



Erilise värvusega pronksleht on hinnatud dekoratiivtaim.

hakkab alles sügise poole, kui päev lühemaks muutub.

Pronkslehe kasutamine toiduks ja raviks on väga levinud just Aasia piirkonna elanike seas, eriti Koreas, Jaapanis, Vietnamis, Tais, Indoneesias, Laoses ning India ja Hiina teatud piirkondades. Ühtviisi võrdselt väärtustatakse Aasia köögis maitsestajatena nii lehti kui ka õliküllaseid seemneid.

Pronkslehte hakkasid maitsetaimena kasvatama ja levitama eeskätt Aasiast mujale rännanud inimesed, kes soovisid säilitada toidukultuurilist seost oma päritolumaaga. Lehtede eriline lõhn ja maitse tulenevad paljude biokeemiliste ühendite koostoimest. Lehtedest on tuvastatud mitmeid lenduvaid eeterlikke õlised, samuti ülimagusa ühendi aldehüüdset vormi, millest valmistatakse perillartiini.

Inimesed kirjeldavadki pronkslehe maitset kui vürtsikuse ja maguse omapärasest segu, milles segunevad ja mingil määral ka eristuvad kaneelile, aniisile, lagritsale, koriandrile, tsitrustele jt maitsetaimedele omased maitseid ja lõhnad.

Ei maksa nüüd arvata, nagu koondaks pronksleht endasse kümnete maitsetaimede parimad omadused. Iga inimese maitse- ja lõhnataju on teatud määral isikupärane ning sõltub vastavate organite tundlikkusest. Arvestama peab sedagi, et eri kasvukohtades kas-

vanud ja eri sortidesse kuuluvad pronkslehed pakuvad maitse- ja lõhnameelele erinevaid aistinguid.

Aasia köögi maitsestaja

Aasia rahvusköökides on kõnealuse taimede värskeid lehti kasutatud eeskätt kaunistava ja maitsestava lisandina paljude roogade puhul. Nii võib pronkslehte kohata salatites, mille koostises on köögiviljad, puuviljad, aga ka teised maitsetaimed, riisi- ja nuudlitoitudes, muna-roogade koostises, köögiviljahautistes, sojast valmistatud tofu lisandina, Aasia rahvuslikes mereanni- ja kalaroogetes, aasiapärasest kastmetes, ploomisäilistes ja konserveeritud ingveri retseptides.

Meil levinud salatikastmetest sobitub pronksleht edukalt toiduõli, mikrobioloogiliselt valmistatud äädikate, hapukoore ja majoneesiga. Eks meilgi saab pronkslehte sarnaste toitude või hoidiste maitsestamiseks pruukida.

Aasias on levinud ka pronkslehest valmistatud tee joomine, kuid sõltuvalt kasutatud toorme hulgest peab selget vahet tegema joogiteel ja ravimteel. Taimede lehti võib kõige lihtsamal viisil säilitada kas kuivatatult või sügavkülmutatult. Aasias kasutatakse ka lehtede konserveerimist tšilli ja sojakastmega.

Et aga tegu on meie jaoks suhteliselt uudse maitsetaimega, siis



Pronksleht sobib hästi sarnaste lehtedega dekoratiivtaimede seltsi.

tagasihoidlikkus selle taimede esmakordsel toiduks pruukimisel pole sugugi liigne. Segusalatitesse lisatakse vahel retseptidest sõltuvalt pronkslehe lehti ja varsi suures hulgal, seega oleks kohane heita kiirpilk ka nende toiteväärtusele.

Värske lehtede koostises on kõige rohkem vett, koguseliselt järgmisele kohale paigutuvad süsivesikud, seejärel valgud ja lõpuks lipiidid. Ehkki viimaseid on toorlehtedes alla 0,5%, on just neil põhiroll lehtede maitse ja lõhna kujundamises lähtuvalt peamiselt eeterlikest õlidest.

Lehtede vitamiinivaramust peab märkima vitamiini A eelvitamiini beetakaroteeni ja B-rühma vitamiinide perre kuuluva foolhappe arvestatavat leidumist, mineraalidest kohtab lehtedes rohkelt kaaliumühendeid.