



Pemete, gyömbér, csalán

Nyugodtan tegyék fel a kérdést: mi a közös a pemetefűben, a csalánban és a gyömbérben? A válaszért egy kicsit távolabbra megyünk...

Az ókori egyiptomi vallás egyik istene, Ozirisz volt. Istenháromságot alkotott Íziszszel és Hórusszal. Nemcsak a túlvilág és halottak isteneként tartották számon, neki tulajdonították a termőföld termékenységét, a földművelés tanítását, és túlvilági kapcsolata miatt a természet körforgását is vele hozták összefüggésbe. Sőt, a krónikák szerint neki köszönhetjük a sört is. A sörkészítés kezdetekor az árpát nedvesítették, kőmozsarakban zúzták, tésztát sütöttek belőle, majd nagy üstökben széttaposták, végül erjeszteni kezdték. A folyamat végén átszűrték és a fennmaradt tiszta folyadék lett a sör. I.e. 1500 körül már gyógyászati célokra használták az erjesztett nedűt. A babiloni Hammurabbi híres törvénykönyvében szabályozta az italozási szokásokat, az ivók rendjét és a szabályszegőket szigorúan büntette. I.e. 10. századtól az árpához komlót kevertek, és görög közvetítéssel ez a receptúra került át Európába. I.e. 300 körül a trákok kezdték a sört fűszernövényekkel ízesíteni.

Európában Nagy Károly idején a kolostorokba koncentrálódott a sörfőzés. Két félélet készítettek: saját fogyasztásra a minőségi pátersört, a zarándokoknak, látogatóknak pedig a gyengébb minőségű konventsört kínálták. Jellemzően a 12. századtól került ki a sörfőzés a háztartásokhoz. A középkorban annyira értékes nedűnek tartották a sört, hogy uralkodó családok gyakran tisztelték meg egymást azzal, hogy néhány hordó jó minőségű sört küldtek ajándékba, különböző alkalmakra.

E rövid sör-történelem után visszakanyarodhatunk a címben felsorolt növényekhez! Napjainkban sokféle sör kapható, világos és barna, csapolt és palackozott, gyümölcsös és fűszeres. Íme, néhány otthon is elkészíthető nedű receptje a vállalkozó kedvű sörkedvelőknek:





Pemetesőr

60 g pemetefüvet (szárat és levelet együtt), 30 g gyömbérgyökeret összeaprítunk-zúzunk. Egy edénybe vizet öntünk, hozzáadjuk a füveket és elkezdjük főzni. Ez 20-30 percig tartson. Vegyük le a tűzről, adjunk hozzá 45 g barnacukrot és öntsük fel annyi forró vízzel, hogy a víz mennyisége 4 liter legyen. Kevergessük meg és 15 percig hagyjuk állni. Utána adjuk hozzá az 1 teáskanálnyi melaszt és 2 csipet borkövet. Ha kihűlt, 2 evőkanálnyi élesztőt keverjünk bele. Kétszer szűrjük át, majd sötét üvegekbe adagolva, 3 napig sötét helyen érleljük. Ezután az üvegeket lezárhatjuk. (A recept egy középkori füveskönyvből maradt ránk.)

Gyömbérsőr

Egy teáskanál cukrot és ugyanannyi őrölt gyömbért 250 ml vízzel összekeverünk. Utána egy héten keresztül minden nap hozzáadunk további 1-1 kanál cukrot és gyömbért. Hét nap elteltével átszűrjük, az üledéket félretesszük, ez későbbi sőralapanyag lehet, ha további gyömbért és cukrot adagolunk hozzá. 750 ml vizet felmelegítünk, 780 g cukrot adunk hozzá és 2-3 citrom levét. 4,5 literre pótoljuk ki a vizet és hozzáadjuk a szűrt oldatot. Jól elkeverjük, majd palackozzuk. A tapasztalatok szerint esetleg robbanhat, tehát óvatosan kell kezelni az üvegeket.

Csalánsőr

Nagy csokor frissen szedett csalán hajtásvéget, két evőkanál őrölt gyömbért 90 g cukorral 36 (!) liter vízben forralunk kb. 25 percig. Lehűtjük, majd belekerül 2 evőkanál borkő. Langyosítjuk és hozzáadjuk a 30 g friss élesztőt. Letakarjuk és egy éjszakán át pihentetjük. Másnap lehabozzuk, jól átkeverjük, újra lehabozzuk, ezt kétszer megismételjük. Palackozzuk, lezárjuk, két nap múlva fogyasztható.

Horváth Adrien <http://herba-otthon.hu>