

Erkrohelised okkatupsud toidulaual

Inimese toidulaua mitmekesistamiseks on sajandite vältel kasutatud kevadisi kuusevõrseid, mida sõltuvalt ilmastikutingimustest kogutakse hiliskevadel, kui nende pikkus küünib mõne sentimeetrit.

Harilikku kuuske tunnevad kõik, nii et ka loodusvõõral inimesel pole põhjust peljata taimega eksimist. Et kuuske ja sellest lähtuvalt ka noorte võrsete puudust kevaditi pole, saab iga soovija neid endale meelepärasel hulgal koguda. Jälgima peab vaid seda, et korje ei toimuks kõrge saastekoormusega piirkonnast ning ühelt puult kogumiseks liiale ei mindaks. Sõltuvalt sellest, kas otsija on lagedal või tihedas metsas, võib samal ajal leida puudelt ka eri pikkuses võrseid.

Kuna inimesed pruugivad kuusevõrseid pigem toidulisana, mitte põhitoidusena, koondubki peatahelepanu nendes peituvatele mikrotoitainetele. Arenevate okkatupsude hapuka maitse tagavad nii sidrunhape kui askorbiinhape ehk vitamiin C. Mõlemad on ka tunnustatud vesilahustuvad antioksüdandid.

Kuusekasvude eriline aroom on tingitud kergesti lenduvatest eeterlikest õlidest, mida esindavad mitmed ühendid. Kergelt mõrkja lisameki annab vaik- ja parkainete koosmõju. Rasvlahustuvatest ühenditest on võrsetes karotenoidid, vaikühendeid ja vähesel määral ka rasvlahustuvaid vitamiine. Mineraalivaramust paisavad võrsed silma rohke kaaliumi- ja magneesiumühendite sisaldusega, mikroelementide sisaldus sõltub paljuski kasvupinnasest. Kuusekasvude eripära seisnebki selles, et neis on nii vesi- kui rasvlahustuvaid ühendeid. Vesikeskkon-

da lahustuvad esimesed, rasvaolluse koostisse kanduvad üle aga teised. Siit ka põhjendus, miks neid saab edukalt kasutada eri koostisega toidu ja joogi rikastamiseks. Peenestatud kuusekasve võib lisada nii toiduõlile kui ka lahjendatud äädikale.

Eri omadustega keskkondadesse lahustuvad võrsetest valikuliselt mitmed ühendid, andes toiduõlile või äädikale erilise värvuse, aroomi ja maitse.

Okkatupsud joogipoolises

Peenestatud kuusevõrsetest saab keeta teed. See aga on pigem raviotstarbeline keedus, mitte tavaline janukustuti, mida varasematel aegadel pruugiti eeskätt kevadise vitamiinivaeguse vältimiseks. Eriti levinud oli see põhjapoolsetes piirkondades mitme sajandi vältel, ennekõike suurte sõdade perioodil. Näiteks viimase maailmasõja ajal lisati peenestatud kuusevõrsete pуди kergelt hapustatud kuumale vette, lasti päev otsa tõmmata ja saadud vedelikku pruugiti omalaadse vitamiinijoogina.

Hoopis lihtsam on kas peenestatud või vähemalt kergelt muljutud võrsetega maitsestada tavalist joogivett. Tulemuseks on meeldiv aroom, eriline maitse ning kaunis erkroheline lisand pealekauba.

Kuusevõrseid on parema ja omapärasema meki saavutamiseks lisatud ka kääritatud jookidele, näiteks õllele.

Kuusekasvud siirupiks

Kuusekasvudel ja alkohoolsetel jookidel võib minevikust leida vägagi veidraid seoseid. XVIII sajandil usuti tõsimeeli, et purustatud kuusevõrsetest valmistatud mähis ümber pea aitab leevendada pohmelusest tingitud peavalu.



Hoopis tihkema joogipoolise saab kuusevõrsetest siis, kui nendest siirupit tehakse. Siirupiteoks pakutakse lausa mitmeid viise, näiteks võrseleotise keeduse suuremahulist kokkuaurutamist ja sellele hiljem samaväärses koguses kas suhkrut või mee lisamist.

Teine tehnoloogiline võte on veelgi lihtsam – peenestatud võrsed ja suhkur pannakse kihiti kokkupressitult purki ning jäetakse mõneks nädalaks seisma. Suhkru toimel eemaldub võrsetest vesi koos selles lahustunud ainetega, tulemusena suurem osa suhkrust lahustub ning siirupi algmaterjal ongi käes.

Kuusevõrsesiirupit kasutatakse köharavimina, kurguvalu peletajana, aga ka maitsestajana. Viimases rollis passib siirup hästi kokku liharoogadega, eriti ulukiliha