

# FÜBEN, BORBAN ORVOSSÁG

A gyógynövények és a bor párosítása nem új keletű találmány, hiszen jótékony hatását már az ókorban felfedezték. Több évszázadon keresztül használták szerzetesek, orvosdoktorok, patikusok, és a népi gyógyászatban is elterjedt volt, most mégis újdonságként jelenik meg az italpalettán. A régi hagyományt dr. Bene Zsuzsanna éleszti újjá bodrogkeresztúri pincéjében.

## GYÓGY- ÉS FÜVES BOROK TÖRTÉNETE

A bor gyógyászati értékét az ókori orvostudomány rendkívül magasra tartotta. A hagyomány szerint *Aszklepiadész* (Kr. e. 128) híres ókori orvos fedezte fel a bor gyógyászati értékeit. Az ókori orvosok nemcsak belső használatra, hanem külsőleg is alkalmazták: borban mosdatták az újszülöttet, borral mosták a sebeket, fekélyeket, a bor volt az ókor legjobb antiszeptikum. A belsőleg alkalmazásnál a legmegfelelőbb fajtát a betegség természetétől és a betegről függően választották ki. Az ókori gyógyászat nem tisztán rendelte el a bor fogyasztását, hanem mindenféle gyógyfüvekkel készült borok alakjában. A füves, illatosított borok már a középkorban nagy szerephez jutottak, mert vinum medicatumként, gyógyszerek kísérőjeként használták az orvosdoktorok. A kellemes ízű, illatú italokkal a keserű gyógyporokat, orvosságokat könnyebben lehetett beadatni. A reneszánsz nagy megújulásával, az ókori ismeretek

felfedezésével számos füves, illatosított, ízesített gyógybor terjedt el részben ókori receptek, az ókori szerzők újrafelfedezésének hatására. A kolostori kertekben, kerengőkben mindig lehetett találni gyógynövényes virágágyásokat, beáztatták a növényeket borba és étvágygerjesztő gyomorerősítőként fogyasztották.

A leggyakrabban áztatott növények a benedekfű, a borókabogyó, az angyalgököér, az ánizs, a bodza, a parlagi rózsa, a menta, a feketeáfonya, a csipkebogyó, a citromfű, az ezerjófű, a diólevél, a kamilla, a hársfavirág, a kálmosgyökér, a rozmaring, a petrezselyem és a tárnicgyökér voltak.

A magyar népi gyógyászat is nagy becsben tartotta a bort, nemcsak tisztán, hanem gyógynövényekkel keverve füves borként, gyógyborként is, több mint százféle füves bor receptje található meg a korabeli szakirodalomban, amelyeket a legkülönbözőbb betegségekre javasoltak a pácienseknek.

*(Részlet Dr. Bene Zsuzsa: Herbaborárium c. könyvéből)*



## NARANCSBOR NARANCS NÉLKÜL

A herbaborok mellett narancsborok is érlelődnek a méretes amforákban, viszont ez esetben nem kerül narancs a borba. A készítés során a szőlőt héjon áztatják és héjon erjesztik, a cefrét nem kénezik és nem kezelik, a cél olyan polifenol típusú vegyületek kioldása a bogyóhéjból, héjból és magból, amelyek speciális színnel és aromavilággal gazdagítják a fehérborokat. A bor a nevét a narancssárga színéről kapta. A narancsborok különleges aromavilágának kialakulását a speciális edények révén megvalósuló mikrooxidációnak és a hosszú héjon áztatásnak tulajdonítják. Az így kapott nedűk megfelelnek a gasztronómia legújabb trendjének, mert a szőlő alapanyag biogazdálkodásból származik, a borkészítés filozófiája pedig visszanyúlik a hagyományokhoz.



Nemcsak a gyógynövényes, azaz a herbaborok megjelenése jelent különlegességet, hanem a készítésük is, hiszen ezek az italok amforákban érlelődnek. *Bene Zsuzsanna* nemcsak borász, de a Tokaji Borvidék Szőlészeti és Borászati Kutatóintézetének borászati kutatásvezetője és egyetemi oktató is. Így nemcsak készíti a borokat, de elemzi és kutatja is azokat, ebből fakadnak kísérletező és megújító ötletei a saját borászatában. Arra gondolt, hogy feleleveníti a régi tudást, és a mai kor igényeihez igazítva készít gyógynövényes borokat. Ehhez felfedezte *Léglő Attila* kőagyag amforáit, és ebben érleli a herbaborokat, hogy azok átadják az energiájukat a bennük készült boroknak, ahogyan Zsuzsa fogalmaz.

Az itt készülő herbaborok nem pontos másai az évszázadokkal ezelőtti receptúráknak, önálló kategóriát képeznek, mert nem gyógyító szándékkal készülnek, illetve csak kétféle szárított gyógynövényt használnak boronként. Inkább gasztronómiai élményt nyújtanak harmonikus ízeikkel, de azért a bennük lévő gyógynövények is kifejtik hatásukat.

Minden évjáratból olyan alapsort választanak ki, amely magasabb alkohol- és savtartalommal rendelkezik, hogy a növényi hatóanyagok minél tökéletesebben kioldódhassanak az áztatás során. Igyekeznek megtartani az alapsor kategóriájára jellemző jegyeket, amelyeket szépen kiegészít a gyógynövény-páros aromája. A növények sem véletlenül kerülnek egymás mellé az amforákba, Zsuzsa kísérletei azt mutatják, akkor hatásos és harmonikus a végeredmény, ha a gyógynövény-páros egyik tagja illóolajban gazdag, a másik pedig ízben domináns flavonoidot vagy keserűanyagot tartalmaz, így együtt szépen kiegészítik a borok kedvező élettani hatását.

Többféle párosítást is kipróbáltak, például apróbojtorján és citromfű, vagy fehér akác és zsálya, levendula és citromfű, málnalevél és citromfű, ezenkívül készült galagonya és bodza, gyömbér és ezerjófű párosítással bor, és egy karácsonyi összeállítás is, amelyhez fekete berkenyét használtak.

Étrendi szerepüket tekintve alapvetően nem harmóniaitalok, elsősorban nem ételek kísérői, inkább lefekvés előtt javasolt belőlük egy pohárral fogyasztani, vagy amelyik emésztést segítő gyógynövényt tartalmaz, azt étkezés előtt aperitif italként felszolgálni.

Zsuzsa azt tapasztalja, hogy erős az emberek vonzalma a gyógynövények iránt, ezért rögtön felkeltik az érdeklődésüket a borai, a gasztronómiában pedig azért figyelnek fel rájuk, mert érdekes és új ízként jelennek meg az italpalettán.

Sárközi Judit