

Üks laimide säilitamise viise on kuivatamine. Araabia maades on levinud laimide keetmine soolakas vees ja nende hilisem kuivatamine päikese käes kuni vilja tumenemiseni. Sellisel kuivatatud viljade peenestamisel saadakse hapukas ja vürtsikas maitseaine.

Laimi õhukesest koorest saab valmistada aromaatselt laimiõli. Eeterlike õlide rohkus (kuni 7%) ja koostise eripära võimaldavad laimiõli kasutada aroomteraapias eri otstarvetel, näiteks külmetushaiguste raviks, naha- ja juuksehoolduses ning üldvärskendajana ruumide õhus.

Rohekas hapu mahl

Võrreldes teiste tsitrusviljadega, on laim mahlarikas, kuni 90% vilja massist langebki vee arvele. Ka viljaliha värvus on teiste tsitrustega võrreldes omalaadne – nõrgalt roheka tooniga.

Kuivainete poole pealt tuleb esmalt märkida laimide süsivesikute sisaldust, mis küünib 7–8%ni. Need aga, kes ootavad laimide söömisest magusat maitseelamust, peavad paraku pettuma. Põhjus on selles, et orgaaniliste hapete rohkus varjutab süsivesikutest tingitud magusa maitse täielikult ja laimisõbra keelele jääb vaid tuntuvalt hapukas mekk.

Valke ja rasvu on loo nimitelgelases kasinalt ja needki koonduvad põhiliselt seemnetesse. Viimasel ajal on nii tööstuses kui tarbijate seas rohkem populaarsust kogunud just seemneteta viljad.

Laimi ja temast valmistatud mahla kalorsus ongi määratud peamiselt süsivesikute ja orgaaniliste hapetega ning nende energeetiline väärtus on tagasihoidlik.

Ka kiudainete sisalduselt pole laim, võrreldes teiste taimeriihi viljadega, mingi eriline tegija, kiudainete koguhulk küünib protsendi-paarini.

Tunduvalt suuremad eelised on laimi viljalihal mikrotoitainete – vitamiinide ja mikroelementide vallas. Vitamiinidest tuleb märkida laimide suhteliselt kõrget vitamiini C sisaldust, samuti on laimides piisavas koguses bioflavonoide ning mainida tuleb ka mitmeid B-rühma vitamiine.

Mineraalainetest leidub laimides ohtralt kaaliumi- ja fosforühendeid, mikroelementidest aga rauda. Paraku on viimase omastamine laimist inimesele aga raskendatud.

Enne tooted, siis viljad

Tavaliselt puutub inimene kõigepealt kokku laimist tehtud toodetega, milleks on mahlad, mahlakontsentraadid ja siirupid. Ehkki laimimahl on pea sama hapu kui sidrunimahl, hinnatakse seda suurema aromaatsuse pärast. Rikkalikum maitsebuket on tingitud sellest, et laimimahla valmistamiseks võib kasutada vilju tervikuna, tõsi, piirates mõnevõrra siiski väliskeseta kogust. Suhkrut võib laimimahlale ohtralt lisada, aga haput maitsevarjundit see ikkagi lõplikult ei peida.

Omalaadse mõrkjashapu maitsega laimi-mahl aitab paremini esile tuua ka mitmete troopiliste puuviljade maitset, näiteks puuviljade segusalatites. Kuna laimimahlas on rikkalikult sidrunhapet,

mis toimib kaitsva antioksidandina, aitab mahlalisand vältida peenestatud puu- ja köögiviljasalatite kiiret tumenemist hapniku mõjul.

Rikkalik happesisaldus tagab laimimahla edu ka marinaadide ja kastmete rindel.

Rasvase vääriskala – lõhe, forelli – ülepiserdamine laimimahla parandab maitseomadusi ja soodustab kalarasvade hilisemat seedumist. Marinaadi rollis aga pehmenab laimimahla leotis loomseid sidekoelisi valke ning hiljem annab toidupoolise lisaväärtusena ka aromaatselt hapuka meki.

Laimimahlast kastmed on levinud Aasia ja Ladina-Ameerika rahvusköörides ning vürtsikuse tõstmiseks lisatakse kastmetele kas ingverit, küüslauku, pipart või tsillit.

Toitudes ja jookides

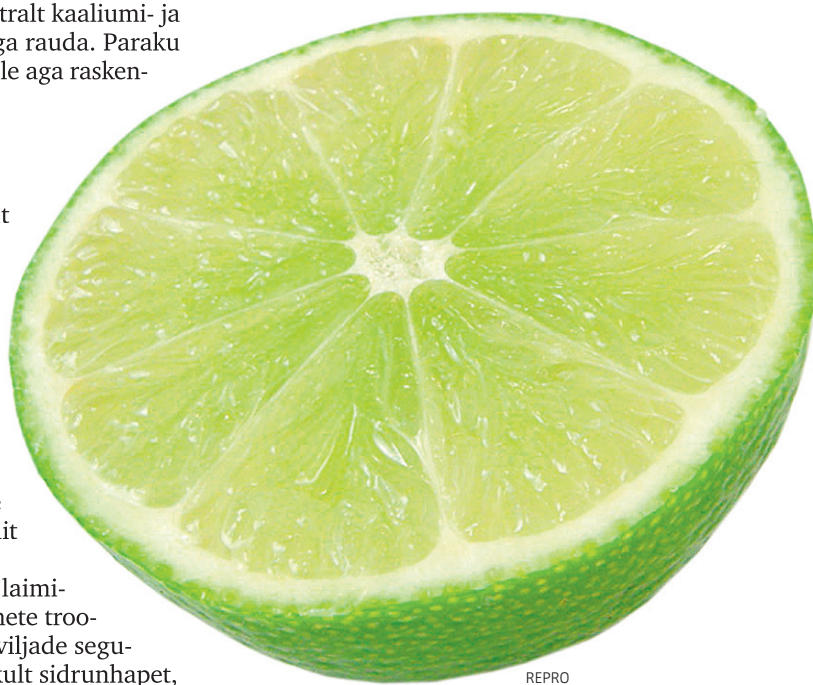
Omalaadse maitse ja värvuse tõttu hinnatakse laimimahla paljude segujookide koostises. Viimased võivad olla kas alkoholita või alkoholiga. Tuntumatest alkohoolsetest jookidest passib laimimahl edukalt kokku mitmete rummi-, tekiila- ja viskisoritidega. Sageli kasutatakse nende kokteilide kaunistuseks kas laimiviilu või -spiraali.

Veel kasutatakse laime nii soolase kui magusa suupoolise lisandina. Soolastest toitudest käib laim kokku liha- ja kalaroojadega, juurviljasuppide ja oatoitudega. Tõsi, needki kulinaarsed traditsioonid pärinevad rohkem laimi kodumaalt.

Magusatest ampsudest on laimilisandit jäätistes, jookides, keedistes, marmelaadides ja seguteedes. Viimastesse sobituvad kuivatatult mitmed laimipuu annid: öied, vilja- ja lehetükid, eeterlikud õlid, kusjuures need sobivad võrdse edukusega nii rohelise kui musta tee koostisse.

Loomulikult võib teeliseandina kasutada ka viilu värskest laimist. Tunduvalt sagedamini võime värskeid laimiviile kohata aga joogiveekannudes.

URMAS KOKASSAAR



REPRO