



Szeretjük a növényeket. Örömet okoz szépségük, élvezzük gyümölcsöket, használjuk fájukat. De gondolkodjunk-e rá, hogy egyes növények az emberi civilizáció, a történelem menetét is befolyásolták, háborúkat robbantottak ki, gyarmatbirodalmakat virágoztattak föl, emberek életét változtatták meg? Vajon mi lehet a titkuk?

## BEFOLYÁSOS NÖVÉNYEK

# A FAHÉJ

Karácsonyi ünnepek, süteményillat, forralt bor és fahéjas kalács...

A téli otthon a kályha melege és egy fűszer aromás illata teszi oly meghitté.

Egy fűszeré, melynek sok évezredes történetéhez természetők izzadsága, karavánok hosszú sora, gyarmatosítók harcai társulnak. Ismerkedjünk meg a fahéjjal!

**A** fahéj és a kasszia az emberiség legrégebben használt egzotikus fűszerei közé tartoznak. A nálunk is jól ismert babér közeli rokonai, de míg a babér mediterrán származású, s védett helyen nálunk is nevelhető, a fahéjak kifejezetten trópusi növények.

A **valódi fahéj** (*Cinnamomum verum*) 8-15 méter magas, terebélyes koronájú, mutatós lombú, örökzöld fa. Bőrnemű, egyszerű, épszélű, sötétzöld levelei fényesek, s jellegzetességük a 3-5 párhuzamosan futó, hosszszanti levélér. A frissen kihajtó fiatal levelek élénkpirosak. Kicsi, krémsárga, illatos virá-

gai nagy bugás virágzatban nyílnak, majd apró, bíborfekete bogyótermések fejlődnek belőlük. Srí Lanka és Dél-India tengerparti örökzöld erdeiben őshonos, 700 méter tengerszint feletti magasságig fordul elő.

A fahéj közeli rokona, a **kasszia** vagy **kínai fahéj** (*Cinnamomum cassia*, syn: *C. aromaticum*) is az emberiség legrégebben használt fűszereinek egyike. Közepes termetű, örökzöld fa. Fényes zöld, ritkán sárgászörös fonákú, elliptikus levelein három párhuzamos ér fut végig. Kicsi, fehér virágai laza fürtvirágzatban nyílnak nyáron, hosszúkas, 1 cm-es termései bíborfeketére

érnek. Eredetileg Dél-Kínában őshonos, de Délkelet-Ázsiában mindenféle ültetik. A kínai konyha ötezer éve ismeri, és nemcsak fűszerként, hanem illatszerek, gyógyszerek készítésére is felhasználják desztillált olaját. Az illóolaj forrása az éretlen termés, amit „kassziabimbó” néven fűszerként is forgalmaznak.

A fahéj fűszer a fa lehántott, aromás kérge – aki már egyszer is szagolta, megjegyzi és megismeri jellegzetes, erős illatát. Az ültetvényeken évente két-három alkalommal szüretelik, néhány centiméteres hajtásokat vágnak, majd ezekről hántják le a kérget.



A fahéj csővé sodorva és szárítva kerül kereskedelmi forgalomba



Levelén jellegzetes módon három párhuzamos ér fut végig



A fahéjat darabosan és por formájában is árulják a közel-keleti piacokon (Urmia, Irán)



## GYÓGYÍTÓ FŰSZER

A fahéj és a kasszia fontos fűszerek, felhasználásuk azonos. A gasztronómiában szerepük széles körű, édes és sós ételek, báránból készült fogások, rizses ételek, páclevek, gyümölcsdesszertek, csokoládés édességek, kenyerek, péksütemények, italok, sör és forralt bor elengedhetetlen ízesítői. A fahéjtea vízzel és cukorral készült ital, melyet a Közel-Keltemen fogyasztanak hideg időben. Egy másik fahéjas téli ital alapja tej, melyet mazsolával, apróra vágott pisztáciával szórnak meg.

A szüretelés közben letördelt ágdarabokból, valamint a növények leveléből, kérgéből, gyökeréből nyert illóolajat ételízesítőként, illatszerként, szappangyártáshoz használják fel. Antiszeptikus, élénkítő, keringésjavító hatása miatt magas vérnyomás és emésztési zavarok kezelésére használják.



Közei rokona, a babér közkedvelt mediterrán fűszer

A cső alakú héjakat összeillesztik, kézzel betekergetik és így szárítják vékony, törékeny fűszerré.

## Áldozati növények

A fahéj és a kasszia a nagy ókori birodalmak legfontosabb egzotikus illatnövényei voltak. Ősidők óta használják őket. Az ókori Egyiptomban a balzsamozásnál és áldozati növényként füstölőkben, valamint gyógyszerként is megjelentek. A Bibliában is szerepelnek, a zsidó vallási szertartásokon és

gazdagabb házakban illatanyagként, illetve füstölőkbe voltak használatosak. A főpapok és a királyok felszentelésére szolgáló szent kenet összetételében is szerepelnek. A rómaiak is szent növénynek tartották mindkettőt.

Az ókorban szárazföldön, hosszú és veszélyes karavánutakon szállították e drága fűszereket Nyugatra, ezért az áruk az aranyhoz hasonló volt. Konyhai használatuk kevésbé volt elterjedt, mint ma. Drágaságuk miatt biztosan egyiket sem főzték olyan köznapi ételekbe, mint például a tejbedara,

ahogyan azt most mi tesszük, az ókori források alapján azonban feltételezhetjük, hogy fűszerként is kedveltek voltak a gazdagok konyháiban.

Népszerűségük a gyarmatosítások korára sem csökkent. A valódi fahéj olyan keresett, nagy hasznot hozó fűszer volt, hogy a gyarmatosító portugálok a fahéjért foglalták el a 16. század elején Ceylon, mai nevén Srí Lanka szigetét, amíg a hollandok 1636-ban ki nem űzték őket. A hollandok kezdték meg a fa termesztését is, és a felesleges készletek elégetésével tartották magasban az árát. Ke-



A dél-kínai és japán templomok kertjében gyakran látni matuzsálemkorú kámforfát (Kanton, Kína)



### TUDTA, HOGY...

...a kasszia vastagabb és durvább, íze kevésbé finom, mint a valódi fahéjé, de sok helyen összetévesztik a kettőt és a tasakokon sem különböztetik meg a két fahéjfajt?



FOTÓ: FRÁTER ERZSÉBET ÉS PIXABAY

reskedelme az 1770-es évektől lendült fel, amikor más szigetekre, Indonéziába, Indiába is áttelepítették, ma Srí Lanka után a Seychelle-szigetek a legnagyobb termelő. A hollandok kereskedelmi monopóliuma 1796-ban szűnt meg, mikor az Angol Kelet-indiai Társaság vette át az irányítást.

### A fahéj rokonai

A fahéj a babérfélék (*Lauraceae*) családjába tartozik. A család névadója szintén fűszer, csak jóval olcsóbb és közönségesebb. A

**közönséges babér** (*Laurus nobilis*) népszerű mediterrán származású, szürkés kérgű, örökzöld fa. Elliptikus, merev, bőrnemű, sötétzöld levelei megtörve jellegzetes illatot árasztanak. Kicsi, zöldessárga virágaiból fényes, kékesfekete bogyótermések fejlődnek. Terméses ágaiból az ókori görögöknél a győztes császárokat és a híres költőket dicsőítő koszorút fontak. Kis-Ázsia és a Balkán-félsziget keménylombú erdeiben őshonos. Ma már az egész mediterráneumban elterjedt, a Kárpát-medencében csak a védett, meleg helyeken nevelhető.

Idősebb levele nálunk is népszerű fűszer, a frissen kihajtó, zsenge, világos hajtások nem olyan aromásak. A konyhában frissen vagy szárítva hal-, bány-, borjú- és vadételek, levesek ismert fűszere. A bogyóiból préselt olajat is használják, likórt ízesítenek, szappant illatosítanak vele. Illóolajából ízületi gyulladásokra, ficamokra bedörzsölőszert készítenek, a levélfőzetéből készült fürdő végtagfájdalmak esetén hatásos.

Másik rokonuk, a Délkelet-Ázsiából származó **kámforfa** (*Cinnamomum camphora*) nagy termetű, terebélyes lombú, hosszú életű fa. Japánban sok matuzsálemkorú példányt tisztelnek szent faként. A gyökerének és kérgének lepárlásával nyert kámforolajat és a kristályos, fehér anyagot, a kámfort az ókor óta használják illatszerekben, balzsamokban. Fájdalomcsillapító, fertőtlenítő, keringésjavító hatása miatt bedörzsölésre szánt reumás kenőcsökbe, valamint orrdugulás ellen inhaláló szerekbe, ajakírba teszik. A kámforkristályt lőpor- és celluloidgyártásnál is nagy mennyiségben használták. Közismertebb ennél, hogy valamikor a leggyakoribb molyirtószer volt. A fehér, kissé áttetsző, átható illatú kámforkristály szobahőmérsékleten is jelentős mértékben szublimál, vagyis szilárd halmazállapotból légneművé válik, a közismert mondás is erre utal: „eltűnt, mint a kámfor”. Ma már szintetikusán is elő tudják állítani. Erőteljes, tartós illatú fáját a rovarok elkerülik, ezért Kínában selyem és egyéb ruhaanyagok, a hagyományos patikákban pedig a természetes növényi és állati gyógytermékek tárolására használják a kámforfát.

Fráter Erzsébet