

Köömned ammusel ajal ja tänapäeval

REPRO

Sel aastal valminud köömneseemned on kasvatajatel kogutud, nüüd jääb üle neid vaid toitude-jookide maitsestamiseks kasutada.

Sarikaliste sugukonda kuuluva hariliku köömne viljad on kaksikseemnesed, millest igaüks jaguneb lõpuks kaheks sirpjaks 5–7 mm pikkuseks seemneks. Seemneid katab küllaltki paks kest, mistõttu õigete säilitustingimuste korral – õhukindlalt suletud anum, pimedus ja jahedus – säilib köömnete vürtsikas lõhn ja maitse aastaid.

Köömnete firmamärk on kergesti lenduvad eeterlikud ühendid. Viimaste koguhulk viljades küünib maksimaalselt kuni 7%ni. Kehtib reegel: põldudel kasvatatud köömnetes on eeterlikke õlisid rohkem, looduslikest kasvukohtadest kogutud seemnetes aga vähem.

Tuntumad köömnetest lenduvad eeterlikud õlid on karvoon, limoneen, pineen ja nende mitmesugused keemilised teisendid, mis annavadki loo peategelasele iseloomuliku lõhna ja äratuntava, suurt kogustes isegi kergelt põletava maitse.

Haistmismeele vahendusel tajutud köömnelõhnal on organismile ergutav ja stimuleeriv toime.

Tänu eeterlike õlide küllusele ja eripärale lämmatab rohke köömnelisand isegi paljude teiste maitseainete mõju. Tugevama aroomi saamiseks tuleks aga seemned enne maitsestamist lihtsalt uhmris purustada. Analooigne mõju ilmneb ka seemnete röstimisel.

Lisaks eeterlikele õlidele sisaldavad köömned veel muidki koostisosi. Koguseliselt kõige rohkem on neis süsivesikuid, mis annavad pea poole seemnete kaalust. Tõsi, suure osa süsivesikutest moodustavad kiudained.

Arvestatavalt on köömnetes veel ka valke (kuni 22%) ja köömneõli



(kuni 20%). Vähemal määral leidub köömnetes parkaineid, vaike ja vaahasid.

Ammune toidu- ja joogilisand

Üks köömnete populaarsuse põhjus peitub kindlasti selle taime ulatuslikus levikus.

Eesti keeles on seda taime ristitud mitme nimega: keemled, köömlid, kömmliid, köömlad, küümlid, küömned, küümned jne. Arvatakse, et kõik need nimetused ja praegugi kasutusel olev sõna “köömen” tulnud saksakeelsest sõnast *Kümmel*.

Tavainimene puutub köömnetega kõige rohkem kokku just igapäevase leiva söömisel, kusjuures need maitserikkad seemned sobivad edukalt igasuguste leibade koostisse. Eestis hakati köömneid lisama eeskätt rukkipüülijahust tehtud peenleibadele, et tasakaalustada nende tavalisest mõnevõrra magusamat maitset.

Maitseandjatena kasutati köömneid ka karaskites. Muudest küpsistest kohtab köömneid teatud soolaka maitsega küpsisesortides ja mõningates pirukates. Eestlastele omastest toitudest maitsestatakse köömnetega veel ka hapukap-