

Ettől ájul az imám

Szerelem almája, padlizsán a neved

Már az időszámítás előtti negyedik században természetették Ázsia egyes területein, Európában csak a középkorban vált ismertté. Valószínűleg képzettársításokra okot adó alakja miatt nevezik a szerelem almájának is. De miért hívják az arabok Ájult Imámnak? Novemberi történetünk a padlizsánról szól.



Valószínűleg arab kereskedők hozták Európába az első padlizsánokat, legalábbis erre utal a neve, amely egyértelműen az arab badinjan szóból eredeztethető.

TÖRÖKÖK HOZTÁK

Perzsául badin-gan, szanszkritül vatinganah névvel illetik, angol nyelvterületen eggplant, azaz tojásnövény a padlizsán. Utóbbi feltehetően a XVIII. századi Európában ismert fajta alapján alakult ki, az ekkori zöldség színében és formájában a libatojásra emlékeztetett. A magyar nyelvben törökparadicsom, egyes helyeken kékparadicsom néven ismert. Mindéből kitalálható, hogy török közvetítéssel érkezett a Kárpát-medencébe, nagyjából egy időben európai elterjedésével.

ELŐSZÖR MÉG SZÚRT IS

Az első írásos említés egy 544-ben keletkezett kínai mezőgazdasági feljegyzésben található, Európában első ízben egy XII. századi, arab-spanyol „szakkönyv” írja le termesztésének szabályait. A szakirodalom szerint eredeti, vadon termő változata tövises volt, Dél-Ázsiában nemesítették az Európában is ismert, tövistelen változatokat. A középkori Spanyolországban már legalább négyféle padlizsánt termesztettek (a katalánok albergíniának nevezték, ebből származik a francia aubergine név).

JAPÁNBAN NEM VICCELNEK...

Manapság alapvetően kétféle típust különböztetünk meg. Az olasz padlizsánnak hívott, tojás alakú mélylila, valamint a halványabb színű és nyújtottabb formájú kínai padlizsánt. Ez utóbbit nevezik egyes területeken a szerelem gyümöl-

csének, Kínában, Koreában és Japánban fallikus szimbólumként is számon tartják. Távol-keleti piacokon akad akár egy méter hosszú vagy kígyó alakú változat is.

RÉMHÍREK

SZEGÉNY PADLIZSÁNROL

Ugyanakkor elterjedését és népszerűvé válását hátráltatta az a tény, hogy bizarr, ismeretlen színe és kesernyés íze miatt sokáig mérgezőnek és emberi fogyasztásra alkalmatlannak tartották. A korábbi híedelmek szerint mérgezést okoz, fogyasztója megháborodik, és/vagy leprássá válik. Talán éppen ezért egyes országokban – így az Egyesült Államokban is – még a XX. század elején is csak dísznövényként tartották.

VIRÁGÁT, LEVELÉT NE EGYÜK!

Viszont egyik lehetséges őshazájában, Indiában vérképző, emésztésvajító hatást tulajdonítanak a növénynek, sőt úgy tartják, hogy rendszeres fogyasztása lassítja az emberi szervezet öregedési folyamatát. (Azért zárójelben megjegyezzük: mivel a burgonyafélék családjának tagja, a padlizsán virága és levele nagyobb mennyiségben elfogyasztva valóban okozhat mérgezős tüneteket, magas szolanintartalma miatt.) Hogy valóban lassítja-e az öregedést, ezt nem tudhatjuk. Tény azonban, hogy a padlizsán által tartalmazott anyagok stimulálják az emésztőrendszert, ugyanakkor görcsoldóként és lazítóként sem utolsó.

FŐZÉSI TANÁCSOK

Magyarországi termőterülete nem számottevő, alig 5-600 hektár. A világ padli-

zsánföldjeinek több mint fele amúgy Kínában található, Európában Törökországé a vezető szerep.

A modern gasztronómiában egyre többen használják húspótló alapanyagként. Sokan azonban nem tudják, hogy csaknem minden pozitív hatású bioaktív anyag a zöldség héjában található, meghámozni tehát nem tanácsos. Párolás után íze a dióhoz hasonló. Szinte bármilyen főzési technológiával elkészíthető: sütve, grillezve, rántva, darált hússal töltve is nagyszerű étel, sok helyen készítenek belőle krémet is. Túlérett állapotban kesernyés mellékíze van, ezt sózással ellensúlyozhatjuk. (A túlérett padlizsán könnyen felismerhető, ilyen állapotban héja elveszíti fényes csillogását, mattá válik.) Zsiradékban történő sütése előtt javallott sóval előkezelní és pihentetni, ettől felesleges folyadéktartalma (leve) eltávozik, de ízei, aromái ettől még nem tűnnek el.

IGAZI ZSÍRBOMBA LEHET

A mediterrán területeken olajos salátaként is fogyasztják, a balkáni népek erőteljesen fűszerezve készítik a padlizsánt. A megsütött padlizsán húsa lefagyasztva bármikor fogyasztható. Érdeemes tudni, hogy rengeteg zsiradékot képes felvenni sütéskor: egy ausztrál kutatás szerint egyetlen padlizsánszelet 70 másodperc alatt akár 83 grammot is képes magába szívni. Ezért így elkészítve energiadús, laktató, nehéz étel készülhet belőle. Az olajban sült padlizsán arab világban ismert neve különben Imam bayildi, azaz Ájult Imám.

Kolbe Gábor