Автор: admin
01.03.2014 19:40 -

Огуречная трава. Чем она нравилась Гёте?

Жестковолосистые растения, имеющие запах и вкус огурца, оказывается, не только отличные медоносы – они могут исцелять от многих болезней. А ещё Плиний Старший много столетий назад указывал, что цветы и листья огуречной травы прибавляются к вину, «прибавляя» заодно и определённые качества оного – усиливая его живительные свойства, «веселя мужчин и женщин, отгоняя все печали, скуку и меланхолию».

Наверное, отсюда идут отголоски европейских названий растения – «радость сердца», «веселье» и «сердечный цветок».

Огуречная трава лекарственная, огуречник лекарственный (Borago officinalis L.), семейство Бурачниковые (Boraginaceae) – травянистый однолетник высотой 30-60 см, имеющий разветвлённый, опушённый жёсткими волосками, толстый, сочный, полый стебель. Листья относительно крупные, по краю волнистые, цельные, очередные. Плод – маленький мелкобугорчатый чёрный орешек.

Щитковидно-метельчатое соцветие собрано из белых или голубоватых цветков (15-30 мм в диаметре, на длинных поникающих цветоножках), закрученных в небольшие завитки. Цветёт в мае - начале июня. Огуречная трава – высокопродуктивный медонос, дающий от 170 до 850 кг мёда с гектара. Встречается довольно часто почти во всей Европе, кроме северных районов.

Родина огуречной травы – Средиземноморье, откуда растение и завезено или занесено в Украину и Россию (скорее даже, в предшествовавшую им великую Киевскую Русь), где относится к адвентивным сорным – а не только медоносным и лекарственным – растениям.

В надземной части содержатся слизистые (около 30 %) и дубильные вещества, сапонины, кремниевая, лимонная, яблочная и другие кислоты, следы эфирного масла, смолы, флавоноиды, микроэлементы (калий, магний, марганец), каротин и, наконец, витамины, которых особенно много в листьях огуречной травы.

В народной медицине свежие и сухие листья применяются для лечения суставного ревматизма, катаров, кожных заболеваний, вызванных нарушением обмена веществ, а также в качестве седативного (успокаивающего), мягчительного, обволакивающего, противовоспалительного и освежающего средства – при нефрите, лихорадке (лихорадочных состояниях), функциональных расстройствах нервной системы, в том числе при неврозах сердца, также при воспалениях мочевыводящих путей, слизистой оболочки верхних дыхательных путей или желудочно-кишечного тракта.

Применение огуречной травы нормализует обменные процессы, укрепляет нервную систему. В. Шененбергер в своей книге «Соки растений – источник здоровья» утверждал, что огуречная трава в свежем виде, а также её сок во время цветения улучшают настроение, повышают работоспособность, снимают депрессивные состояния, меланхолию, приносят облегчение при сердечной слабости нервного характера.

Огуречная трава издавна употреблялась в пищу, пользуясь вниманием и даже уважением в древности и в Средние века. Листья, обладающие приятным свежим ароматом, запахом огурцов, используются в качестве одного из овощных компонентов для приготовления салатов, гарнира, супа, грибных блюд, суррогата чая, для сдабривания (придания аромата) пунша, пива, уксуса и вина.

Огуречная трава входит в рецепт приготовления франкфуртского зелёного соуса, который любил Гёте, проживший, как всем известно, долгую и плодотворную жизнь, сохранив до преклонных лет свежесть чувств и ясность ума! В завершение статьи – два рецепта.

Весенний салат

Молодые листья одуванчика, мать-и-мачехи, огуречной травы, щавеля и салата (в равных пропорциях) промыть, дать стечь воде. Листья мелко нарезать и перемешать. В качестве приправы добавить 3-4 столовые ложки сливок. Можно добавить немного лимонного сока, мёда, зелёный лук, укроп и петрушку.

Соус Гёте

Две горсти свежей молодой зелени – огуречной травы, петрушки, листьев одуванчика, мяты, крапивы, зелёный лук, щавель, укроп в равных пропорциях – вымыв, отряхнув от воды, мелко нарезать. Добавить 2-3 сваренных вкрутую и мелко нарубленных яйца, нарезанную тонкими колечками луковицу. Смешав, залить смесью из одного стакана простокваши с чёрным перцем (по вкусу), лимонным соком и цедрой одного лимона. Соус подаётся к овощным блюдам.

...На этой оптимистичной кулинарной ноте разрешите откланяться! Надеюсь, хоть чуточку пользы вы из предложенного текста извлекли. Хотя бы в плане философии!

Автор - **Андрей Рябоконь**
Источник