszernövények – mint a kardamom, a fahéj és a bors – már rég eljutottak a világ távoli szegleteibe, noha erre egyetlen hatékony módjuk kínálkozott: a kereskedelem. Amíg az európaiak el nem vitték őket a trópusi gyarmataikra, csak a származási helyükön hoztak termést. A cukornáddal azonban más-

nyert folyadékot, hogy tovább elálljon – ami egy kereskedelmi cikk esetén lényeges szempontnak számított. Indiában a cukros lé és a szirup még a cukornádültetvényektől messze fekvő területeken is általánosan használt orvosságként szolgált, amit a leprától kezdve az epekövön át sok mindenre hatásosnak tartottak. Feltehetően nagyjából a Kr. e. 5. században folyamodtak új módszerhez, mert még könnyebben szállíthatóvá akarták tenni a szirupot: hatalmas, lapos tálakban lehűtötték a masszát, ily módon cukorkristályok alakultak ki. Ezeket azután szövetszakokban összenyomták, hogy az összes felesleges nedveséget kipréseljék belőlük, s így kizárólag a ke-

képp állt a helyzet, mert a keleti és a mediterrán éghajlatú területeken egyaránt kezdettől fogva termesztették.

A Kr. u. 4. századra a szilárd cukor előállítását egész Indiában ismerték. A gyorsan tanuló kínaiak az 5. században országuk déli részén hozták létre cukornádültetvényeket, és a 7. századtól dokumentálták is a cukorgyártást. A növény az 5. században átjutott az Indus-folyón. Néhány évtized múltán Perzsiában szintén meghonosították – főként gyógyászati célokra.

Az *Ezeregyéjszaka* meséli a következő történetet mondja el: I. Khosru, Perzsia uralkodója (531–579) eltévedt egy hadjárat alatt, és meg-

szomjazván inni kért a közelben lakó szép parasztlánytól. Ő hóban elkevert cukorlével teli serleget kínált neki. Miután jóízűen bekebelezte, Khoszru kért még a finomságból, és azt gondolta: Ezek az emberek biztosan nagyon meggazdagodtak ezen az ízletes italon, ezért több adót kellene fizetniük! Kicsinyes elképzelése miatt azonban a cukornád a továbbiakban nem adott ínycsiklandó nedvet. A király csak azután ihatott belőle újra, hogy megbánta tettét. Ezután végérvényesen rákapott az édességre, és cukornádültetvényeket hozott létre a főváros környékén.

A cukornádtermesztés perzsi elterjedése nagyjából egybeesik Khoszru uralkodásának idejével. Ez a kereskedelem az idő tájt történő megindulásával magyarázható, illetve azzal, hogy a cukrot ekkor kezdték el nagyobb mennyiségben, helyben előállítani. Ha hihetünk a perzsa tudósoknak, ebben az államban próbálták meg elsőként finomítani a cukrot – többször újra felforralták, és kiszűrték belőle a szennyeződéseket.

### *Az arab cukornád*

Immár az arabokon volt a sor, hogy megismerkedjenek a cukorral, s ez döntő lépésnek bizonyult annak nyugati elterjedésében. Az első damaszkuszi arab udvar a 7. század közepén tudott hozzáférni a termőterületekhez, miután Omar kalifa hatalmas hódító hadjáratokba kezdett. 762-ben a kalifák Bagdadba költöztek, amely az akkori fő cukorelőállító régió közepén helyezkedett el. Az arabok nagyon megkedvelték az új édesítőszeret, s ezért a Perzsiától az Atlanti-óceánig húzódó óriási birodalmuk minden szegletébe eljutott. Az egész kalifátusban termesztették – a finomítási módszert pedig korszerűsítették, főként Egyiptomban, ahol ősidők óta jól ismerték a kémiai folyamatokat. Az ott készített cukor így rendkívüli hírnévre tett szert, a vegyi anyagokkal végzett tisztítási metódus pedig gyorsan elterjedt Perzsiában, Indiában és Kínában is.

Az arabok cukor iránti lelkesedése határtalanul bizonyult. Fennmaradt néhány történet olyan nemesemberekről, akik reggeltől estig szinte kizárólag édességeket ettek és ittak. A cukrászok



mérhetetlen megbecsülésnek örvendtek a kalifák és a hercegek asztalánál. 1040-ben a kairói szultán a Ramadán végét mulatsággal ünnepelte meg, melynek során 75 tonnányi cukrot használtak fel. A királyi szobákat is az édes anyagból formázott apró szobrokkal, fákkel és virágokkal díszítették. Úgy tűnik, óriási cukrászata és valószínűleg csodálatos csemegekészítő-armadája lehetett.

### *A cukor útja Európába*

A cukor útja Egyiptomból nyugatra vezetett, Észak-Afrikán keresztül Spanyolországba. Fontos eseménynek számított az édesítőszer jövője szempontjából, amikor az arabok a 8. században elfoglalták Szicíliát. Az azt megelőző időkből akad utalás arra nézve, miszerint a Római Birodalomban nem ismerték a cukrot. A Diocletianus császár által a Kr. u. 3. században kiadott, „az árucikkek legmagasabb árának listája” ugyanis nem tartalmazza. A valamivel későbbi, az Alexandriából Buzantionba érkező termékek jegyzékében sem említik. Biztosan tudjuk, 627-ben számon tartották a Hérakleiosz bizánci császár perzsa hadjárata során szerzett zsákmányban. A következő évszázadokban Bizánc békésebb kereskedelmi kapcsolatot alakított ki Bagdaddal, ahonnan az arab cukor így nagy mennyiségben áramlott. Az utóbbi két helyen is – csakúgy, mint Itáliában – elsődlegesen gyógyszerként becsülték.



Az európai áttörést igazából a keresztes hadjáratok hozták meg, melyek révén számos nyugati arisztokrata ismerkedhetett meg az arab konyhával, majd megkedvelték az új édesítőszert. Amikor 1072-ben a normannok megszerezték Sziciliát, végre-valahára cukortermő terület került a nyugati világ kezébe. Amint a cukor iránti kereslet megugrott, az itáliai kikötővárosok – Genova és Velence – lettek a földközi-tengeri szállítás és az európai kereskedelem fő központjai.

### *A cukor eljut az Újvilágban*

Csupán ötven évvel Kolumbusz partraszállása után a spanyolok cukornádat kezdtek termesztetni az Antillákon, s ezzel szomorú fejezetet nyitottak a cukor történetében. A nagy szigeteken lévő ültetvényeken dolgozó kezek kellettek, de a helyi munkaerő hamar elfogyott; tömeges haláluk főként a bányamunkának tudható be – a gyarmatosítók azt remélték, aranyat találnak. A felvirágzó, Atlanti-óceánon átívelő rabszolga-kereskedelem lett a gyarmatosítók megmentője – és egyben az afrikaiak sorsának megpecsételője. Az első „cukorsziget”, a ma Haitihez és a Dominikai Köztársasághoz tartozó Hispaniola a 17. század végén a franciák birtokába került, és az 1700-as évekre cukortermelése az európai fogyasztás felét szolgálta ki. Franciaországot ez teljes megelégedéssel töltötte el – az 1763-as párizsi békében inkább

*Egy 19. századi atlaszban megörökítették, amint a levágott cukornádat préselni viszik.*

lemondott Kanadáról és a mai Egyesült Államok feléről, semmint feladja az Antillák cukortermő területeit. Néhány évtizeddel később mégis darabokra hullott a monopóliuma.

1791-ben a hispaniolai rabszolgák fellázadtak – a francia telepesek döntő részét lemészárolták, az ültetvényeket és a gyárakat pedig felégették. Ezután a forradalom és a napóleoni háborúk vágták el az anyaországba vezető kereskedelmi útvonalakat. Anglia örömmel vette át a jövedelmező cukoripart, melynek központját Liverpoolba költöztette. Napóleon „kontinentális zárata” azonban éveken keresztül az európai piac nagy részét elszigetelte az angol export elől.

A 18. század vége táján német kémikusok felfedezték, hogy a répák nemzetségének (*Beta vulgaris*) egyik tagjából, a cukorrépából is kivonható az édesítő. Mivel az Antillákról nem érkezett nádcukor, Napóleon a répacukorgyártás elindítására kényszerült. Noha bukásával újraindult a nádcukor behozatala Európába, az olcsóbb répacukor tovább élt, majd idővel számos országban nagy népszerűsége tett szert. Mindezzel együtt a világ cukorárai a mai napig jelentős hatással vannak a cukornád termőterületeinek gazdaságára – főként Kubáéra, illetve Mauritiuséra.

### *A cukor előállítás*

A cukornád, a *Saccharum* nemzetség pázsitfű-féléje trópusi és szubtrópusi éghajlaton terem. Dugványról szaporítják, amelyből rövid idő alatt akár hat méter magasra és öt centiméter vastagra is megnövő hajtás sarjad. 12-18 hónappal később a nádat levágják, majd rögtön újra szárba szökken, így a betakarítás éveken keresztül, állandóan folyhat. A gyárban a nádat hengerekkel áttörik, azután a préselt növénydarabokat átmosák, hogy még több cukrot nyerjenek belőle. Egy tonnányi nád legalább 125 kilogramm édesítőszert ad. Általában az importáló országok készítenek belőle fehér kristályokat, s azokból kockákat.







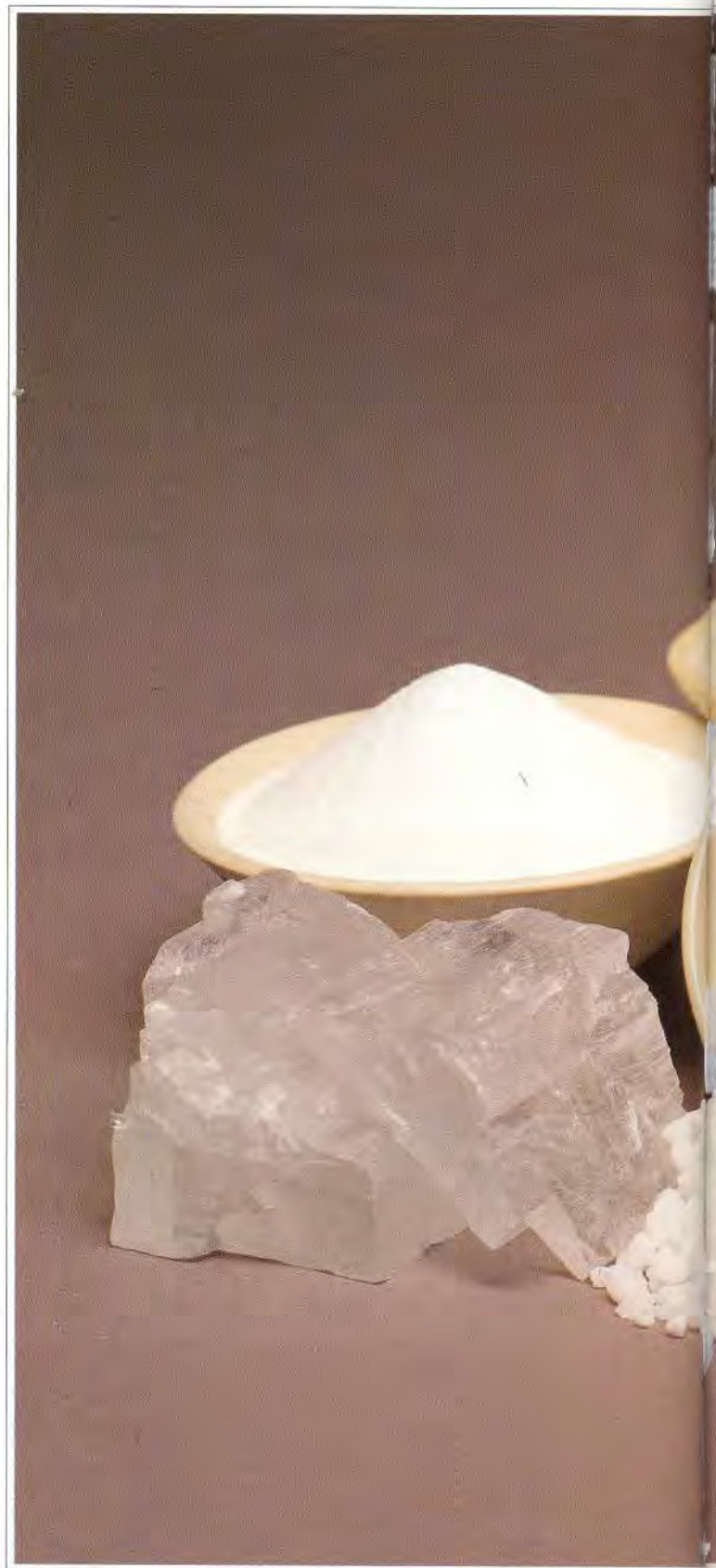
ható: nem csupán a könnyben és a verejtékben, de az izmokban és a testnedvekben is – fontos szerepet tölt be testünk megfelelő működésében. Naponta átlagosan 6-8 gramm külső sóbevitelre van szükségünk, mely mennyiség a hőmérséklettel, illetve a terheléssel arányosan növekszik. A régi háztartási könyvek azt ajánlották, hogy egy rabszolga legalább 20 grammot kapjon belőle minden áldott nap, ami meglehetősen soknak számítana – gazdasági és fiziológiai szempontból egyaránt –, ha nem kellett volna izzadságos munkát végeznie. De még mi, átlagemberek is, akik csak kocogásnál vagy napozáskor verítékezünk erősen, sokkal többet fogyasztunk a nélkülözhetetlen napi 5 grammnál. Ez inkább az ízlésünknek és a főzési szokásainknak tudható be, semmint annak, hogy szükségünk lenne ennyi sóra.

### *Só a romlás ellen*

Számos civilizációban a só egyszerű és kényelmes megoldást nyújtott az étel tartósítására. Az iparosodást megelőzően az emberek főleg önellátó birtokokon éltek, ahol néhány alapvető élelmiszert konzerválni kellett, hogy egész évben hozzáférhető legyen. Manapság, amikor a boltokban friss ételt vásárolhatunk az esztendő bármely napján, elődeink éves előrelátása teljesen feledésbe merült. Számos étünk mégis egy évezredes tartósító módszernek köszönheti ízletességét.

Az észak-európaiak sokszor csak nyáron ihatnak tejet, mivel a tehének nem adtak elegendő mennyiséget az istállóban töltött, hideg téli hónapok alatt. Ezért nem fogyasztották el az összes fehér nedűt a meleg időszakban, hanem vajat és sajtot állítottak elő belőle, és mindkettőt megsózták, hogy tovább elálljon. Délebbre a szarvasmarhákat folyamatosan a szabad ég alatt tarthatták, állandóan fejhatték őket, és nem kényszerültek mindenáron feldolgozni a tejet, így a vaj szere-

*A só számtalan alakban jelenhet meg, és legtöbb formájában emlékeztet a cukorra – a szánkban azonban egyből fény derül az igazságra. Így fest a finomítatlan tengeri só, a finomított és finomítatlan kőszó, valamint két természetes sókristály.*





pét a növényi olaj vette át – mint a legfontosabb étkezési zsiradék.

### *Sózott hal*

A lazacot és a heringet akkor a legkönnyebb halászni, amikor peterakás előtt felúsznak a folyón vagy a part közelében rajokba gyűlnek; ezt ősidők óta tudják. A nagy fogást gyorsan el kellett raktározni, de hamar megrohadt volna, ha nem tartósítják sóval – néha savasítással, illetve szárítással kombinálva. Ennek a szükségből született eljárásnak köszönhetően alakult ki számos észak-európai alapélelmiszer, mint a sós és ecetes hering, tőkehal és annak szárított változata, valamint az erjesztett balti hering. Később a halfüstölés technikáját is elkezdték alkalmazni, így készítették füstölt halat az északi- és a balti-tengeri heringből. Ezeket a termékeket már a középkorban nagy mennyiségben exportálták délre, főként a katolikus országokba a böjti időszakban.

### *A hús tartósítása*

A sertés és a liba lett az a két háziállat, amelyek zsírja élelmiszerként is sikert aratott. Nyáron és kora ősszel tölgyerdőkben, tarlókon és ugáron hagyott mezőkön legeltették őket, így október-novemberre elérték az optimális súlyukat. A jószágokat még azelőtt levágták, hogy azok elkezdték volna felhasználni a télire felhalmozott zsírtartalékukat. A rengeteg húsnak és szalonnának egészen a következő vágásig ki kellett elégítenie a család és a gazdaság igényeit. Ezt a sok mindent csak egyetlen lehetséges módon tudták tartósítani: besózással. A só így vált fő háztartási cikké a Pireneusoktól és az Alpoktól északra fekvő területeken.

### *A só kereskedelme*

Egy évezreden keresztül a só előállítása és kereskedelme egyeseknek tetemes vagyont hozott, míg másoknak munkalehetőséget teremtett. Az országok kapcsolatában háborút kiváltó oknak



(*casus belli*) számított, a kereskedők között pedig versengést szított. Nem túlzás azt állítani, hogy a sókereskedelem ugyanolyan fontossággal bírt például a 15-16. században, mint manapság az olajpiac.

A só forgalmazására támaszkodó nemzetek tetemes mennyiséget fogyasztottak belőle – néhány becslés adat szerint fejenként naponta átlagosan 40 grammnyit a 16. században, és 70 grammot az 1700-as években. A lakosság feltehetőleg teljesen kiszáradt volna, ha tényleg ekkora tételt esznek meg. Jó része valószínűleg a tartósított hússokra és a heringes hordókba került, így téve jó szolgálatot. Egy töredékének a cserzőműhelyekben vették hasznát, vagy a gazdaságokban az állatok takarmányába rakták. Ennek ellenére a még így is jelentős mértékű sófogyasztás egyértelműen káros hatással járt a szervezetre nézve, amit valahogyan ellensúlyozni kellett. Ez a magyarázat arra, miért ittak elődeink annyi sört, hiszen át kellett öblíteniük meggyötört veséjüket. Az akkori átlagember szomszédja a mai fiatalok és bárlátogatók sörivő álmain is túltett.



*Im Salzkammergut,  
da kann man gut lustig sein...*

A „Fehér Ló Fogadó”-ból származó versike („Salzkammergutban vidám az élet...”) Ferenc József császár korának gondtalan napjait idézi, de ugyanilyen találóan illett volna a tájegység hegyi falvaira az ősi időkben. Nagyjából 2600 évvel ezelőtt a salzkammerguti Hallstattban működött Európa egyik legkorábbi óriási ipari „létesítménye”: egy hatalmas, legalább három és fél kilométer hosszú sóbánya. A só már a késő bronzkorban vezető üzleti terméknek számított, amelyből a helyiek és a kereskedők egyaránt hasznot húztak.

Az Alpokban megbúvó sólelőhelyek felfedezése alapozta meg a közép-európai vaskori civilizációk kialakulását. A kelta népek kontinensen átívelő terjeszkedésének a Krisztus születése előtti évszázadokban a vas volt a kiváló oka. A sónak, a bronznak és a vasnak köszönhetően a kereskedelmi útvonalak hálózattá fejlődtek, amit később csak a Julius Caesar által elindított római hódítások tudtak felszámolni.

*Németországi kősóbánya.*

Seregnyi vélekedés létezik arról, miért nőtt meg ugrásszerűen a só iránti igény a kelta vas korban. Az egyik nézet szerint a főként húsból álló étrendet – mely elegendő sót tartalmazott – lassan felváltotta a gabona alapú táplálkozás, élén a kenyérrel, így az emberek külső bevitelre szorultak. Annak idején a rengeteg tejet fogyasztó nomádok és portyázó hordák napi étkezése is fedezte az elengedhetetlen mennyiséget; a tehén és a bölénytej akár háromszor annyi sót tartalmazhat, mint az anyatej. Más történészek arra hívják fel a figyelmet, hogy a bronzkor vége felé az éghajlat egyre mostohábbá vált, így a lábasszágot Európa számos területén fedél alatt kellett tartani, ami végül a korábban leírt vágásfogyasztás ciklust idézte elő – só került minden tartósításra szánt élelmiszerbe.

Közép-Európa közismerten gazdag sólelőhelyekben, s ez nem csupán az Alpokra igaz. A leginkább lenyűgöző európai bánya mégis Krakkótól délkeletre, a lengyelországi Wieliczkában található. A 300 méteres mélységben a termelés 11. századi megindulása óta hét emeletnyi vájatot ástak ki, amelynek teljes hosszúsága 125 kilométert tesz ki.

Sót a szárazföldön még szikes tavak, mocsarak, illetve sztyeppék és más felszíni képződmények rejtnek. A korai időkben hatalmas „sóóázisokban” folyt a kitermelés, például Észak-Afrikában. A Kr. e. 5. században Hérodotosz, a görög történetíró készített feljegyzéseket a sivatagon át vezető karavánútvonalak mentén folytatott kiterjedt sókereskedelemről, ami néhány helyen a mai napig virágzik. A visszaúton a kereskedők rabszolgákat vittek magukkal, akiket az ősi áruforgalom sóhoz hasonlóan fontos termékeinek tekintettek.

*A Földközi-tenger sója*

Bizonyos időszakokban és civilizációkban a só fő forrása mégis a 2-3 százalékos tartalmú tengervíz volt. Ha az óceánokban lévő összes sót

kivonnánk, minden kontinenst 40 méter vastagon borítana. A Földközi-tenger medencéjében, mely az Óvilág központjának számított, a keleti államok partjainál akár 4 százalék sótartalmat is mérhetünk. Míg a római kultúra kialakulása előtt a kelta népek főként az Alpokban és a Kárpátokban fekvő bányákat aknázták ki, ezeket a középkorban már nem használták, mivel a rómaiak inkább a tengeri sót kedvelték. Ezt a változatot igen könnyen állították elő Nyugat-Itáliában, ahol az Adriai-tengerbe rengeteg folyóvíz ömlik.

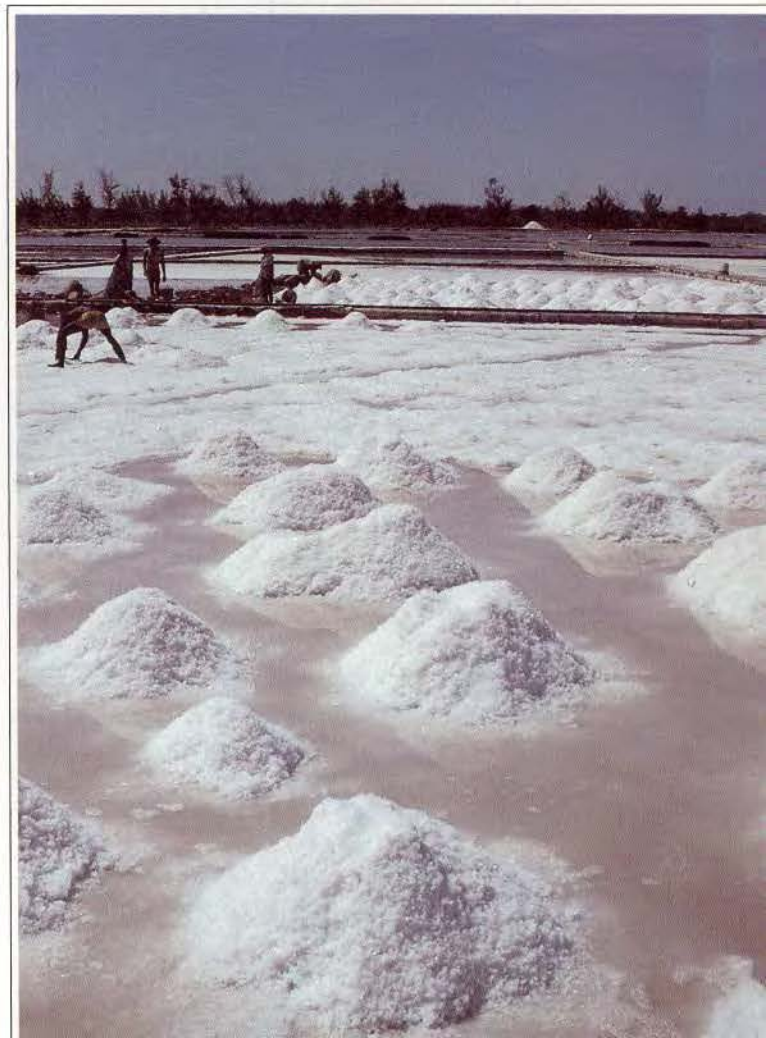
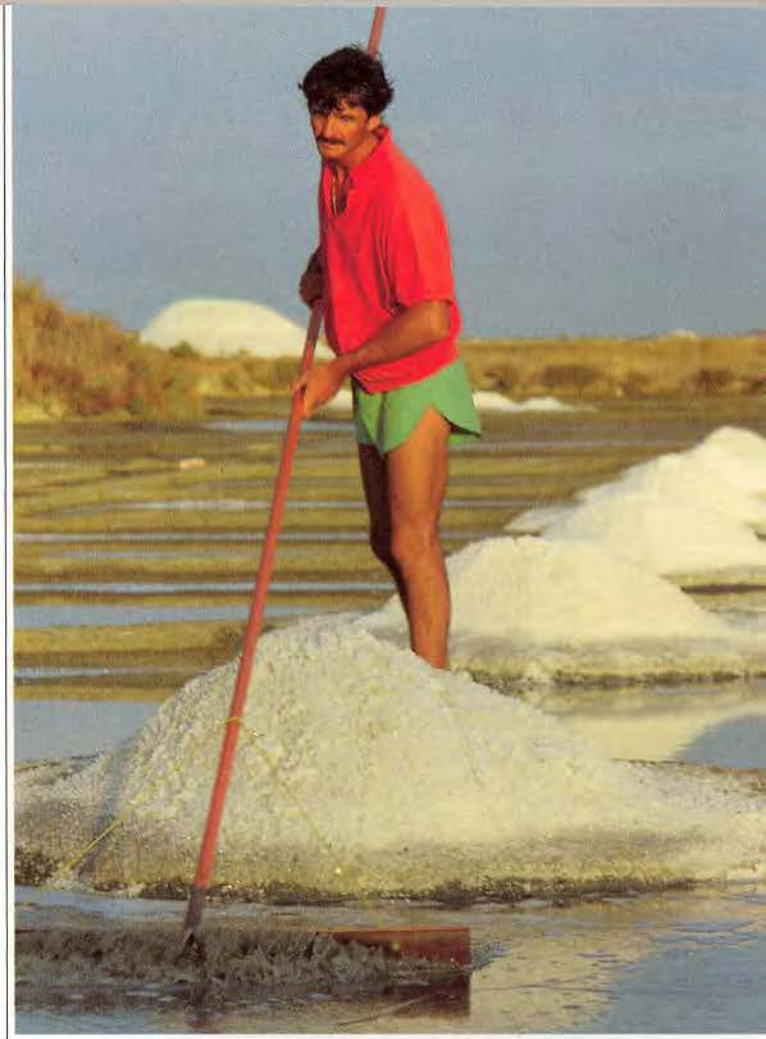
Hasonlóan jövedelmező területnek számított Gallia (a mai Franciaország) déli partvidéke. A Tirrén-tenger mellől a rómaiak egy „sóúton”, a *Via Salaria*n szállították a terméket az itáliai félszigetre, ott is főként Rómába. Még ma is, ha a Via XX Settembrétől északra kisétalunk a városból, ezen az útvonalon haladhatunk – természetesen nem az ókorban kövezett változatán. A Pó-folyótól északra másik „sórégión” alakult ki a velencei mocsárvidékre támaszkodva, s a gondolák városának fő bevétele innen származott – mielőtt az egzotikus külföldi fűszerek fontos kikötője nem lett. Innen ered a rosszlányairól szóló vers is:

*„Miért él annyi kurtizán Velencében?  
Az ok, jó uram, álljon e versikében:  
Tán meglepő, de nekem nyugodtan hihet –  
Vénusz hajdan itt, a sós tengerben született.”*

A földközi-tengeri só leginkább Szardínia szigetéről érkezik, de nagy mennyiséget állítanak elő még Szicíliában, Trapanitól délre. Térjünk át az Atlanti-óceánra: jelentős sógyártás folyt a francia fennhatóságú Biscay-öbölben, s a Loire torkolatától délre eső kikötőkből kiinduló exportszállítmányok a viking időkben egészen Skandináviáig jutottak. A francia sólepárlás mai központja az Oroszlán-öböl partján, Aigues-

*(középen) Sólepárló létesítmény a franciaországi Bretagne-ban. A tartályokat gondosan kell kezelni, hogy jó minőségű só nyerhessenek ki belőlük.  
(jobbra) Így folyik a napi termés „betakarítása”, lent pedig dél-madagaszkári sólepárló medencék láthatók.*





*A só „főzése” Norvégiában – Olaus Magnus  
Az északi népek története (1555) című könyvének  
egyik illusztrációján.*

Mortesenél emelkedő régi kereszties erődikikötő. Az ország sókereskedelme már a 15. században jelentős volt, amit a város történelmének egy fejezete is mutat. 1418-ban visszaverték a burgundiak támadását, akik közül olyan sokan el-estek, hogy nem lehetett a közegészség által megkívánt gyorsasággal eltemetni őket. Ezért a városfal egyik tornyát feltöltötték sóval, a holttesteket pedig a heringhez hasonlóan ott konzerválták, amíg idő nem jutott a megfelelő, keresztény elhantolásra.

A meleg éghajlatú országokban – mint a Földközi-tenger medencéjének államai – a tengeri sót nyitott medencékből vagy tavakból gyűjtik össze, miután a víz befolyt és elpárolgott. Némely területen, többek közt Görögországban, a sziklás partokon a hullámok természetes mélyedéseket töltenek meg, így a helyiek kincset érő sólelőhelyekre tesznek szert. Ipari mértékű termeléshez a tengervizet lepárlómedencékbe vezetik. Ezek csoportjai festői látványt nyújtanak, mivel a sókoncentráció növekedésével színük a rózsaszíntől a világos türkizig változik. A Kanári-szigetekre látogató turisták, ha már megunták a strandolást és a szórakozóhelyeket, még mindig megcsodálhatják a sóelállítási többévszázados módszerét.

### *Európa hűvösebb tájai*

A só kinyerését csak olyan régiókban lehet a napra és a szélre bízni, ahol meglehetősen forró a klíma és sós a víz. Észak-Európa tengerparti országaiban a nap hevét víz alatti tűzzel helyettesítik – vagyis főzéssel. Angliában kizárólag a déli területeken tudnak napszárította sót készíteni, s akkor is csak a szokásosnál melegebb, száraz esztendőkből. A dán Kattegat-tengerszorosban fekvő Laesö-szigeten lepárlómedencéket alkalmaztak, de kénytelenek azután katlanokban is felhevíteni a vizet.



Szintén ez utóbbi módszert használták a norvégok, hogy sót kapjanak az Atlanti-óceánból. Jelentős mennyiséget exportáltak belőle például Svédországba, és Oslo már korán sókereskedelmi központ lett. Olaus Magnus svéd püspök *Az északi népek története* című, 1555-ös híres könyvében lejegyezte: a norvégok mélyebbről, üreges farönkök segítségével sósabb vizet próbáltak felhozni. Ugyanehhez a technikához folytattak Svédország nyugati partjainál a 18. században.

Egy másik metódus szerint hínárt égettek, ami a tengervíznél is több sót tartalmaz. Így azonban „fekete sóhoz” jutottak, ami leginkább hamuból és más szennyeződésekkel állt. Ennek egy változatát állították elő a holland Frízföldön, és a dél-dániai Vadehavetben, ahol a helyi, hínárnál sósabb tőzeget égették és főzték ki.





### Sós utak

A középkori finnek a só nagy részét a Jeges-tenger vizének felforralása útján nyerték, amit a mai Murmanszkhoz közel végeztek. Főként a folyókból kifogott rengeteg lazac sózására használták. Egy 1555-ből származó leírás szerint innen gazdálkodók „karavánjai” vitték tovább a sót Finnországba, valamint Oroszországba.

Az előállítás Svédországban ütközött a legtöbb nehézségbe, ahol hamvába holt kísérleteket tettek a Balti-tenger enyhén sós vizének lepárlására. A svédek gyarmat után áhítoztak, ahol lepárló-medencéket építhetnének. A 18. század vége felé végre megszerezhették Saint Barthélemy apró szigetét, ahol azonban nem tudtak az anyaországnak elegendő sót termelni, és még a rabszolgákat is svéd sózott heringgel kellett etetni.

A skandináv országok idővel belenyugodtak, hogy délről importálják a sót – ez meglehetősen költséges multság volt. A Hanza-városok kereskedői évszázadokon keresztül jelentős hasznot húztak ebből. A 10-11. században Svédország déli részének óriási heringpiacát Frízföld látta el a tartósítószerrel. A 12. századtól Lüneburg és más észak-német lelőhelyek vették át az uralmat. A sót a bányából a lübecki kikötőbe szállították a „Die Salzstrasse”-ként ismert útvonalon, és a kereskedésből meggazdagodott kisvárosok ma turistalátványosságként szolgálnak. A sót még Oroszországba is exportálták, főként Revalon – a mai észti fővároson, Tallinon – keresztül.

A sólepárlás igen jövedelmező iparágna bizonyult, noha az északi erdők hatalmas mennyiségű fája bánta. A skandinávok a gyengébb testalkutúak számára is megfelelő munkának tartották, ezért gyakran a nagyobb fizikai megterhelést már nem bíró időseknek a sógyártás biztosított megélhetést.

### A só és az állam

A kormányok gyakorta azzal javítottak finánciális helyzetükön, hogy adót vetettek ki a polgárok számára nélkülözhetetlen sóra. Róma cészárai kezdték a sort, amikor a kincstár kiürült. A leg híresebb sóadó talán a *gabelle*, amit 1340-ben, a francia VI. Fülöp uralkodása idején róttak ki. A 16. században az összeg behajtását az adóbeszedők – *gabelliers* – végezték, akik elvették, amit csak tudtak. Ez a feladat roppant veszélyesnek számított, mivel számtalanszor – sokak szerint jogosan – gyilkosság áldozatául estek, a felelős közösséget pedig gyakran a királyi sereg fosztogatásával büntették.

A *gabelle* végül egyike lett azon társadalmi igazságtalanságoknak, amik a francia forradalom kirobbanásához vezettek. 1790-ben törölték el, Napóleon azonban újra felelevenítette, s ezután sok helyütt egészen a II. világháborúig érvényben maradt. A sóadó más – némileg enyhébb – formában számos egyéb államban is létezett. Összesen két kivétel akad: az Egyesült Államok és Svédország.

*Sóárus egy marokkói piacon. A világon mindenhol nagy gazdasági jelentőséggel bíró sót korábban a hatalom zálogának tekintették, amelynek megszerzéséért sokaknak semmi sem volt drága. Napjainkra számos országban a barátság és a vendégszeretet jelképe lett.*

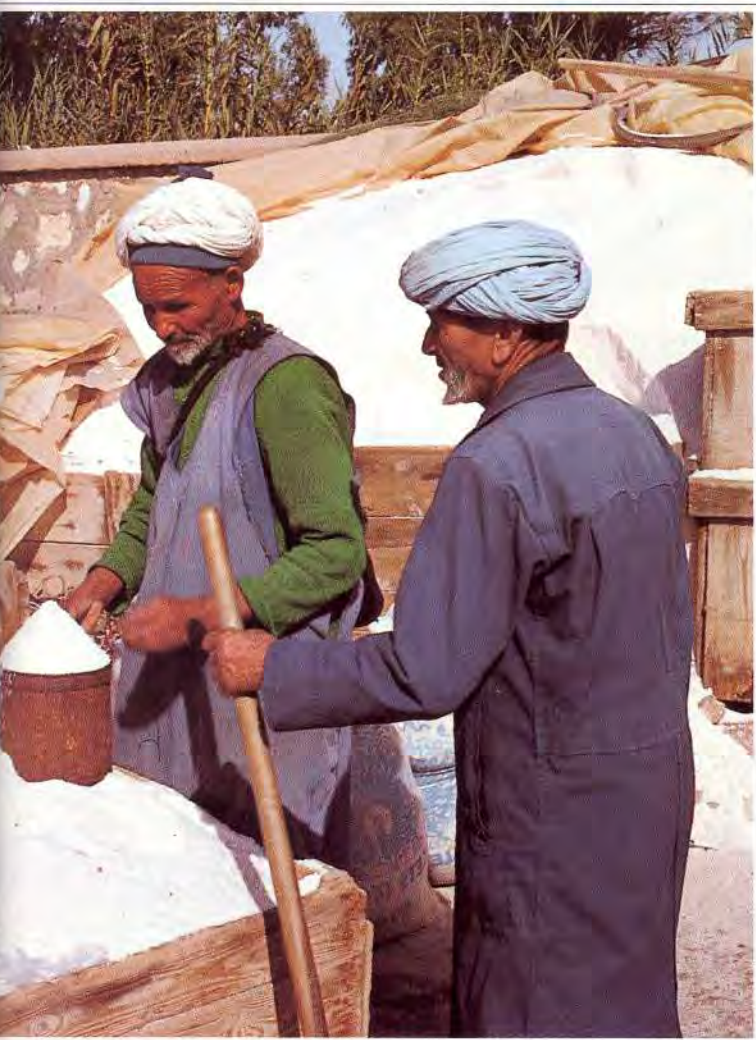
A sómonopólium lehetővé tette, hogy a kormányok pimaszul magas árat állapítsanak meg, így több esetben politikai tényezőnek bizonyult. A 20. századi történelem során a sómonopólium intézménye megtiltotta, hogy az emberek összegyűjtsék vagy eladják a saját partszakaszukon bőségesen kinyerhető tengeri só. A britek hasonló törvényt léptettek életbe Indiában. 1930-ban Gandhi és követői tiltakozásuk jeléül 300 kilométert tettek meg a tengerpartig, egy hatalmas sólepárló területig. Gandhi ott felvett egy kevés sót, amit azután fél évig magával hordott; több ezer szegény indiai ugyanígy tett, s sorozatos letartóztatások következtek. Lassanként az angolok belátták, a politikájuk értelmetlen. A sóadót végül – noha csak 1946-ban – visszavonták, és ez előrelépést jelentett India függetlenné válása felé.

### *A só mint szimbólum*

A Bibliában, a Hegyi Beszédben érdekes gondolatot olvashatunk: „...ha pedig a só megízetlenül, mivel sózzák meg?”. Szimbolikus jelentésre és gyakorlati utalásra is bukkanhatunk ebben a mondatban. Az izraeliták a Holt-tenger környékéről szereztek be a sót, amelynek döntő hányada homokkal keveredett. Ahelyett, hogy az ételre szórták volna, inkább vászonbatyukba rakták, s azt tették a fazékba. A só feloldódott az ételben, míg a zsákban maradt homok csak arra volt jó, hogy „kidobják és eltapossák az emberek” – amint azt a Szentírás mondja /Károli-féle Biblia; Máté, 5:13/.

A só és a kenyér számos országban a barátság, valamint a vendégszeretet jelképe. Az *Ezeregyéjszaka meséi* történeteinek egyike szerint a szultán kincstárába betörő tolvaj felkapott egy





zsáknyi drágakövet. A sötétben azonban véletlenül megnyalta az ott heverő sós követ. Ezért hátrahagyta zsákmányát, mondván: „Nem lophatok attól, akinek megízleltem a sóját.”

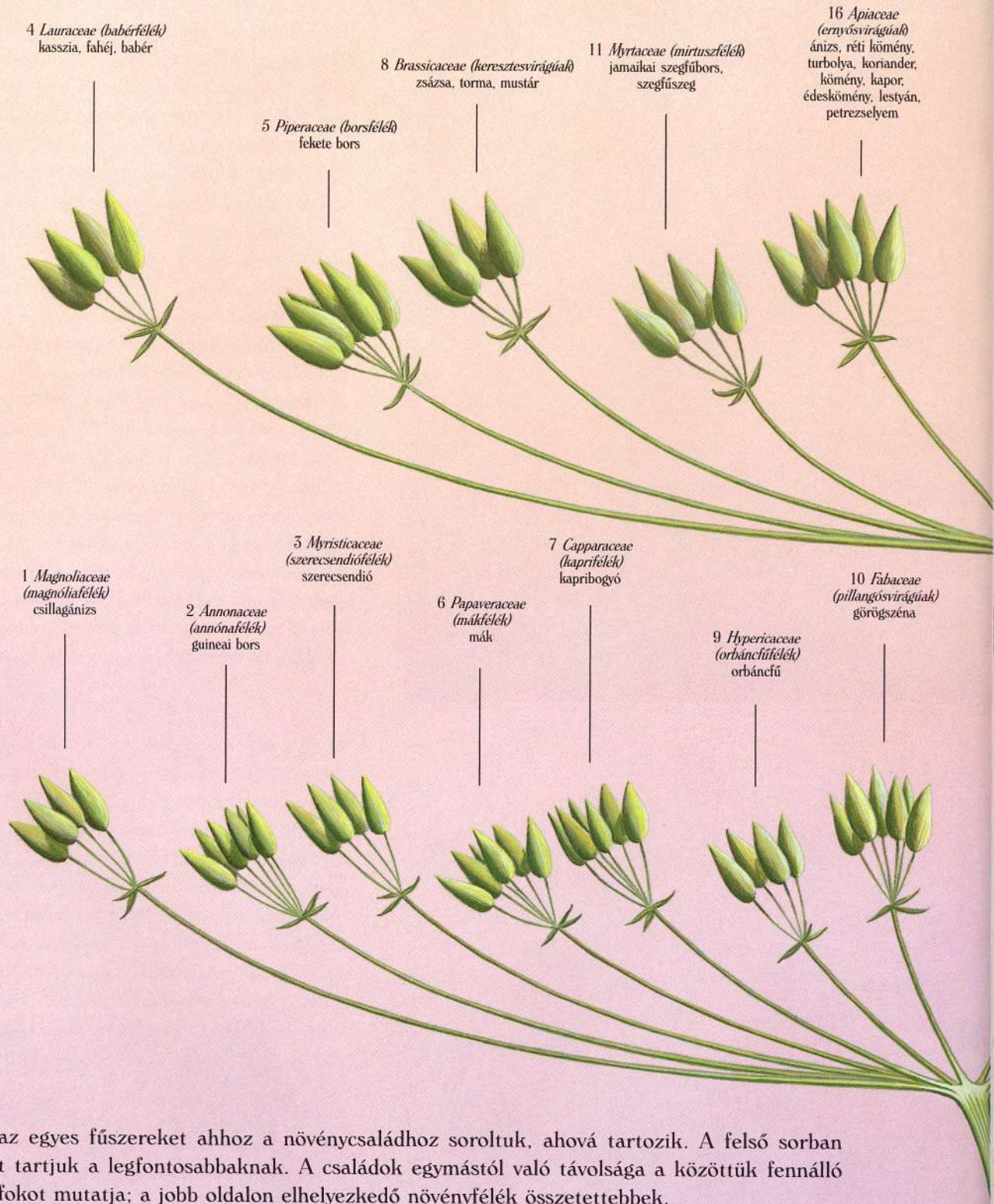
Németországban létezik egy tiszteletre méltó szokás: az újdonsült szomszédoknak sót és kenyeret ajándékoznak. Ezt a hagyományt Finnországban szintén mindmáig tartják. Amikor a szovjet hadsereg 1989-ben kivonult Afganisztánból, honfitársaik hasonló adománnyal várták a katonákat a határ túoldalán.

### *Sós gyógyír*

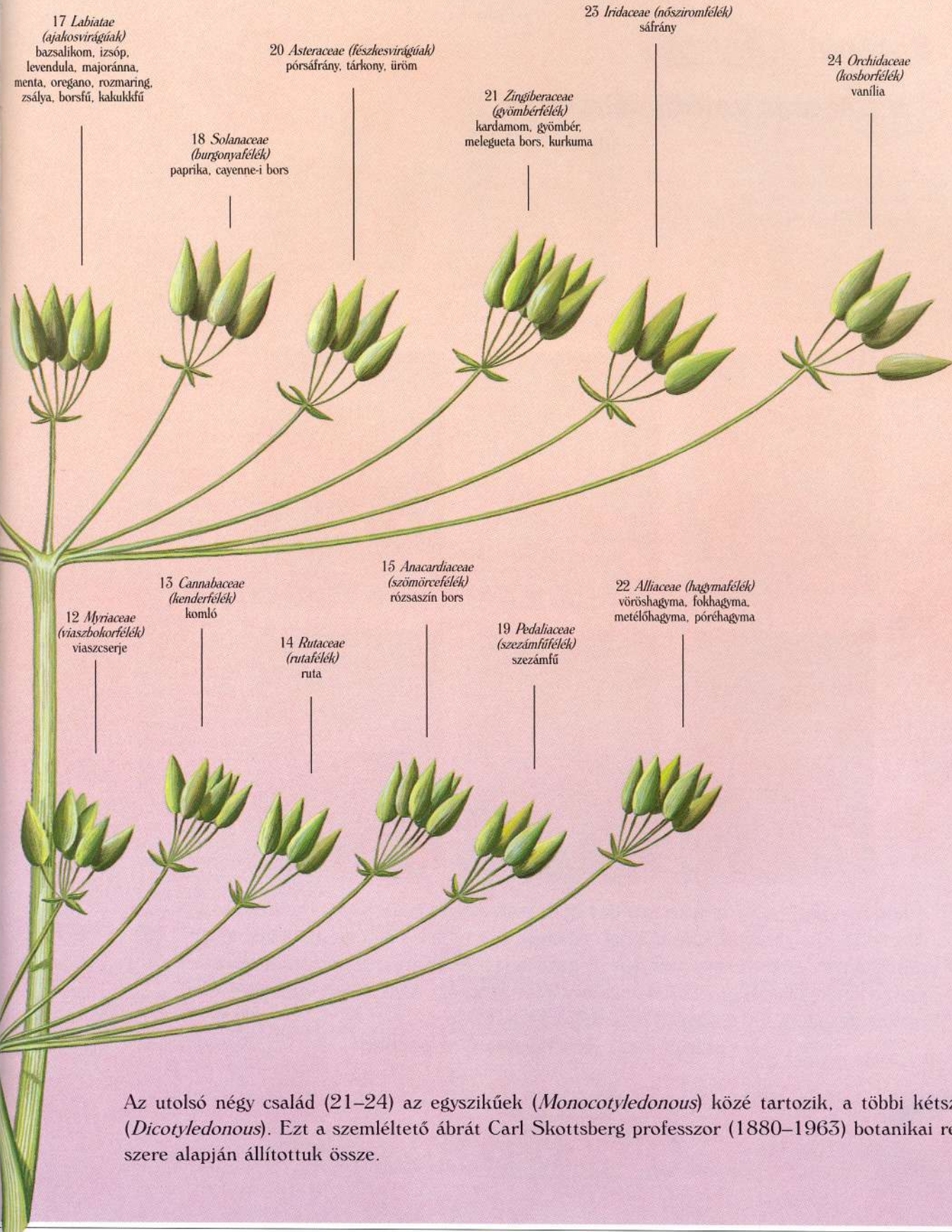
A sót széles körben alkalmazták hagyományos népi orvosságként. Úgy tartották, kiűzi a gonosz szellemeket és a betegségeket okozó démonokat. Az angol William Lee 1835-ben kiadott egy meglepő könyvet a brandyról és a sóról. Orvosként azt ajánlotta, keverjünk sót az Armagnac-ba, és minden reggel igyunk – felnőttek és gyermekek egyaránt – egy teáskanálnyit ebből az „elixírből”. Állítása szerint hatásos ellenszere a reumának, skorbutnak, fagydagatnak, siketségnek, ráknak, rühnek, valamint a szélütésnek. Ha pedig állapotos asszony iszik belőle, biztosan könnyű szülése és egészséges gyermeke lesz...



# A legelterjedtebb fűszernövénycsaládok



Az ábrán az egyes fűszereket ahhoz a növény családkhoz soroltuk, ahová tartozik. A felső sorban szereplőket tartjuk a legfontosabbaknak. A családok egymástól való távolsága a közöttük fennálló rokonsági fokot mutatja; a jobb oldalon elhelyezkedő növényfélék összetettebbek.



17 *Labiatae*  
(*ajakosvirágúak*)  
bazsalikom, izsóp,  
levendula, majoránna,  
menta, oregáno, rozmaring,  
zsálya, borsfű, lakukkfű

18 *Solanaceae*  
(*burgonyafélék*)  
paprika, cayenne-i bors

20 *Asteraceae* (*fészkesvirágúak*)  
pórsáfrány, tárkony, üröm

21 *Zingiberaceae*  
(*gyömbérfélék*)  
kardamom, gyömbér,  
melegüeta bors, kurkuma

23 *Iridaceae* (*nőszirmfélék*)  
sáfrány

24 *Orchidaceae*  
(*liosborfélék*)  
vanília

12 *Myriaceae*  
(*viaszborkorfélék*)  
viaszcsereje

13 *Cannabaceae*  
(*kenderfélék*)  
komló

14 *Rutaceae*  
(*rutafélék*)  
ruta

15 *Anacardiaceae*  
(*szömörcefélék*)  
rózsaszín bors

19 *Pedaliaceae*  
(*szezámfűfélék*)  
szezámfű

22 *Alliaceae* (*hagymafélék*)  
vöröshagyma, fokhagyma,  
metélőhagyma, póréhagyma

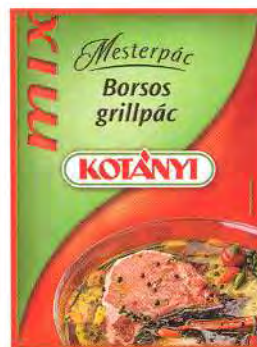
Az utolsó négy család (21–24) az egyszikűek (*Monocotyledonous*) közé tartozik, a többi kétszikű (*Dicotyledonous*). Ezt a szemléltető ábrát Carl Skottsberg professzor (1880–1963) botanikai rendszere alapján állítottuk össze.

Kotányi *Mesterpác*

- a pácolás valódi élménye



mmhmm



A Kotányi *Mesterpác* minden húsféléhez és grillezéshez különböző, harmonikusan illeszkedő fűszerkompozíciókat kínál, amelyek biztosítják a legteljesebb ízélményt, a porhanyós és karakteres húsokat. A páclében lévő só megkeményítheti a húst, ezért a Kotányi *Mesterpác* fűszerkompozíciókban nincs só! A megfelelő íz eléréséhez hagyja legalább egy éjszakát állni a bepácolt húsokat!

**A Kotányi most sem hagyta Önt pácban!**



# Tárgymutató

## A, Á

abszint 38  
Aelius Spartianus 66  
Aphrodité 84  
aguardiente 144  
Alarik 14, 102  
de Albuquerque, Afonso 135  
Alexander Trallianus 134  
Alexandria (Egyiptom) 14, 102, 188  
Alicante (Spanyolország) 64  
da Almeida, Lorenzo 127  
Ambon 96, 136  
Egyesült Államok 50, 56, 78, 84, 108,  
112, 113, 120, 124, 139, 152,  
154, 156, 168, 172, 173, 177,  
178, 190, 199  
Amsterdam (Hollandia) 96, 103, 128,  
129, 135  
Anglerius, Petrus Martyr 176  
*ánizs* 13, 143, 144  
ánizslikőr 144  
Antillák 92, 127, 170, 172, 176, 179,  
189, 199  
Antimus 36  
antioxidánsok 80  
Apicius 14, 26  
apiin és apiol 82  
Apollón 40, 43, 54  
Arabia 14, 116, 120, 122, 124, 135  
arabok 14, 15, 26, 38, 65, 95, 98,  
105, 105, 110, 121, 122, 135,  
154, 188, 189  
arak 144  
Arisztotelész 21, 50, 124  
Askelón (Izrael) 49  
Augsburg (Németország) 102, 127  
Ausztria 54, 195  
aztékok 162, 170, 178

## B

*babér* 40-45, 69, 145  
babérmeggy 45  
hablóniataik 30, 127, 190  
Bagdad (Irak) 188  
Baleár-szigetek 64  
Balkán 17, 54  
Banda-szigetek 92, 96  
Bartholomaeus, Anglicus 105  
*bazsalikom* 74  
Béarneise-mártás 76  
beléndek 32, 176  
bétel 120, 138, 139  
Bhagavad Gíta 140  
Biblia 13, 48, 50, 125, 154, 185, 200  
Birgitta, Szent 17  
bor 15, 36, 38, 127  
Borneó 114, 129  
boróka 12, 32, 38, 99, 102  
*bors*  
*Ashanti* 107  
*cayenne-i* 145, 176-179  
*fehér* 100-109

*fekete* 11, 13, 14, 17, 29, 99,  
100-109, 143, 176, 187  
*guineai* 107  
*hosszú* 100, 102, 105  
*kubéba* 108  
*melegueta* 107  
*muntok* 108  
*rózsaszín* 106  
*zöld* 102, 105

*borsmenta* 78  
bouillabaisse 44, 69  
bouquet garni 43, 44  
Brazília 90, 96  
Brit Kelet-indiai Társaság 60, 129  
bronzkori fűszerek 12, 13, 58, 66,  
152, 185  
Bruges (Belgium) 102  
de Bry, Theodor 161  
Buda 174  
Buddha 129, 130  
Bulgária 174, 176, 177  
Bizánton 49, 102, 134

## C

Cabral, Pedro Alvares 90  
Cadwallader király 50  
Calicut (India) 17, 18  
del Cano, Juan Sebastian 90  
Carpano, Antonio Benedetto 38  
Cayenne (Francia Guyana) 137, 178  
Celebesz 135  
Celsus, Aulus Cornelius 66  
Ceylon (lásd: Sri Lanka)  
Chanca, Alvarez 171, 176  
Chaucer, Geoffrey 95  
*chili* 161, 170, 177-179  
I. Chilperich 38  
II. Chilperich 127  
cickafark 32  
cineol 44  
Claudius 102  
Cortez, Hernan 162, 170  
*cukor* 11, 28, 131, 169, 181-189  
*cukornád* 182, 186, 187, 188, 189  
*cukorrépa* 182, 189  
*curry* 61, 115, 120, 139, 140-143,  
146, 154  
curry levél 143

## CS

Csehország 53, 176  
csillagánizs 144  
csokoládé 161, 162, 164, 170, 172  
*csombormenta* 78

## D

Dalmácia 86  
Dánia 27, 51, 61, 97, 198  
Daphné 40, 43  
datolya 14, 185  
Degas, Edgar 38

Delphoi (Görögország) 40, 54  
Déméter 58, 60  
Diaz del Castello, Bernal 162  
Diocletianus 188  
Diodórusz 124  
Dioszkuridész 22, 70, 102, 110  
Dominikai Köztársaság 49, 189  
Domesday Book 185

## E, É

Ebers-papirusz 36, 65  
Ecuador 179  
édesgyökér 144  
*édeskömény* 69, 143, 148  
Edfu (Egyiptom) 125  
I. Edward király 144  
van Eertvelt, Andries 161  
Egyiptom 13, 30, 36, 46, 48, 49, 54,  
58, 65, 86, 125, 146, 154, 156  
Eleuszisz (Görögország) 58, 60  
Elzász (Franciaország) 54  
Énekek éneke 66  
I. Erzsébet királynő 107, 164  
Észtország 24, 185, 199  
eugenol 44, 138, 173  
**Európai fűszernövények 21-87**  
Ezeregyéjszaka meséi 156, 187, 200

## F

*fahéj* 13, 15, 17, 45, 122-131, 143,  
170, 176, 187  
Finnország 185, 199, 201  
*fofómenta* 78  
fokföldi sáfrány 67  
*fokhagyma* 28, 38, 46-53, 69  
föníciaiak 14, 66, 122, 125  
Franciaország 14, 17, 26, 28, 34, 38,  
45, 51, 54, 64, 67, 73, 80, 89,  
103, 129, 189, 196, 199  
Francia Guyana 178  
Fuggér, Jakob 127  
(Merész) Fülöp 26  
II. Fülöp 172  
fűszerszigetek 89, 90, 92  
füzike 73

## G

Galénusz 36, 124  
da Gama, Vasco 17, 18, 26, 135  
Gandhi, Mahatma 200  
garum 14  
Genova (Olaszország) 15, 17, 103,  
125, 189  
geraniol 44  
Gerard, John 22, 56  
gin 12, 38  
Görögország 21, 26, 33, 40, 48, 49,  
50, 66, 74, 78, 80, 82, 84, 102,  
120, 146, 148, 152, 198  
*görögszéna* 143, 146  
Grönland 73

Grenada 18, 92  
Guinea 107

## G

**Gyógyhatású fűszernövények 70-87**  
gyömbér 11, 15, 110-115, 143, 150  
gyömbérsör 112  
gyömbéres kenyér 15, 112  
gyöngyvesző 30  
III. György 107

## H

Hádész 58, 78  
Hadrianus 66  
hagymák 11, 14, 23, 46-53, 69, 139  
Hallstatt (Ausztria) 195  
Hanza-városok kereskedői 182, 199  
Haraldsson, Olaf 52  
**Határok nélküli fűszerek 181-201**  
Hatepszint 125  
**Hátsó-indiai-szigetek fűszerei 88-157,**  
**91, 95, 132, 135, 136, 172**  
Heliogabalus 66  
heliotropin 106  
IV. Henrik 43  
VI. Henrik 95  
(Tengerész) Henrik 89, 107  
Hérakleiosz 188  
Hernandez, Francisco 172  
Hérodotosz 46, 122, 124, 195  
Hildegard, Szent 98, 134  
Hippokratész 22, 26, 66  
Hiram 14  
Hollandia 17, 33, 38, 61, 91, 96, 128,  
129, 155, 156  
Holland Kelet-indiai Társaság 91, 113,  
136  
Homérosz 48  
Hong Kong 114  
Horatius 51  
van Houtman, Cornelis 135  
humulon 35  
Húsvét-szigetek 186

## I

Iaszon 51  
Ibn Jaqub 134  
India 13, 14, 17, 18, 23, 48, 62, 68,  
73, 74, 91, 100, 105, 106, 108,  
112, 116, 119, 120, 124, 140,  
150, 154, 156, 176, 179, 182,  
186, 187, 188, 200  
Indonézia 90, 91, 92, 100, 108, 137,  
139  
Irán 23, 62 (lásd még: Perzsia)  
Izrael 13, 14, 49, 200

## J

Jamaica 114, 172, 173  
*jamaikai szegfűbors 161, 170-173*  
II. János 90  
Japán 109  
Jáva 129, 166  
Jemen 14  
Jeruzsálem (Izrael) 15  
Julius Caesar 30, 40, 195

## K

kakaó 162, 164  
kakukkfű 43, 69  
Kalliasz 48  
Kambodzsa 119, 121  
Kanári-szigetek 45, 198  
Kandi királya 128, 129  
kankalin 30  
kapor 72, 144, 148  
kapszaicin 177, 178  
*kardamom 11, 13, 116-121, 187*  
Kardamom-dombok (India) 119  
Kardamom-hegység (Kambodzsa) 119  
(Nagy) Károly 26, 43, 82, 146  
V. Károly 90, 127  
Kasmír 62, 65  
*kasszia 13, 45, 122-131*  
Kaukázus 105  
káva 108  
kávé 116, 120, 161  
Keats, John 74  
kelták 50, 195  
keresztes hadjáratok 15, 49, 67, 95,  
102, 127, 189  
Kharmidász 48  
Kheopsz 46  
I. Khosru 187, 188  
Kína 48, 110, 113, 124, 125, 132,  
136, 148, 156, 176, 187, 188  
Knósszosz (Kréta) 66  
Knut 52  
Kocsin (India) 129  
kolostorok 26, 33, 36, 54, 70, 72, 102  
Kolumbusz, Kristóf 18, 49, 89, 127,  
161, 162, 170, 176, 178, 189  
*komló 12, 15, 30-35*  
Konfuciusz 110  
(Nagy) Konstantin 134  
Konstantinápoly 14, 15, 95, 182  
*(lásd még Buzantion)*  
koriander 152  
körömvirág 67  
Kréta 15, 58, 60, 66  
kreték 138  
Kuba 189  
*kurkuma 28, 143, 150*

## L

XVI. Lajos 137  
lestyán 14, 73  
Lee, William 201  
Lemnius, Levinus 98  
Lengyelország 182, 185, 195  
Leukipposz 40  
Levante 14, 17, 95, 124  
Libanon 14  
Libéria 107  
likőrök 74, 107, 120, 120, 131, 172  
Lisszabon (Portugália) 103  
Litvánia 185  
Liutprand bíboros 49  
de Lune, Pierre 44  
lupulin 33, 35

## M

Macedónia 86  
Madagaszkár 96, 137, 168, 190

Madras (India) 12  
Magellán, Ferdinánd 90, 135  
Magnus, Olaus 198  
Magyarország 174, 176, 177  
Mainz (Németország) 134  
májfű 22  
majoránna 13, 80  
*mák 58-61, 143*  
Makaó 90, 136  
Malabár-part (India) 14, 105, 116, 129  
malabathron 127  
Malajzia 106, 138  
Malakka (Malajzia) 96  
Mali 107  
Marcus Aurelius 50, 102  
Marokkó 178, 200  
Marseille (Franciaország) 30  
Martialis 51  
Martinique 137  
maupygernon 113  
Mauritius 96, 129, 137, 189  
May, Robert 129  
Médeia 51  
Medici, Mária 45  
*mentafélék 14, 72, 78*  
mentol 78  
*metélfahagyma 46, 51, 52*  
Mexikó 162, 167, 179, 186  
Mezopotámia 156, 185  
méz 28, 30, 66, 182, 185  
méször 185  
Mílosz (Görögország) 48  
mirisztin 94  
mirozináz 28  
minózi kultúra 66  
VI. Mithridatész 66  
mocsári molyízó 30  
mogyoróhagyma 49, 53  
mohamedánok 15, 67, 121, 174  
Molukka-szigetek 89, 92, 95, 97, 135,  
173  
de Montecorvino, Giovanni 110  
II. Montezuma király 162, 170  
Morgan, Hugh 164  
Morren, Charles 167  
mumifikálás 13, 146, 185  
*mustár 23, 24-29, 56, 143*

## N

Nagy-Britannia 14, 17, 26, 30, 38, 40,  
48, 50, 56, 64, 78, 80, 84, 89,  
90, 103, 107, 112, 113, 129,  
154, 173, 185  
Napóleon 189, 199  
Nápoly (Olaszország) 17  
Németország 18, 27, 28, 30, 33, 36,  
49, 53, 54, 67, 78, 98, 100, 103,  
134, 176, 177, 195, 201  
Néró 43, 50, 127  
Nieuhof, Joan 113  
Niképhorosz 49  
Normandia 127  
Norvégia 26, 32, 52, 134, 198

## O, Ó

Olaszország (Itália) 17, 43, 49, 64,  
72, 73, 80, 125, 127, 139;  
*(lásd még például Velence)*



Oliver, Raymond 29  
Ophir 14  
ópium 33, 58, 60, 61  
orchideafélék 164, 167  
oregano 72, 80, 178  
Orkney-szigetek 27  
Oroszország 54, 56, 72, 76, 120, 185, 199  
Oslo (Norvégia) 198  
(Nagy) Ottó 49  
Ovidius 40, 45  
Ozirisz 58

## P

*pirospaprika* 162, 174-179  
*paradicsommag* 107  
Paré, Ambroise 128  
paszternák 82  
Patrik, Szent 50  
Paulli, Simon 39  
Pemba 137  
Penang (Malajzia) 108  
Perkins, Sir Arthur 113  
Perszephoné 58, 60, 78  
Peru 176, 179  
Perzsia 14, 46, 48, 68, 73, 102, 116, 187, 188  
*petrezselyem* 14, 29, 43, 69, 70, 82  
Petronius 66  
(Kis) Pippin 34  
Pigafetta, Antonio 135  
pimientó 170, 172, 176  
piperin 106  
Pitagorasz 26  
Plinius 26, 49, 67, 76, 84, 94, 102, 124, 127, 134, 144, 148, 154, 188  
Plütarkhosz 48  
Poivre, Pierre 137  
Polinézia 108, 186  
Polo, Marco 105, 110, 127  
Poppaea Sabina 127  
*póréhagyma* 46-50, 53, 69  
pórsáfrány 67  
Portugália 17, 18, 26, 51, 89, 90, 127, 135, 177  
Pütheász 30

## R

Rangoon (Burma) 68  
Ray, John 172  
*receptek*  
borjúvese mustárszósban 29  
(sáfrányos) bouillabaisse 69  
fahéjas sütemény 131  
(szerecsendiós) paté de campagne 99  
vaníliaszüflé 169  
*régi kömény* 16, 143, 154  
retsina 49  
Réunion-sziget 129, 137, 167  
Róma és a rómaiak 14, 18, 26, 30, 33, 34, 36, 40, 43, 49, 50, 51, 58, 60, 66, 67, 68, 84, 95, 102, 110, 113, 120, 127, 132, 144, 148, 152, 188, 195, 199  
*római kömény* 13, 142, 154, 178  
*rozsmaring* 84  
Russell, John 127

## S

Sába 13, 14  
Saffron Walden (Anglia) 64  
*sáfrány* 17, 62-69, 120, 143, 150  
Saint Barthélemy-sziget 199  
Saint Vincent-sziget 96  
Salamon király 13, 14  
Salem (USA) 112  
Salerno (Szicília) 86, 112  
(Nagy) Sándor 30, 100, 124, 185  
VI. Sándor 89  
Sankt Gallen (Svájc) 33, 82, 134  
sauce Robert 26  
Scott, Samuel 11  
Seram 92, 136  
Serrao, Francisco 135  
Shakespeare, William 49, 51  
Shen Nung 125  
Sheta Karma 140  
Siva 140, 143  
Sierra Leone 107  
Skandinávia 26, 30, 32, 34, 38, 39, 52, 56, 68, 72, 95, 120, 148, 177, 196, 198  
(*lásd még például Svédország*)  
Skócia 50  
*só* 11, 28, 29, 84, 181, 190-201  
sör 12, 15, 30, 32, 35, 38, 194  
Spanyolország 17, 18, 26, 64, 67, 76, 89, 90, 150, 164, 182, 187, 188  
Sri Lanka 68, 96, 116, 124, 125, 127, 129, 150, 173  
sumérok 65  
Susa (Perzsia) 48  
Svédország 17, 32, 70, 80, 108, 131, 134, 198, 199  
Svájc 33, 38, 146, 154

## SZ

Szardínia 196  
*szegfűszeg* 11, 17, 95, 132-139, 143, 170, 172, 173  
*szerecsendió* 17, 18, 92-98, 135, 143, 170  
*szerecsendió-virág* 92-98, 143  
*szeszámű* 14, 143, 156  
Szicília 127, 188, 189, 196  
I. Szilveszter 134  
Szingapúr 108  
szinigrin 28  
szlávok 33, 54  
Szlovákia 176  
Szumátra 129

## T

tabasco 178  
Tabasco (Mexikó) 172  
Tabernaemontanus, Jakobus 56, 86, 120  
Tacitus 30  
Tanzánia 138  
tárkony 28, 39, 76  
Tenochtitlán (Mexikó) 170  
Ternate-sziget 135  
Thaiföld 121  
Theophrasztosz 21, 22, 124

Tiberius császár 43  
Tonga-szigetek 186  
tonkabab 168  
*torma* 54-57  
tömjén 146  
Törökország 15, 33, 61, 62, 66, 73, 89, 142, 178  
Treviso (Olaszország) 107  
Trinidad 96  
Tunézia 108  
Tutanhamon fáraó 48  
Türosz (Libanon) 14, 15, 66

## U, Ú

Uganda 168  
Új-Guinea 135  
**Újvilági ízesítők 49, 158-161**

## Ü

*üröm* 12, 32, 36-39

## V

Vadstena (Svédország) 70  
*vanília* 120, 138, 162-169  
vanillin 138, 166, 168  
de la Varenne, François-Pierre 43  
védikus irodalom 48, 100, 120, 132, 190  
Velence (Olaszország) 15, 17, 102, 103, 125, 134, 189, 196  
Vermöllen, Ambrosien 120  
vermut 12, 38  
vikíngok 32  
vitaminok 56, 177  
vizigótok 14, 102  
Vörös-tenger 13, 14, 135, 156  
de Vries, S. 105  
Vroom, Hendrick Cornelisz 90

## W

Wales 50, 107  
Wallander, Wilhelm 34  
Weber, Johann 139

## Z

Zanzibár 137, 138  
zeller 14, 82  
Zeusz 40, 58, 62  
Zimmermann, Bezaar 164  
Zöld-foki-szigetek 90

## ZS

*zsálya* 73, 86

A fűszerek magyar szinonimái  
a <http://sgicenter.oai.hu/szuper/>  
Fűszerek internetes oldal  
gyűjteményéből kerültek a könyvbe.

# Fűszermutató

## A

Aframomum 120  
Alliaceae (hagymafélék) 46  
Allium 52  
Allium ascalonicum (mogyoróhagyma) 49, 53  
Allium canadense 53  
Allium cepa (vöröshagyma) 46  
Allium porrum (póréhagyma) 46  
Allium sativum (fokhagyma) 46  
Allium schoenoprasum (metéldhagyma) 46

Amomum 120

Amomum melegueta (melegueta bors) 107

Anacardiaceae (szömörcefélék) 203

Anethum graveolens (kapor) 144

Annonaceae (annónafélék) 202

Apiaceae (ernyősvirágúak) 82, 144, 148, 152, 154, 202

Armoracia rusticana (lapathifolia) (torma) 54

Artemisia (ürömfélék) 38

Artemisia dracunculus (tárkony) 76

Artemisia maritima (sziki üröm) 39

Artemisia absinthium (fehér üröm) 36  
Asteraceae (fészkesvirágúak) 36, 76, 203

## B

Beta vulgaris (cukorrépa) 182, 189

Brassicaceae (keresztesvirágúak) 24, 54, 202

Brassica nigra (fekete mustár) 24, 27

## C

Cannabaceae (kenderfélék) 30, 203

Capparaceae (kaprifélék) 202

Capsicum (paprikafélék) 105, 170, 172, 174-179

Capsicum annuum (fűszerpaprika) 174, 176

Capsicum baccatum (pendulum) (cserezsnyepaprika) 179

Capsicum chinense (chilipaprika) 179

Capsicum frutescens (cayenne-i bors) 176-179

Capsicum pubescens 179

Carum carvi (réti kömény) 154

Chenopodiaceae (libatopfélék) 182

Cinnamomum 129

Cinnamomum aromaticum (fahéj) 122

Cinnamomum burmanni 122

Cinnamomum loureirii (vietnámi fahéj) 122

Cinnamomum massoia 122

Cinnamomum oliveri 122

Cinnamomum tamala 122, 127

Cinnamomum zeylanicum (ceyloni fahéj) 122

Compositae *lásd* Asteraceae

Coriandrum sativum (koriander) 152

Crocus flavus gullkrokus (arany sáfrány) 62

Crocus sativus(sáfrány) 62

Crocus vernalis (tavaszi sáfrány) 62

Cruciferae *lásd* Brassicaceae

Cuminum cyminum (római kömény) 154

Curcuma longa (korkuma) 150

## E

Elettaria cardamomum (kardamom) 116

## F

Fabaceae (pillangósvirágúak) 146, 202

Ferula asafoetida 23

Foeniculum vulgare (édeskömény) 148

## G

Glycyrrhiza glabra (édesgyökér) 144

Graminae (pázsitfűfélék) 182

## H

Humulus lupulus (komló) 30

Hypericaceae (orbáncfűfélék) 202

## I

Illicium verum (csillagánizs) 144

Iridaceae (nőszirmfélék) 62, 203

## L

Labiatae (ajakosvirágúak) 74, 78, 80, 84, 86, 203

Lauraceae (babérfélék) 40, 122, 202

Laurus nobilis (babér) 40

Leguminosae *lásd* Fabaceae

Levisticum officinale (leestyán) 75

Liliaceae *lásd* Alliaceae

Lyperia crocea 67

## M

Magnoliaceae (liliomfélék) 202

Majorana hortensis (kerti majoránna) 80

Mentha (mentafélék) 78

Mentha longifolia (lőmenta) 78

Mentha piperita (borsmenta) 78

Mentha pulegium (csombormenta) 78

Mentha spicata (fodormenta) 78

Murraya koenigii (curry levél) 143

Myricaceae (viaszbokorfélék) 203

Myristicaceae (szerecsendiófélék) 92, 202

Myristica fragrans (szerecsendió) 92

Myrtaceae (mirtuszfélék) 132, 170, 202

## O

Ocimum basilicum (bazsalikom) 74

Orchidaceae (kosborfélék) 162, 203

Origanum majorana (vadmajoránna) 80

Origanum vulgare (oregano) 80

## P

Papaveraceae (mákfélék) 58, 202

Papaver somniferum (mák) 58

Pedaliaceae (szezámfélék) 156, 203

Petasites hybridus (vörös acsalapú) 72

Petroselinum crispum (sativum)

(petrezselyem) 82

Pimenta dioica (officinalis) (jamaikai szegfűbors) 170

Pimpinella anisum (ánizs) 144

Piperaceae (borsfélék) 100, 202

Piper 100

Piper clusii (Ashanti bors) 107

Piper cubeba (kubéba bors) 108

Piper longum (bengáli bors) 100

Piper methysticum (mámorebors) 108

Piper nigrum (fekete bors) 100, 102, 105

Piper officinarum 100

Poaceae (pázsitfűfélék) 182

Prunus laurocerasus (babérmeggy) 45

## R

Rosmarinus officinalis(rozmaryng) 84

Rutaceae (rutafélék) 203

## S

Saccharum (cukor) 189

Saccharum officinarum (cukornád) 182, 186

Salvia officinalis (zsálya) 86

Schinus molle (perui bors) 108

Sesamum indicum (szezámfű) 156

Sinapsis alba (fehér mustár) 24, 27

Solanaceae (burgonyafélék) 174, 203

Syzygium aromaticum (szegfűszeg) 132

## T

Trigonella coerulea 146

Trigonella foenum-graecum (görögszéna) 146

Tritonea aurea 67

## U

Umbelliferae *lásd* Apiaceae

## V

Vanilla 164

Vanilla pampona 164

Vanilla planifolia (fragrans) (vanília) 162

Vanilla tahitiensis 164

## X

Xylopia aethiopica (guineai bors) 107

## Z

Zingiberaceae (gyömbérfélék) 110, 116, 150, 203

Zingiber officinale (gyömbér) 110





**S**okféle fűszer létezik – a hétköznaptól az egzotikusig terjed a választék, és mind fontos szerepet játszott az emberiség történelmében. Az utánuk folytatott kutatások során új világokat fedeztünk fel; értékük emelkedése, illetve csökkenése nyomán birodalmak virágoztak fel vagy épp tűntek el végleg, idővel pedig teljesen átformálták étkezési szokásainkat.

**A FŰSZEREK ZAMATOS TÖRTÉNETE** az ízesítőszererek eredetét, valamint felhasználásuk lebilincselő elterjedését tárja fel az Olvasó előtt – az ánizstól kezdve a korianderen, babéron, rozsmaringon át az ürömig és a vaníliáig – anekdotákkal, receptekkel színesítve a negyven leggyakoribb fűszerről összegyűjtött ismereteket. Látványos illusztrációival **A FŰSZEREK ZAMATOS TÖRTÉNETE** valóságos csemege az érzékek számára.

