

2016. március

### Híreink



**A**z idei berlini közönségdíjas termék egy spanyol kereskedelmi cég kókuszleve. A frissítő 100%-ban csak a Thaiföldön termő Nam Hom fajtájú kókuszdió biotermelésből származó leve. A cég sokat adott a termék megjelenésére, és fontos, hogy az üveg könnyebben nyitható, mint az eredeti kókuszdió. ([www.b2match.eu](http://www.b2match.eu))



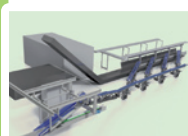
**A**usztráliában kínai ügynökök vásárolják fel a cseresznyét, mangót, mióta Kína és Ausztrália szabadkereskedelmi egyezményt kötöttek. Az ügynökök a családtagjaiknak adják el Kínában a friss gyümölcsöt. A kínaiak jobban bíznak a családi kapcsolataikban, mint a hivatalos papírokból, így ezen a módon olcsóbban ér Kínába az ausztrál cseresznye. Az igazi kereskedelmi robbanás egyetlen akadálya, hogy még drága a légi szállítás. (IT168)



**A**z Automato egy belga POS terminál, amelynek három rekesze különböző színű koktélpardicsomokat tartalmaz. A rekeszek függetlenek, a vevő megválaszthatja, hogy melyik színből mennyit kér a papírdobozába. Az önkiszolgáló paradicsombolt a legfiatalabb nemzedék számára teremt vásárlási és zöldség-ellátási lehetőséget. (Fruit Logistica)



**A** holland TNI által nemesített Enjoya egy sárga csíkosra színezett piros paprika. Nagyon finom, emlékezetes íze és ropogós állaga is megkülönbözteti. Igen magas a C-vitamin tartalma. Salátákat, szószoikat is feldob ízével és színével. A fajta már négy országban bevezetésre került. (Fruit Logistica)



**A** holland Hortiplan salátabetakarító gépe kiemeli a salátát a sínből, levágja a gyökerét, majd sorolva beleteszi a rekeszbe. A gép az üvegházás, talaj nélküli termesztés betakarító eszköze lehet leveles zöldségek esetén. Ez a módszer egyre gyorsabban terjed, és a gép a működési költségek csökkentését hivatott segíteni. (Fruit Logistica)



**A**dán Kitchen Minis<sup>®</sup>-Tomato (konyhai apró paradicsom) egyetlen tő koktélpardicsom úgy előkészítve a termelésre, hogy egy éven át akár 150 darab 8-10 grammos gyümölcsöt képes teremni a konyhaablakban. Ez a termék is a fiatalokat serkenti gyümölcsevésre, a mindig elérhető nasit a konyhába kínálva. (Fruit Logistica)



**A** francia Parmentine csésze egy 250 g tiszta paradicsomot, bazsalikomot és fűszert tartalmazó, mikrohullámú sütőbe helyezhető műanyag pohár. A termék a fogyasztó felől szemlélve hat perc alatt elkészülő friss paradicsomlevest tartalmaz, amely kiváló ebéd arra alkalmas munkahelyen. A csésze burgonyával töltve is megjelent már a piacon. (Fruit Logistica)



**A** gyöngyfü (Pearl Herbs) egy centiméter hosszú, számos változatban elérhető, rövid szárú fűszernövény. Nagyon sok köret mellé kiváló kiegészítő, jóízű, és akár azonnal a növényről is fogyasztható. Az izraeli TAP cég apró leveleire az angol királyi palota és a British Airways már lecsapott, hogy kínálatában szerepeltesse. (Fruit Logistica)



**A**z Andokból származó ősburgonyákból nemesített, sokféle színű és zamatú krumpliféleségek a holland nemesítőktől igen érdelemgazdag nevet kaptak: WOW! Colourful Perupas<sup>®</sup>. Ma négy, jövőre további három nem barna, tarka fajta lesz elérhető. Feltehetően ez a termék nem a szegény gyerekek piacát célozza. (Fruit Logistica)



**A** kínai Divine Flower zöldségtermelő gazdaságnak 23 hektár üvegháza mellett 50 hektár szabadföldi termesztése is van. A hideg, szélmentes időjárás és az állandósult szmog miatt immár 40 napja nem láttak a termékek napsütést. Egyelőre a sokféle termék miatt a termelés fedezi a kiadásokat. A termelő ennek ellenére idén ki akar lépni az exportpiacra is. ([www.mfachina.net](http://www.mfachina.net))

A cékla (*Beta vulgaris L.ssp. esculenta Gurke var. rubra L.*) az ókori kultúrnépek által is termesztett növény. A libatoppfélék családjába tartozó faj rokon növény a cukorrépával, a takarmányrépával és a mángolddal. A cékla fontos szerepére a táplálkozásban már az ókori rómaiak is rájöttek. A céklalevet afrozidiákumként, láz és székrekedés kezelésére alkalmazták. Jótékony hatását már Hippokratész is elismerte.

Kétéves növény, mely az első évben répatestet és tölevélrózsát, második évben magszárat és virágot növeszt. Gyökere karógyökér, mely mélyen, akár 1-2 méterre is a talajba hatol. A répatest alakját tekintve lapos, gömbölyű és hengeres típusokat különböztetünk meg. Az idősebb gyökerek keresztmetszetén koncentrikusan elhelyezkedő fa- és hancselemek találhatóak, melyek között a kambiózum tölti ki, így alkotva egy gyűrűrendszert. A színanyag nagyobb részben a hancs szöveteiben található, valamint előfordul kisebb mértékben, a farészben is. Ezek együttállása okozza a gyűrűk láthatóságát a gyökérben. A céklagyökér színe hagyományosan a lila. Ma, elsősorban a külföldi piacokon azonban már számos színváltozat jelent meg, a fehértől a sárgán át a narancssárgáig.

A cékla levelének színe sokféle árnyalatú lehet, mely nincs összefüggésben a répatesttel. Alakjuk nyeles, tojásdad alakú és vállukban összehúzott. Termesztés szempontjából jelentősége a gyökértestnek és újabban a levelnek is van. A fiatal céklanövény levelét előszeretettel termesztik salátakeverékekben kora tavaszi vagy késő őszi friss zöldség biztosítására.

A céklagyökér felhasználásának több módja van. Hagyományosan, jó tárolhatósága miatt a téli időszak friss vitaminforrásának számít. Az élelmiszeriparban jellemzően a konzervipar dolgozza fel. A gyökérben található intenzív színanyagoknak köszönhetően élelmiszer-színezék előállításra használják. A cékla színanyaga természetes ételszínezőként használható, mely képes kiváltani az E 123 mesterséges színezőanyagot. Az előállított céklapor vagy cékla sűrítmény jégkrémek, joghurtok, húspótló szója termékek, kolbász színezésére is alkalmas.

Minőségét a gyökérben található színanyagok színintenzitása és a vízzeloldható szárazanyag tartalma alapján határozzák meg. A cékla színét két fő színanyagcsoport, a narancssárga betaxantinok és a vörös betacianinok határozzák meg. A vörös színanyag több komponens összetevőjeként van jelen, mely fajtánként más mennyiségben fordul elő, ezzel meghatározva a hőstabilitását és a színanyag összetételét.

Jellegzetes ízét a geozmin nevű vegyület okozza, mely a talajban lakó Actinomycetes gomba fajok spórájából származik. A répatest ásványianyag tartalma a héjban magasabb, mint a húsban. Összes cukortartalma 3,5-8,5%, melyből 92-95% szacharóz és csak 5-8% az egyszerű cukor. Folsav tartalma más zöldség-növényekkel összehasonlítva igen magas. Emberi fogyasztásra napi 20 dkg cékla már képes biztosítani a szükséges mennyiséget a szervezet megfelelő működéséhez.

Mivel sok káliumot, kalciumot, vasat, szilíciumot és magnéziumot tartalmaz, valamint megtalálható benne réz, cink, mangán, kén, jód, kobalt, króm, nikkel, B1-, B2-, B6- és C-vitamin, folsav, niacin és biotin is egyre nagyobb szerepet kap a cékla az orvosi kutatásban is.

2009-ben az angliai Exeter Egyetem kutatóinak munkája a cékla jótékony hatását a sportolók állóképességében kutatta. Megfigyelésük alapján azok a sportolók, akik hat napon keresztül napi fél liter friss céklalevet fogyasztottak, a sportfeladatokat 16 %-kal hosszabb ideig voltak képesek teljesíteni. A kutatók bebizonyították azt is, hogy ez az eredmény csak folyamatos beépülés esetén érvényes. Kifejezetten csak verseny előtt néhány órával fogyasztva plusz jótékony állóképességi hatás nem érhető el. A fenti eredményeket azzal támasztották alá, hogy a céklalé természetes nyers állapotban nagy mennyiségű nitrátot és antioxidánst halmaz fel. Ezeket a nitrátokat a test nitrit-oxidá alakítja át, melynek vegyülete elősegíti a véráramlást és az alacsony vérnyomást úgy, hogy nyugtatja és szélesíti a véredényeket. Emiatt az izmok oxigéndús vérrelátottsága megnő, és jobban tud működni. Ez a hatás a hosszantartó magas vérnyomásra is csökkentő hatással van. A tartósan alacsony vérnyomásnak köszönhetően a hazánkban is népbetegségnek számító stroke megelőzhető lenne. A kutatások azt is bizonyították, hogy ezen pozitív élettani hatás független a cékla színétől, a fehér és narancssárga fajtákra is vonatkozik.



Különböző színű céklák

Alacsony glikémiás indexe miatt stabilizálja a vércukorszintet. A céklával a rákkutatásban is aktívan foglalkoznak. Dr. Ferenczi Sándor 1961-ben felfedezte, hogy a cékla vörös festékanyaga, a betain hatékonyan lép fel a rosszindulatú daganatos sejtekkel szemben. A sugárkezelésben résztvevő betegek számára kiegészítő kúraként rendszeresen ajánlják a cékla fogyasztását.

Dr. Divéky-Ertsey Anna

SZIE, KERTK, Ökológiai és Fenntartható Gazdálkodási Rendszerek Tanszék, Budapest

