

Hani rasvaga ei koonerda

Aasta viimastel kuudel rändavad nuumhaned esmalt ahju ja sealt toidulauale. Haneliha läheb loomulikult söögiks, aga mida teha hanerasvaga?

Hanedega seostub ohtralt legende ja uskumusi. Ürgsete müütide kohaselt oli väidetavalt maailma esimene heli hane kaagatus. Vägaigi tuntud on ütlus, et haned päästsid Rooma, ja seegi põhineb nende valvsate lindude häirel gallialaste öise rünnaku puhul. Antiikses Roomas loetigi hane valvsuse sümboliks. Samas on hanede hääliitsusi ka teisiti tõlgendatud ning hilisemal ajal samastatakse pidevat kaagatamist pigem kuulujuttudega.

Omamoodi tähendus on leitud ka hanede rännetele. Aasias arvatakse saabuvat hane heade uudiste toojaks, mitmel pool mujal seostatakse metshanede rändega vabadust. Koduhane peetakse koduhoiu ja truuduse märgiks, kuid keskajal peeti valge toretseva sulestikuga linde pigem keigariteks.

Hanepidamise ajaloo on inimesed nendelt lindudelt saanud nii kehakinnitust (munade, liha ja rasvna) kui ka vaimuvara talletamiseks vajalikke abivahendeid, nimelt hanesulgi kirjutamiseks.

Sajandite eest kuulus hanepraad vaid jõukama elujärgjega inimeste toidulauale. Rohkem kui sajand tagasi sai ka eesti talurahvas hanest naudita enamasti vaid rupskeid, ehk nagu tollal väljenduti – kolusid. Puhastatud ja rapitud hane lihakeha läks harilikult müügiks, oma perele keedeti suppi hane kaelast, pugust, südamest, kopsudest ja tiivanukkidest. Toiduvalmistamisel läks käiku isegi haneveri, millest tehti kärke.

Nüüd on aasta lõpukuudel hanesid küll pidevalt saada, ent tegu

pole ka tänapäeval sugugi odava kaubaga. Vabas looduses elavad haned talletavad keha eri piirkondadesse piisavas koguses rasva, et sooritada pikki rändeid. Koduhanedel pole vaja rännata, kuid nende pidamis- ja söötmistingimused soodustavad veelgi rohkem rasva ladestumist.

Hani rasva nuumaga

Eriti rasvaseks muutuvad haned nuumamisel. Nuuma põhiline eesmärk on suure ja rasvarikka hane maksa saamine. Nuumamisel suureneb hanemaksa rasvasisaldus pea kümnekordseks ning maksa kaal küünib mitmesaja grammini. Ohter sundsöötmine ja liikumisvõime pea täielik piiramine soodustavad rasva ladestumist mujalegi linnu kehasse peale maksa. Paraku on selliste lindude elujärg rohkem kui kurb – kogunev suur rasvahulk ning totaalne liikumispuudus rikuvad paratamatult ka nuumlinnu tervise.

Hane peamised rasvaladestused koonduvad lisaks maksale veel kõhuõõnde, naha alla ning keha tagaossa. Korralikult nuumatud hani suudab kehasse talletada isegi veidi üle 40% rasva. Nuumhane lihaskoe rasvasisaldus võib olla eeltoodud näidust vaid poole väiksem.

Õigluse nimel peab lisama, et nii rasva söödetud hanesid müügilettidel ei kohta. Rohkest rasvast on tingitud ka küpsetamisjärgsed muutused, sest kui küps hanepraad ahjust lõpuks välja võetakse, märgatakse üllatades, et linnu mõõtmed on esialgses võrreldes tublisti kaahanenud ning küpsetusalusel loksub soliidne kogus väljanõrgunud hanerasva.

Toatemperatuuril on hanerasv pooleldi tahkes olekus. Põhjus on rasva biokeemilises koostises. Ni-



Rasvane hani kaotab küpsedes oma rasva ja

melt on hanerasvas esindatud kõik kolm rasvhapete põhirühma. Kõige rohkem on monoküllastamata rasvhappeid, koguseliselt järgnevad neile küllastatud rasvhapped ning kõige vähem leidub polüküllastamata rasvhappeid.

Viimaste eripära sõltub suuresti ka koduhane nokaesisest. Just küllastamata rasvhapete suur koguhulk tagabki hanerasva kerge määratavuse isegi toatemperatuuril. Hanerasv hakkav vedelduma juba 44–45kraadisel temperatuuril. Hõlbus määratavus on andnud alust eesti keeleski levinud seosele, milles samastatakse hanerasva ja pugejalikku inimloomust.

Kõlbab hästi toidutegemiseks

Puhas hanerasv on koostiselt küllaltki ühekülgne toode, sest lisaks rasvadele leidub selles imevähe kolesterooli, milligramm iga rasvagrammi kohta, ja vähestes kogustes ka rasvlahustuvaid vitamiine A ja E.