



AED-PIPARROHI virgutab mõtlemist

REPRO

Aed-piparrohi (*Satureja hortensis*) on teenimatult unustuses olnud suurepärase üheaastane maitsetaim, mida teile soojalt soovitan.

Saksamaa Bingeni kloostris abtiss Hildegard (1098–1179) oli väga suur piparrohu austaja. Tema soovitus kõlab paljulubavalt: “Piparrohus on soojust, ja kui pea tundub tühi ja haige, lisame piparrohu pulbrit veega valmistatud leivatainale. Küpsetame tainast väikesed leivakesed, mida tuleb süüa niikaua, kuni aju elustub.”

Piparrohi on tugev seedimise soodustaja. Tema üks omadus teeb sööjatele erilist rõõmu: ta mõjub kõhupuhituse vastu ja vähendab soolestikus käärimisprotsesse. Piparrohi sobib hingamisteede haiguste korral ja eriti kõharohuks, samuti ergutab ta südame tegevust. Šveitsi loodusarsti teerajaja Alfred Vogel kiidab piparrohtu hea mõju eest madala vererõhuga inimestele.

Hea naaber ubadele

Piparrohi vajab kergelt, suhteliselt viljakat mulda. Väetamisega ärge liialdage, eriti lämmastikuga, mis vähendab aroomianete sisaldust. Viljavahelduses on ka piparrohi tei-

se põllu taim. Lahjemal mullal andke kevadel mullaharimise alla komposti (2–3 kg/m²). Mulla pH peaks olema üle 6,0.

Seeme külvatakse kevadel avamaale pärast mulla soojenemist, umbes mai keskel. Seemneid võiks eelidandada. Külvisügavus on 0,5 cm, võib külvata ka mulla pinnale. Piparrohi idaneb piisavas soojuses ja niiskuses paari nädalaga.

Taimede ümbrus katke niiskuse hoidmiseks orgaanilise kattega, aga piparrohtu võib kasvatada ka mustal kilel. Kui kasvatate taimed ette, saate kaks saaki. Kuna sel juhul on taimed suuremad, on ka kogusaaki enam. Ettekasvatatud taimed istutage samale sügavusele, mis oli külvikastis, muidu jäävad nad kiratsema.

Piparrohi on hea naaber ubadele, väidetakse, et ta suurendab nende saaki ja parandab haiguskindlust.

Tunnustatud soolaasendaja

Ürt koristage õiepungade tekkimise ajal. Esimesel koristusel jätke alles vähemalt 10cm tüügas. Pärast lõikust sorteerige taimed, korjake välja kollased lehed ja puitunud varred.

Kuivatage madalal (35°) temperatuuril. Piparrohi kuivab hästi, teda võib tugevalt segada. Ürt on krõpskuiv ühe-kahe päevaga. Kuiva ürta saab 1–3 kg/m².

Piparrohtu võib ka sügavkülmutada. Selleks sobivad vaid noored puitumata varrega värsked taimed, hakkige varred koos lehtedega hästi peeneks.

Värskel ürt on aga igal juhul vürtsikam ja maitavam. Kuivatatud piparrohul on hoopis teistsugune ja tugevam maitse ning seda tuleks toidule lisada ettevaatlikult.

Piparrohi on soolaasendaja ja üks taimedest, mida hindavad ühtviisi nii taimetoitlased kui lihased.

Lambaliha klassikaline maitse segu koosneb piparrohust, rosmariinist, liivateest, mündist ja petersellist. Sealihale sobib ta ka hästi, samuti kanale ja teistele lindudele. Lihale annab mõnusa piprase maitse, siia võib lisada veel punet, salveid ja harakputke – need kõik sobivad omavahel.

Piparrohi on parim oatoitude maitseaine. Herne- ja kapsaroad mõjub ta gaase vähendavalt ning soodustab seedimist.

Ka kala maitseb piparrohuga hoopis paremini, pange ürta kala kõhtu või hakituna paneerimisjahuks.

Harjuge lisama piparrohtu kõikidesse köögiviljahoidistesse, eriti sobib ta oa ja kurgiga. Veel võib seda panna seenehoidisesse.

TIJU VÄINSAAR