

## Bazsalikom

Szerző: -ka-p-á-r-

2008. július 30.

Utolsó frissítés: 2008. augusztus 04.

A bazsalikom Indiában szőrmazik, ahol mint szent fűszernövényt tisztelik. A hindu hitvilág szerint, ha a halottal bazsalikom levelet temetnek el, akkor ez lesz az őt levezető a nirvában. Haitin a bazsalikomot a szerelem pogány istennőjéhez, Erzulie-hez tartozónak vélték, a középkori Itáliában pedig szerelemi ajánlókként adták kedves fiatal emberek. A növény európai neve a görög "basileus" szóból származik, melynek jelentése "király, királyi". A Szűzmos hiedelem fűszereinek között: például, hogy a skorpió szeret a bazsalikom cserepek alatt megbújni, vagy hogy a növény a rák letbe kergetheti az embereket. A

Az Indiában származik, de az egész földközi-tengeri körzetben és Kaliforniában is termesztik. Manapság már lila színű lila színben kitenyészett változata is, ez a fajta azonban inkább csak a szemet gyönyörködteti a tápanyagon, az azaz nincsen semmi különleges. A bazsalikom aromája egyébiránt a mentára, az anizsra és a teárra emlékeztet. Nagyon jó illik a paradicsomhoz, és alapvetően fontos a legtöbb olasz, paradicsomszósz tartalmazásában. Ásszetevő provence-i fűszerkeverékek és a jobbfajta pesto-k illetve balzsamecetek készítésénél sem nélkülözhetetlen. Szárított vagy friss formában egyaránt használható salátákhoz, továbbá babok, kolbászfélék, savanyóságú levesek és különböző zöldségek és zöldek készítésénél.

A növény hatását tekintve kaphatógáscsillapító, nyugtató, vizelethajtó és gyomorérzést enyhítő. Teáját többek között vesegyulladás kiegészítő kezelésként is felhasználhatjuk.