

## יומן מסע קולינארי לסרילנקה (ד): גן עדן של פירות ותבלינים

### מאת טל בר

סרילנקה היא גן עדן של פירות ותבלינים. הכותבת הינה מהנדסת מזון, שיצאה לטיול קולינרי עם חברים ומצאה עצמה חוקרת, לומדת, נסחפת ומתרגשת ממניי פירות אקזוטיים, טעמים, צבעים, מרקמים ומעולמות מקצועיים חדשים ומרתקים.

תעשיית המזון נדרשת לתת פתרונות חדשניים לצרכנים. בעבר שימש המזון רק כמקור לאנרגיה זמינה. להספקתו הקדישו הציידים והמלמטים את רוב זמנם. שפע ומגוון המזון בארצות המפותחות מחייבים את תעשיית המזון לתת פתרונות אחרים. שתי מגמות עיקריות מאפיינות את כיווני ההתפתחות החדשים: מוצרים בריאים בעלי ערך מוסף ומוצרים חדשניים.

במאה ה-17 אנגליה החלה לייבא תה מהודו וציילון - CAMELLIA SINENSIS, מוצר חדש שהפך להיות נכס תרבותי של החברה האנגלית הגבוהה. במחקרים אחרונים נמצא שתה גם בריא, עשיר באנטי אוקסידנטים (EGCG). דרך המשי פרצה דרך להובלת מוצרי מזון ותבלינים לאירופה, חדשנות אותה חיפשו כבר אז תושבי אירופה המפותחת.

תעשיית המזון מחפשת כל הזמן מקורות חדשים, לענות על הצרכים המתחדשים. טעמים חדשים וטעמים אקזוטיים תמיד גירו את החושים. תוספי מזון הינם כיוון נוסף מתפתח ומאפשר לטכנולוג עוד כלים ועוד רכיבים למגוון העומד לרשותו. מכל אלו מצאתי בסרילנקה.

סרילנקה עשירה בפירות. השכיח והמפורסם שבהם הוא כמובן הקוקוס, בעל השם הבוטני COCOS NUCIFERA. שתיית מי קוקוס הפכה בארה"ב לטרנד המוביל במשקאות. ישנם שני סוגי קוקוס, השונים למראה זה מזה: סוג אחד, קליפתו ירוקה - חומה, והוא נערם בחצרות בתי העסק. נעשה שימוש בכל חלקי העץ ופרי הקוקוס, שתיית חלב הקוקוס, הכנת שבבי קוקוס, הכנת

חבלים, הכנת כלי הגשה כמו כוסות, מצקות ולהסקה. וכמובן שמן קוקוס.

הסוג אחר, הנמכר בצידי הדרכים - צבע הקליפה שלו כתום והצריכה היא במקום. מורידים כיפה עליונה מהפרי, נועצים קשית ושותים לרוויה מי קוקוס מתוקים, עשירים במינרלים, מים איזוטוניים, שהפכו ללהיט צרכני בארה"ב בשנתיים האחרונות.

למשקה מיוחדות תכונות של אנטי-אייג'ינג. מי קוקוס יעזרו במניעת קמטים. רכיבו דומים לרכיבי פלסמת האדם וספורטאים צורכים מי קוקוס הנספגים מצוין לנוזלי הגוף, ומונעים אובדן נוזלים. הנוזל המימי מכיל: נתרן, אשלגן, זרחן, ברזל, סידן, חלבונים, ויטמינים C+B וגולקוז. עם החשיפה לחמצן מתחיל תהליך קלקול.

אננס (Pineapple disambiguation) שייך למשפחת Bromeliaceae. הפרי נקרא אננס ברוב השפות בעולם. ברומלין הוא הפיטוכימיקל האופייני לו. על כל שיח אננס גדל פרי אחד ולאחר מכן יתפתח צמח חדש.

הפאפאיה, הבננה הצהובה והאדומה והמנגו מוכרים בארצנו - אך באזורים טרופיים הם טעימים יותר כי הם נצרכים טריים.

פירות נוספים הנפוצים מאוד באי ועדיין לא הגיעו לתודעת המערב הם הג'ק פרוט, WOOD APPLE, BELLI FRUIT. פירות עם איכויות בריאותיות מקומיות. ג'ק פרוט הינו פרי גדול מאוד, כמעט כמו אבטיח. הוא צומח בצמוד לגזע העץ. גובה העץ כ-10-15 מטר. ישנם אזורים לאורך הגזע בו יצמחו כחמישה פירות זה בצד זה, בגודל עצום. טעמו מנגו-בננה. המראה די דוחה, אך גם הוא מזין ומשתמשים בכל חלקיו.

ליים - מלך פרי ההדר המקומי. סוג של לימון קטן ירוק וארומטי במיוחד. בריא כמו כל משפחת פירות ההדר, עשיר באנטיאוקסידנטים, כמו ויטמין C, מכיל חצי מכמות ויטמין C לעומת ההדרים האחרים, אבל היתרון שלו, כמו זה של הלימון - הוא

בתכולת חומצה פולית. מרענן ומוסיף טעם לכל משקה ומזון.

בסרילנקה ישנן עשרות חוות תבלינים ממוקמות לאורך הדרך. בחוות מגדילים אלווה, וניל, וגרגרי פלפל. כאשר מריחים את הוניל בסרילנקה מבינים שעד אותו רגע, לא הבנו וניל אמיתי מהו.

התערובת המוכרת באי הינה כמובן הקארי, שאת רכיביה החריפים מוסיפים לתבשילים כדי להבטיח את ניקיונם המיקרוביאלי, באזורים החמים ולחים של עולמנו.

הקינמון הוא עץ עדין בגובה של כ-2-3 מטר. מקל הקינמון המוכר לנו, הוא קליפתו הפנימית של הגזע. הגזע נחתך, ובסכין מושחזת מורידים את הקליפה החיצונית העצית. מתגלית קליפה פנימית בצבע חום בהיר וריח משכר. חתיכות הקליפה הפנימית מועברות לייבוש על חבלים הנראים כמו חבלי כביסה שנמתחו מתחת לגג הסככה תחתיה ישבנו. החבלים מיוצרים במקום מסיבי הקוקוס. מפני הגשם מגנה על מקלות הקינמון סככה העשויה מעלי הקוקוס.

באי יש גם תוספי מזון בעלי איכויות חדשות ומשופרות. תפוח האדמה המקומי הינו MANIOC (CASSAVA) בעל השם הבוטני Manihot esculenta. ממנו מכינים את הטפיוקה, שלאחר בישול קל מקבל טעם של בטטה.

צבעים טבעיים הינם אולי המקור הטוב ביותר וצבעים העתידיים של תעשיית המזון. את הפרסקו על הקירות - צבעו בצבעים טבעיים, את העץ צובעים בצבעים טבעיים. את תעשיית המזון מחפשת צבעים טבעיים. את צבע ה-PATANHAGI מייצרים מעץ. נדרש מחקר ואישורי FDA לאישור צבע זה כצבע טבעי. הוא מאוד מעניין, הוא משתנה כתלות ב-pH.

(חלק רביעי ואחרון ביומן המסע)