

Owoce, czyli jak korzystamy z różnorodności biologicznej

Wokół tajemnicy życia na Ziemi

W poprzednich numerach „Dzkiego Życia” zwracałem uwagę, że nie zawsze nasz dobór roślin uprawnych czy zwierząt hodowlanych był trafiony. Na czym polega niedostateczne wykorzystanie różnorodności w rolnictwie, jeszcze lepiej obrazują owoce. Są one uprawiane praktycznie na całym świecie, wszędzie tam, gdzie istnieje jakiekolwiek rolnictwo. Najwięcej owoców zbieranych jest w krajach o wilgotnym klimacie podzwrotnikowym i zwrotnikowym. Czołowi producenci owoców to Chiny, Indie, Brazylia i USA, gdzie uprawia się m.in. cytrusy, banany, ananasy, brzoskwinie, morele, jabłka, gruszki i śliwki. Polska jest ważnym – w skali globalnej – producentem owoców klimatu umiarkowanego. Zbieramy najwięcej w Unii Europejskiej jabłek, wiśni, malin, porzeczek i borówki wysokiej (Rynek owoców w Polsce 2014). Bardzo niepokojącym zjawiskiem jest to, że kilkanaście gatunków strefy umiarkowanej, w tym jabłka, gruszki, brzoskwinie i truskawki, zdominowało rynki krajów północy. Co musi budzić jeszcze większe zdziwienie, są one również szeroko uprawiane w tropikach (Wilson 1999).



Ręka Buddy – cytrus, w wierze buddyjskiej roślina uchodzi za świętą. [flickr.com](https://www.flickr.com/photos/14811100@N00/10000000000/)

Badania archeologiczne wykazują, że już około 8 tysięcy lat temu ludzie uprawiali rośliny dostarczające owoców. W jakim zakresie dzisiaj korzystamy z ogromnego bogactwa roślin dostarczających owoców jadalnych? Dobrze obrazują to następujące liczby: w tropikach jest dostępnych co najmniej 3 tysiące owoców jadalnych, tymczasem wykorzystujemy ich zaledwie około 200 (Wilson 1999). W ciągu naszego życia poznajemy tylko wąski zakres smaków, jakich dostarczają owoce. O większości nigdy nie słyszeliśmy, zapewne nigdy ich nie poznamy. A już same nazwy wielu mogą wzbudzić zaciekawienie i spowodować zwiększone uwalnianie soków trawiennych. Oto kilka takich owoców:

Czarne sapote – ogromne jagody, z wyglądu przypominają zielone pomidory. Po przecięciu mają ciemnobrązowy kolor, miąższ wygląda jak budyń czekoladowy.

Psianka lulo – zwana „złotym owocem Andów”, zaskakuje egzotycznym, cytrusowym smakiem.

Przypomina połączenie ananasa i cytryny lub rabarbaru i limonki.

Owoc Duriana – słynie ze specyficznego zapachu (połączenie zepsutego mięsa i starego sera pleśniowego). Jest to jednak najsmaczniejszy, najdroższy i najniebezpieczniejszy (nie wolno łączyć duriana z alkoholem i kawą; takie połączenie może być śmiertelne) spośród tropikalnych owoców, a przy tym uchodzi za afrodyzjak.

Mangostan właściwy – jeden z najsmaczniejszych owoców tropikalnych. W smaku przypomina pomarańczę, morelę i ananas.

Ręka Buddy – rodzaj cytrusa mający szerokie zastosowanie w produkcji perfum. Nazwa wiąże się z miejscem pochodzenia oraz kształtem, który przypomina zamkniętą rękę modlącego się Buddy. Nie wykorzystuje się jej do celów kulinarnych, lecz ze względu na swój intensywny zapach wiesza się ją w mieszkaniach oraz restauracjach. Zapach może wydzielać nawet do dwóch tygodni.

Pamiętajmy, że także lasy i parki w Polsce obfitują w wiele zapomnianych gatunków roślin z jadalnymi owocami, których możemy użyć do produkcji różnych przetworów, win i nalewek. Ich owoce są bogactwem witamin i innych składników potrzebnych do zdrowego odżywiania się. Wiele owoców ma właściwości lecznicze, dlatego warto korzystać i wiedzieć o naszym naturalnym bogactwie.

Rokitnik – substancje zawarte w owocach mają działanie wzmacniające siły obronne organizmu, przeciwbólowe. Wyrabiać z nich można dżemy, soki, przeciery, wina i nalewki.

Dereń jadalny – owoce nie w pełni dojrzałe, twarde, są doskonałym surowcem na konfitury, przeciery, powidła, soki, nalewki. W pełni dojrzałe mogą być owocami deserowymi, dodatkiem do sałatek i służyć do dekoracji potraw.

Jarząb pospolity – owoce po przemrożeniu lub po zanurzeniu na chwilę we wrzątku tracą trujące właściwości i gorzki smak. Zawierają dwukrotnie więcej karotenu niż marchew oraz alkaloid sorbinę, który nadaje im gorzki smak. Wyrabia się z nich jarzębiak, soki, dżemy, marmoladę, syropy, mus.

Głóg – owoce głogu działają nasercowo, moczopędnie, rozkurczowo i uspokajająco. Wytwarzać z niego można syropy, konfitury, nalewki i wina.

Czeremcha zwyczajna – z owoców wytwarza się wina, nalewki, soki i przetwory. W medycynie ludowej stosowano je jako środek moczopędny, przeciwreumatyczny i przeciwbiegunkowy.

Prof. Piotr Skubała

Literatura:

1. Rynek owoców w Polsce 2014. Agencja Rynku Rolnego, arr.gov.pl/data/00321/rynek_owocow2014_pl.pdf, dostęp 03.05.2015.
2. Wilson E. O. 1999. *Różnorodność życia*. PIW, Warszawa.