

said ja sõira. Kapsad on köömnega sobivas maitsevahekorras lausa igal kujul, nii värskelt, kuumutatult kui hapendatult. Kuid köömned sobivad maitselisandiks praadidele, suppidel, köögiviljatoitudele, sealhulgas ka kartulist valmistatud roogadele ning salatitele. Hästi käivad kokku köömned ning peedi-, porgandi- ja spinatitoidud.

Paslik täiend on köömned ka kohupiimarogadele. Seedimist soodustava lisandina on köömned kasutatud ka rasvase sea-, lamba- ja linnuliha (part, hani) maitsestamiseks, samuti võib köömnelisandit trehvata mitmetes vorstides. Hõrgu maitse saavutamiseks lisatakse köömned isegi koorikloomade, kaasa arvatud vähkide keeduleemele.

Kindel koht on köömnitel jookide koostises. Eesti vanema aja joogipoolistest lisati köömned või kuivatatud köömnevarsi nii rukkijahust tehtud hapendatud taarile kui ka ivajoogile. Ergas maitselisand aitab elavdada mõlema joogi üksluiselt hapukat maitset.

Köömnetest saab edukalt valmistada ka teed, kuid seda jooki kasutatakse siiski tervise turgutamiseks, mitte pelgalt janu leevendamiseks.

Köömned on leidnud väärilka koha ka kangemate kraadidega joogipoolistes. Sobiv näide on köömnepõhine ehk kristallkummel, mis tegelikult on kange magustatud köömneliköör. Algselt vaid kloostrielanike vaevusi leevendamaks pidanud jook sai laiemalt tuntuks XV sajandil Hollandis ja koges veelgi suuremat populaarsust mõne aja pärast Saksamaal.

Ka Eestis on kümli valmistamisel pikad traditsioonid. Skandinaavlastel on samuti köömnemaitseline kange alkoholne jook ja selleks on akvaviit – köömnega maitsestatud viin. Tõsi, nüüdisajal on rohkem levinud selline joogiversioon, kus lisaks köömnetele on maitsestamiseks kasutatud ka aniisi ja tilli.

Köömned hinge- ja ihuhooldes

Ammutuntud maitsetaimena kasutati vanasti köömneseemneid ka mitmesugustes rituaalsetes uskumustes, eeskätt elukaare eri etappide, abieliu ja lapse sünni tähistamiseks. Sellest ka siiani mõnel pool säilinud komme, et pulmas puistatakse nii külalistele kui ka noorpaa-

rile köömned truuduse püsimiseks ja õnne märgiks.

Keskajal kandsid inimesed kaels väikesi kotikesi köömnega selleks, et eemale peletada nõidu ja deemonid. Sama otstarvet täitis keskajal laste voodi alla pandud köömneseemnetega nõu, mis pidi tagama rahuliku, õudusunenägudeta magamise. Mõnes piirkonnas usuti tõsimeeli, et köömnepõhine vargusevastane, vara kaitsev toime, mistõttu neid puistati kukrutesse, varalaegastesse, majja, loomalauta ning abihoonetesse. Nüüdisajal pruugitakse kuivatatud köömneseemneid taimede kuivseadeis, kuid arvestama peab sellega, et seemned kipuvad varem või hiljem pudunema.

Eeterlike õlide pärast kasutatakse köömned parfümeerias. Vanasti lõhnastati köömneseemneõlidega põhiliselt seepe, tänapäeval võib neid leida ka hambapastade jm suuhügieenivahendite koostisest. Intensiivse lõhnaga köömnepõhise eeterlike õlisid kasutatakse ka meestele mõeldud parfüümides. Samuti võib köömneseemneõli ekstrakte kohata päevakreemides.

URMAS KOKASSAAR

Raamatud on saadaval kõigis hästi varustatud raamatukauplustes üle Eesti. Tellimine telefonil 680 4444 või e-postil klienditugi@lehed.ee.



Lepatriinude jõulud

JANNO PÕLDMA
119 LK, KK

Lepatriinupoiss Tim läheb Jõululaupäeval külla lepatriinutüdruk Miiale. Mia väike majake ripub kuuse otsas. Siis aga tuleb inimene, raiub kuuse maha ja viib endale koju jõulupuuks ning Tim ja Mia satuvad toaputukate maailma.

8,00 €
(tavahind 14.32)



Miriami lood

PEEP PEDMANSON, LEELO TUNGAL
KAASAS DVD!
88 LK, KK

Miriam on väike isepäine tüdruk, kelle fantaasiailend ja isecolemise soov tekitab igasuguseid humoorikaid situatsioone ja seiklusi. Tal on lapselikud fantaasiad ja probleemid. Raamatus on kokku 140 illustratsiooni, millest 60 on 3D-pildid! Nende vaatamiseks on raamatukaante vahel stereoprillid.

8,00 €



Leiutajateküla Lotte

ANDRUS KIVIRÄHK, HEIKI ERNITS
250 LK, KK

Raamat on valminud Janno Põldma ja Heiki Ernitsa joonisfilmi Leiutajateküla Lotte ainnetel.

Kusagil Euroopas, suure mere ääres, asub Leiutajateküla, kus au sees on igasuguseid majapidamises kasulike vigurite meisterdamine. Igal aastal korraldavad külaelanikud uute leiutiste võistluse. Üks kuulsamaid leiutajaid on energilise koeratüdruk Lotte isa Oskar.

13,00 €