

porady ogrodnicze

NIE TYLKO
O TRAWNIKU

Jana Ogrodnika



e-mail:
janogrodnik@rogers.com

Tajemnica muszkatołowej gałki...

Gałka muszkatołowa to nic innego jak nasiono całkiem okazałego tropikalnego drzewa, muszkatołowca korzennego. Zastosowana w rozsądnych ilościach jest bardzo cenioną przyprawą. Zarówno jej zapach jak i smak są przecie wspaniałe i odświeżające, wyraźnie korzenne. Stosunkowo mało osób zdaje sobie jednak sprawę, że gałka spożyta w nadmiarze powoduje fizjologiczne oraz neurologiczne zmiany, działając nieomal podobnie jak narkotyk.

Należący do rodziny Muszkatołowcowatych (*Myristica*) Muszkatołowiec korzenny (*Myristica fragrans*) to wiecznie zielone tropikalne drzewo. Dorasta nawet do kilkunastu metrów wysokości. A zatem jest ono raczej wysokie w porównaniu z większością innych roślin przyprawowych. Bardziej chyba znana jest jego inna prostsza nazwa, Muszkat. Po angielsku określane jest on natomiast słowem Nutmeg. Jego pień i konary pokryte są gładką, oliwkową korą przesyconą bezbarwnym, czerwieniącym na powietrzu, sokiem. Liście są podłużnie eliptyczne, skórzaste, całobrzegie, na końcu zaokrąglone, na gałązkach osadzone skrętolegle. Muszkatołowiec to roślina dwupienna, a zatem na innych osobnikach występują kwiaty żeńskie i na innych męskie. Kwiaty zebrane są zawsze w niewielkie kwiatostany, żeńskie o koronie trójplatkowej białego koloru, z jajowatym słupkiem. Męskie natomiast z licznymi pręcikami zrosniętymi w rurkę. Drzewo zaczyna owocować po siedmiu latach, jednakże może rodić owoce aż do dziewięćdziesiątego roku życia; jest zatem raczej długowieczne.

Podobnie jak obdarzający nas goździkami goździkowiec, swój rodowód muszkatołowiec wprowadza z Moluków, gdzie do dzisiaj rośnie zresztą naturalnie. Obszar ten bardziej znany jest nam jako Wyspy Korzenne, które stanowią część Archipelagu Malajskiego.

Dzisiaj muszkatołowiec to często uprawiane w wielu krajach na całym obszarze klimatu tropikalnego drzewo. Największe jego plantacje znajdują się jednak w Indonezji, a na półkuli zachodniej na wyspie Grenadzie. Gałka muszkatołowa widnieje zresztą na narodowej fladze Grenady, ponieważ to ta karaibska wyspa jest jednym z większych jej producentów. Na plantacjach przeważają jednak zawsze rośliny żeńskie, a tylko nielicznie występują osobniki męskie. Nie rodzą one bowiem plonu, a służą jedynie do zapylenia.

Gałka muszkatołowa znana już była w starożytnych Chinach. Do Europy dotarła wraz z krzyżowcami w towarzystwie innych przypraw, które wtedy dobrze

już były znane i cenione w krajach arabskich. Przez długi czas jedynym dostawcą gałki do krajów europejskich była Holandia. Zazdrośnie strzegła ona tajemnic



swoich plantacji na dalekich wschodnich archipelagach. Dopiero w osiemnastym wieku specjalna francuska ekspedycja zdobyła nasiona muszkatołowca i fakt ten stał się początkiem końca holenderskiej hegemonii. Uprawę gałki rozpoczęto bowiem równoległe na francuskich Karaibach. Przyprawa ceniona jest do dzisiaj ze względów smakowych, ale i także zdrowotnych. W naszej kuchni gałka muszkatołowa stosowana jest do przygotowania mięs, bigosów, a także do pierników, deserów i win. Na Dalekim Wschodzie wchodzi również w skład hinduskiej mieszanki curry. W medycynie znalazła natomiast zastosowanie w zwalczaniu reumatyzmu, wzdęć i zaburzeń oskrzelowych. Jest jednak znacznie bardziej popularna w ludowej medycynie Wschodu aniżeli Zachodu.

Cały owoc muszkatołowca jest żółty i ma wielkość moreli, a kształt niedużej gruszki. Jego



długość nie przekracza z reguły ośmiu centymetrów. Po dojrzewaniu mięsista owocnia pęka odsłaniając purpurowobrązowe eliptyczne nasiono otoczone siatecz-

ką - osnówką. To właśnie to nasiono po usunięciu owocni i osnówki jest gałką muszkatołową. Kształt samej gałki jest lekko podłużny o przeciętnych wymiarach: 2-3 cm długości i 1,5-2 cm szerokości. To ze względu na sporą zawartość w niej lotnego olejku (6-8%) służy ona często do sproszkowania jako cenna przyprawa do aromatyzowania wielu potraw. Natomiast jako przyprawy do keczupu i pikli używa się wysuszonej osnówki z owocu muszkatołowca, która nazywana jest często "kwiatem" muszkatołowym (ang. *macis*). Zarówno "kwiat" muszkatołowy jak i sama gałka nadają się też do poprawiania smaku gulaszy, zup, szczególnie jarzynowej i fasolowej, flaków, ryb, kotletów mielonych, bigosów oraz do większości potraw z jaj i serów.

Gałka muszkatołowa zawiera około 8%, a "kwiat" do 16% olejku, którego głównym składnikiem jest mirystycyna. To ona



odpowiedzialna jest za zapach i smak obu przypraw. Oprócz tego gałka zawiera około 30% tłuszczu, którego głównym składnikiem jest kwas muszkatołowy. Z uszkodzonych oraz gorszej jakości nasion wytwarza się tłuszcz zwany masłem muszkatołowym (ang. *nutmeg butter*) lub olejek eteryczny nazywany olejkiem muszkatołowym. Wykorzystywany jest on szeroko w przemyśle kosmetycznym i perfumeryjnym. Drewno z muszkatołowca korzennego używane jest w meblarstwie, z kolei czerwony sok z owoców dostarcza pięknej i trwałej farby.

Uwaga! Gałka muszkatołowa spożyta w ilości już od 5 do 15 gramów na osobę ma mocne działanie psychoaktywne. Z historii znane są dobrze opowieści o marynarzach odurzających się właśnie gałką podczas długich rejsów po wschodnioindyjskiej przyprawie, głównie do Indii Wschodnich. Używanie gałki muszkatołowej jako relaksującego narkotyku jest jednak niepopularne ze względu na jej nieprzyjemny smak i uboczne efekty po jej spożyciu. Należą do nich: oszołomienie, suchość ust, przyspieszone bicie serca, zapaarcia, trudności w oddawaniu moczu, nudności oraz mocne stany lękowe.

Natomiast większe ilości gałki muszkatołowej rzędu 60 gramów, co równa się około 12 łyżeczek do herbaty, są wręcz dla zdrowia i życia niebezpieczne! Powodują konwulsje, palpitacje, nudności, a w niektórych przypadkach odwodnienie organizmu i ogólne uczucie bólu. Po spożyciu tak dużych ilości doświadcza się też silnego działania delirycznego. Osoby, które spożyły gałkę w znacznych ilościach, mówią o nieprzyjemnych i trudnych doświadczeniach, włączając w to zaburzenia widzenia, czyli halucynacje. W wielu przypadkach pojawiły się też stany lękowe, rodzaj ostrego rozstroju psychicznego prowadzącego do uczucia nadchodzącej zagłady albo śmierci. Innym efektem spożycia gałki w nadmiernych ilo-

ściach jest uczucie oszołomienia związane z napływem krwi do głowy. Chociaż gałka muszkatołowa nie zawiera żadnych pochodnych amfetaminy, to jednak zawiera inny wspomniany już wyżej związek, mirystycynę. To właśnie ona podejrzewana jest o działanie neurotoksyczne. Silne efekty uboczne występujące kilkanaście godzin po przyjęciu tej substancji związane są z gwałtownym obniżeniem się ciśnienia krwi. Skutki nadmiernego spożycia mogą utrzymywać się nawet przez okres do trzech dni. Znanne są też związane z tym częste przypadki hospitalizacji.

Gałka spożyta w dużych ilościach jest również toksyczna dla wątroby. Zawiera bowiem m.in. safrol i jego szkodliwe pochodne. Warto wspomnieć tutaj jeszcze o ostrożności, którą powinny zachować przy jej spożywaniu kobiety w ciąży. Gałka muszkatołowa była nawet kiedyś uznawana za środek poronny. W ograniczonych ilościach może być jednak bezpiecznie spożywana w celach kulinarnych. Powoduje natomiast produkcję prostaglandyny i zawiera substancje halucynogenne, co może spowodować poronienie po spożyciu jej nadmiernych ilości.

Na zakończenie warto również wspomnieć jeszcze jeden ciekawy fakt: gałka muszkatołowa uznawana jest też przez wielu za ceniony afrodyzjak. A zatem to niezwykle aromatyczne nasiono w sobie aż kilka jakże skrajnych oblicz: doskonałej niemalże przyprawy do wszystkiego, wspomagającego miłość w jej doznaniach cielesnych afrodyzjaku, ale też, w przypadku nadmiernego spożycia, nieomal morderczej trucizny. Jest to zatem przyprawa, ale nie tylko... naprawdę warto znać jej tajemnice.



REALTY LTD. BROKERAGE
(416) 534-3511

direct: (416) 303-7375
www.geocities.com/janogrodnik

Przemysław Dąbrowski
znany w środowisku Polonii
jako Jan Ogrodnik

Z przyjemnością informuję, że dołączyłem do zespołu agentów GoWest Realty.

Jeżeli macie Państwo dom z ładną parcelą, ogrodem, czy też innymi walorami krajobrazowymi proszę o kontakt - z pewnością znaję kupca, który to doceni!

BEZPŁATNY PROJEKT OGRODU!
PRZY ZAKUPIE LUB SPRZEDAŻY DOMU