

Võilill, väärtuslik köögivili

Paljudes maailma maades on võilill kõrgelt hinnatud delikatess-aedvili.

Jutt käib muidugi hariliku võilille (*Taraxacum officinale*) kultuurvormidest. Oma metsikute sugulastega võrreldes on nende lehed laiema, lihakama ja õrnema konsistentsiga, nad ei ole nii mõrud. Võilillest on aretatud terve hulk sorte, osa juurte, osa lehtede saamiseks ('Broad Leaved', 'Grossblättriger Löwenzahn', 'Amélioré à Coeur Plein' jt). Mõne aretise lehekodariku läbimõõt võib olla isegi kuni 60 cm.

Võilille tasub süüa, sest ta sisaldab rohkelt tervisele ülivajalikke vitamiine ja mineraalaineid. Võrreldes aedsalatiga, on võilille lehtedes mitu korda rohkem C- ja B-vitamiini, karotiini, rauda, kaltsiumi, magneesiumi jne. Arvatakse, et ükski teine roheline taim ei sisalda nii palju mikroelemente kui võilill.

Kui võilille lehti pleegitada, kaob mörkjast maitse ja nad muutuvad mähedalt vürtsikaks ning muredaks. Pleegitamiseks pange lehepuhmiku peale kast, tünn vm anum. Võilillepeenra võib katta musta kilega.

Noori lehti hakkige võileivale ja tehke salatiks. Vanemaid lehti kasutage nagu spinatit, lisage supile ja ühepajatoidule. Juuri saab süüa nii toorelt kui keedetult, neist võib teha teed ja "kohvi". Õisikutest saab valmistada veini, likööri ja siirupit, õisikunuppudest aga vale-kapparit.

Peenrale külvake võilill kevadel esimesel võimalusel, sest siis jõuavad taimed sügiseks kenasti suureks kasvada. Istikud võib ka ette kasvatada. Võilill on püsik,

ja kui te sügisel juuri ära ei tarbi, on edaspidi väärtuslik salatitaim aias alati võtta. Et ta aga seemnest palju nendes tüli ei hakkaks tegema, korjake õisikud enne närbumist ära.

Võilill sobib hästi ka talvel ajatamiseks. Sügisel istutage juured suuremasse anumasse aiamaalla või turbasegu sisse ja katke õhukese liivakihi. Hoidke jahedas (0–5°) ja niiske õhuga pimedas kohas. Selleks et taim hakkaks lehti kasvatama, on vaja soojust (15–20°), anum olgu aga endiselt pimeduses. Paari nädala pärast on lehed tarbimiseks parajalt suured.

Ravimtaimena hinnati võilille kõrgelt juba muistsel ajal, teda on nimetatud lausa elu eliksiiriks. Võilill puhastab verd, langetab veres kolesterooli- ja suhkrusisaldust, võtab väsimuse, soodustab seedimist jne.



Kultuurvõilille seemet saab osta meigi aiaäridest. Maaletooja Aiamaailm Baltik.

KAJA KURG

KASULIK RAAMAT



Põhjalikumalt lugege võilille kasvatamisest Leopold Meensalu käsiraamatust "Peenralt potti" (kirjastus Maalehe Raamat, 2008), mida on kasutatud ka selle loo ühe allikana.

SVEN ARBET

