



Restorani Olde Hansa suveterrassi kaunistavad ürdid.

ÜRTIDE võlu ja vägi

Keskajast võiksime üle võtta usu ja lootuse ürtide tervistavasse jõusse ja saatust muutvasse väesse. Suupäraseks ja kõhusõbralikuks teevad nad meie toidu niikuinii.

Olde Hansa suveterrassi kaunistavad suureõieliste lillede asemel ürdid: sidrunmeliss, aedmajoraan, tema sugulane harilik pune, aedsalat, lavendel, aedpetersell, piparmünt, aedsalvei.

“Suurematest taimekastidest viinapuuvõsude kõrvalt võite leida ka maasikaid,” lubab Olde Hansa loovjuht Angela Randmets alias Inghel Angelbeke. “Keskajal, tõi küll, tunti vaid metsmaasikat ja tedagi peeti ravimtaimeks. Maasikate ümber hõljus kerge kartuseloor, sest nad kasvasid tavaliselt paikades, kus oli palju mürkmaadusid.

Kuulus keskaegne ravitseja nunn Hildegard von Bingen, kelle kirjad ja raamatud on tänapäevani säilinud ning kelle järeldused taimede ravimomaduste kohta on üldiselt üsna õiged, pidas maasikaid söömiseks lausa sobimatuks – ei muu, kui nende vahel roomavate madude ja kärnkonnade pärast.”

Ürdid toidus ja joogis – terviseks!

Keskajal peeti ürtidest väga lugu, neid kasvatati isegi rohkem kui ilutaimi. Ürte osati hinnata eelkõige ravimina, igast neist sai abi mitme häda puhul.

Juba Hippokrates ütles, et toit peab olema rohuks, sestap maitsestati keskajal toite ürtidega üsna rohkesti.

Kõik ülalnimetatud Olde Hansa terrassil kasvavad ürdid aitavad rasvastel toitudel seeduda, ei lase neil kõhus riidu minna. Teisalt oli neil ka isu tõstev omadus. Me ei tohi unustada, et hea isu ja hea seedimine on ikkagi ühe ja sellesama protsessi osad.

Ka oli eelnimetatud ürtidel rahustav omadus, paitades nii kõhtu kui meeli. Ja nagu sellest veel vähe oleks – kõiki neid ürte peeti armurohtudeks, mis vastavalt vajadusele pakkusid armuvalule leevendust või aitasid kellegi poolehoidu võita.

Esimese söögikorrana rohelist kraami süüa soovivad meie tänasedki toitumisteadlased. Aga hea on teada, et aedsalatit osati tema maheda maitse tõttu söögiks soovitada keskajalgi. Aedsalatile omistati rahustav ja und parandav toime. Et salati maitse paremini välja tuleks, soovitati sellele lisada sibulat, murulauku, tilli ja äädikat.

Ürte lisati nii maitse- kui ka tervistavate omaduste tõttu jookidessegi. Õlle ja veini maitsestamiseks tarvitati aedmajoraani. Majoraan on pune sugulane, aga maitsetel mahedam. Teadupärast on Itaalias pune pitsade maitsestamisel kohustuslik komponent. Õlle puhul lisati majoraani juba pruulimisel, veini maitsestati hiljem.

2ÜHEL

Rein Rannap Mihkel Mattisen

kahekesi ühel klaveril
meeleolumuusikat mitmest sajandist

klaver tuleb külla



www.rannap.ee

Juulis, hirikutes

algus 20.00

N1. Tallinn	P11. Haapsalu	N15. Otepää	E19. Põltsamaa
N8. Juuru	E12. Tartu, Peetri	R16. Tori	T20. Põlva
R9. Haljala	T13. Halliste	L17. Kuressaare	K21. Tallinn, Oleviste
L10. Pärnu	K14. Järva-Jaani	P18. Muhu	R23. Keila

Sadolin

Postimees

MaaLeht

DELFI

Äripäev

1182

ilm.ee