

# Põhjamaine maitsestaja kadakas

**Looduslikke maitsestajaid, mille ande sügisel korjata saab, kasvab meil suhteliselt kasinalt. Erandiks on kadakas, mille "marjad" ehk erilised käbid on rikkaliku lõhna- ja maitsebuketiga.**

Rahvasuu ütleb hariliku kadaka andide kohta lihtsalt kadakamarjad. Botaanilises mõttes on aga tegu eriliste lihakate käbidega, millel puudub tüüpiline kuiv soomuskate.

Esimesel kasvusügisel on marikäbid rohelised, kaetud valge vaikkirmetisega ning katsudes tunduvad üsna kõvad. Järgmisel aastal värvuvad nad sinakasmustaks ja neid kattev õhuke valkjashall vahakiht paistab tumedal taustal hästi silma.

Igal aastal kadakas korjajat rikkaliku saagiga rõõmustada ei suuda. Head saagiaastad korduvad ühel taimel kolme kuni viie aasta tagant, kuid kadastikus liikudes võib alati leida ka marjaküllaseid põõsaid.

Rohkem on marikäbisid päikesepaistelistes kasvukohtades kasvatatel kadakatel. Samuti tasuks arvestada sedagi, et harilik kadakas on kahekojaline taim, mistõttu isastaimedel marikäbisid olla ei saagi.

Kadaka küpsed annid on aromaatse lõhnaga ja nende maitse saab eristada kaht põhivarjundit. Suhkrud annavad marikäbidele magusa meki ning vaigud tagavad kibekas-mõrkja maitsevarjundi. Lisaks eelnimetatud koostisosadele leidub loo nimitegelastes veel eeterlikke õlised, glükosiide, valke, orgaanilisi happeid, park-, kiud- ja mõruaineid, pigmente, vitamiine ning märkimisväärselt mikroelemente (raud, mangaan, vask, tsink).

Põhilise panuse kadakamarjade lõhna- ja maitsebuketit annavad siiski eeterlikud õlid, mille hulk marikäbides küünib paari protsendini. On ilmselge, et eelloetletud biokeemiline koosteküllus avaldub lisaks erilistele maitse- ja lõhnaomadustele veel ka toimena organismi tervislikule seisundile, ning seda on rahvatarkus osanud ammustest aegadest hinnata.

## Hinnatud rahvameditsiinis

Organismi mõjutavad kadakamarjades leiduvad ühendid seepidist mitmel viisil, kuid põhilised on kaks suunda: seedimise korrastamine ja vedeliku eritamise soodustamine. Ainult et tarbimiskoguse ja -sagedusega ei tohi mingil juhul liialdada.

Kadakamarju ei peaks tarbima inimesed, kellel on probleeme seedekulgla põletike, neeruhädade ning südameveresoonekonna tõbedega.

Samuti ei kuulu see maitsestaja rasedate menüüsse.

Marikäbide sees peitub üks kuni kolm kiviköva seemet, millel on rikkalikult vaigunäärmeid.

Õige aeg kadakamarjade kogumiseks on meie tingimustes septembrist novembri alguseni, kuid põhimõtteliselt võib värvunud marikäbisid korjata aasta ringi.

Kogumisel ei maksa ahneks minna, sest suures koguses kadakamarjadega pole koduses majapidamises eriti midagi peale hakata. Marikäbide säilitamiseks tuleb need kuivatada.

Ehkki toatemperatuuril kuivatamine on tülikam ja võtab rohkem aega, tuleks kadakamarjade puhul eelistada just seda.

Ahjus kuivatamine on küll kiirem, kuid kõrgem temperatuur soodustab eeterlike õlide lendumist ning sellega halvenevad saagi mait-



**Kadakal võib märgata rohelisi ehk esimese aasta ning sinakaid ehk teise aasta käbisid.**

seomadused. Vaatamata biokeemiliselt rikkalikule koostisele ei tasu kuivatatud kadakamarju üle paari aasta säilitada.