

Ljude i stručnjake će povezivati s više desetaka cijenjenih stručnih savjetovanja i poslovnih susreta, staleškim i prijateljskim druženjem... Obogatit će ga degustacije jela i vina, nastupi glazbenih grupa, takmičenja mladeži u plesanju polke, takmičenje u „Western“ jahanju i u spretnosti vožnje dvoprega, u oranju, u spretnostima sječe u šumi, takmičenje u gađanju, kasačke trke, izbor najteže buče i drugi zanimljivi događaji...

Zanimljiva sajamska prezentacija, brojne korisne poslovne informacije, dobar posao i bogato društveno događanje Vas poziva u Gornju Radgonu od subote, 26. kolovoza, do petka, 1. rujna 2006 g. Sajam će biti otvoren od 9.00 do 19.00 sati, a zadnji dan do 18.00 sati. U nedjelju, 27. kolovoza, nudi još zabavnih događanja uz niže cijene ulaznica!

Više informacija: <http://www.pomurski-sejem.si> ■

## ČUDESNI SVIJET MAGIJE - ČEŠNJAK

Kolovrat<sup>1</sup>, M.

Češnjak je biljka čiji plod ljudi ili vole ili od njega zaziru, sredine gotovo da i nema. S jedne strane ističe se njegovo povoljno djelovanje na ljudsko zdravlje, a s druge oštar, neugodan miris, koji je najčešćim razlogom odbijanja konzumiranja češnjaka. Češnjak je jedini začim koji kod gurmana izaziva toliko različitih mišljenja. Talijani, Grci, Rusi, Turci, Austrijanci pa i Nijemci iz južnih pokrajina te zemlje, slažu se da je češnjak začim prijeko potreban u njihovoj kuhinji. Kineska, koreanska i indijska kuhinja ne mogu bez češnjaka zamisliti začinsku snagu svojih jela. Svako pojedinačno česno, koje čini cjelinu češnja, nosilac je dragocjenih i djelotvornih supstanci.

Češnjak se sadi i konzumira više od 5000 godina i tako je najstariji korišten začim. Zavičaj češnjaka, izvorno, je u centralnoj i srednjoj Aziji, a nakon što je češnjak osvojio Egipat, biljka je dopremljena u Europu. Egipatski faraon Tutankamon naredio je da se njegova grobnica obloži češnjakom kada bude u nju polagan. Radnicima koji su gradili piramide redovito su davali češnjak zbog njegovih antiseptičkih svojstava, a vojnici u I. svjetskom ratu su ga konzumirali u svrhu sprečavanja širenja dizenterije. Danas se on gotovo posvuda sadi, a osobito u južnoj Europi, u našim krajevima, Kini, Tajvanu i SAD-u.

Češnjak (*Allium sativum*) pripada po botaničkoj klasifikaciji familiji ljljana. Cvjeta u crvenim, sjaj-

nim laticama kao štitovima do visine od oko 70 cm. Listovi su plosnati, široki, sivo zelene ili plavkasto zelene boje. Okrugla stabljika u kasnijoj dobi postaje žilava i drvenasta. Kada se lukovica (gomolj) koja raste ispod zemlje opere, vidljivo je da se sastoji od oko desetak češanja obloženih tankom kožicom i kroz te su obloge svi zajedno povezani.

Uobičajene vrste su:

- ružičasti češnjak, nešto finija vrsta srednje jakog okusa, dolazi iz Španjolske i Francuske. Može se prepoznati po lagano ružičastoj boji i malim češnjacima

- mladi, svježi češnjak, vrsta je zbog koje obožavatelji blagoga čarobnog gomolja jedva čekaju proljeće. Svježe ubran češnjak, nježno zelene boje, blage ljutine u okusu, izvrsno oplemenjuje umake, salate i krumpir kao prilog jelima.

- vinogradarski češnjak, samo mali broj ljudi ima privilegiju i kušati ga, jer je riječ o specijalitetu. Količina koju se može ubrati za industrijsku preradu i proizvodnju je neznatna i neisplativa.

- bijeli češnjak, najčešća je vrsta i nudi se cijele godine. Nešto je većih česana u jednom gomolju, snažno ljutog okusa, intenzivnijeg od drugih vrsta.

Na prostorima jugoistočne Europe, današnjeg Balkana, češnjak se cijeni kao simbol zdravlja i plodnosti. Zaslugu za sva pozitivna svojstva češnjaka

<sup>1</sup>Miroslav Kolovrat, dipl.ing, TTR Kolovrat, Zagreb



ka ima eterično ulje allicin, čija je uloga važna u snižavanju vrijednosti kolesterola i stimuliranja imunološkog sustava. Češnjak je poznat kao sredstvo koje snižava krvni tlak, sprječava zakrećenje krvnih žila, njihovo starenje, potiče metabolizam, rad jetre i želuca. U alternativnoj medicini češnjak je sredstvo za pomlađivanje, zaštita od otrovnih tvari u tijelu, a pripisuje mu se i svojstvo afrodisijaka! Jedan češanj češnjaka sadrži 3 kcal, allicin, bjelančevine, vitamin B1, B2 i C, fosfor, željezo, selen, cink, nikal, kalcij i



salicilnu kiselinu.

Prema načinu prerade, razlikujemo dobru od slabije kvalitete češnjaka. Ovisno o berbi, prerađuje se u pojedinačne češnje, oguljene, narezane u listiće i dehidrirane. Dobra kvaliteta ostaje sačuvana tijekom sušenja. Tada preostaje još korak mljevenja ljuskica u granule i u prah, što se događa mehaničkim putem (slika 1).

Češnjak slabije kvalitete ostaje nakon selektiranja i podvrgava se sušenju sa SO<sub>2</sub>, kako bi češanj postao bijel. Sumporom tretirani češnjak mora se vidljivo označiti.

Dnevni unos češnjaka u ljudi je malen i iznosi oko 0,1 g/kg prehrambenog proizvoda. Upotrebljava se najčešće kao svjež, a potom kao kuhan, pirjan ili pečen. Pečeni češnjak ima blagi okus i za mnoge ljude je lako podnošljiv. No, kod mesnih, teških jela kao što je svinjsko ili janjeće pečenje, češnjaka je obavezni sastojak. Također se upotrebljava i kod svih specijaliteta Mediterana i dodaje u puno jela od rajčice, proljetne juhe i svježih sireva s biljem, u salate itd.

Češnjak je nenadomjestiv dodatak mesnim prerađevinama. Taj dar prirode je toliko važan, da se i pojedini mesni proizvodi imenuju po njemu. U nas je to „češnjovka“, u Austriji ima naziv „knoblauch-



TTR KOLOVRAT d.o.o.  
Zagreb, Buzinska cesta 20  
zastupstvo za Hrvatsku  
austrijske tvrtke WIBERG  
tel. 01/6608-909



*Više okusa. Više uživanja.*





## ▼ Slika 1. Usitnjavanje češnjaka



stangerl". Za proizvodnju naše češnjovke, na 10 kg mesne mase potrebne su oko 3 glavice sitno tučanog češnjaka pomiješanog u 2 dl vode. Nakon što češnjak odstoji u vodi, pri mješanju smjese s ostalim začinima, dodaje se procijeđena voda. Austrijanci u pripremljeni nadjev (s oko 25% mesnog tijesta pripremljenog od govedine i leda) stavljaju mješavinu začina i još k tome 3 g češnjaka u granulama na kg ukupne mase. Najpogodnije varijante za uporabu u mesnoj industriji su češnjak u luskicama, granulama i prahu, te tekući češnjak pri injektiranju - salamurenju mesa mehaničkim putem. Preporučljiva doza tekućeg češnjaka je 3 g/kg mase.

Na kraju, nekoliko upozorenja kod primjene češnjaka:

- odrecite se češnjaka ako vaša jela i pripravke želite zamrznuti. Kroz zamrzavanje češnjak gubi svoju svježinu i prirodan okus;
- podarite varivu od graha izvrstan, zaokružen okus tako da u vodu za kuhanje stavite jedan češanj češnjaka;
- trebate li u nekom jelu samo miris češnjaka, preporuča se koristiti češnjak u prahu;

- koristite li češnjak istodobno sa solju, treba biti oprezan jer prevelika količina soli može narušiti osjetljiv, zaokruženi okus češnjaka;

- odstranite kod svježeg češnjaka njegovu klicu, i nakon konzumiranja većini ljudi neugodan miris neće biti toliko intenzivan i zamjetljiv.

Zaključimo, češnjak je daleko više od dodatka kojim se izražava začinska snaga mesnih proizvoda, salata, priloga, namaza, juha, umaka, jela od ribe i mnogih drugih jela. On je zapravo začin važan za ljudsko zdravlje! Ima, dakle, dovoljno razloga da se priklonimo onoj skupini ljudi s početka ovog teksta koji češnjak obožavaju. ■

## Ideje za obarene proizvode



*Samo recite  
gdje želite ići.*



HAHN – Food. Ideas. People.™

HAHN – stručnjak za hranu od 1848. godine

- brzi razvoj od koncepta do finalnog proizvoda
- uobičajeni stabilizacioni sistemi za hranu pronalaze vaše proizvode
- široki «know-how» u području hrane i tehnologije
- najviši standardi kvalitete
- najnoviji koncepti u prehrani i proizvodnim idejama
- informacije sa tržišta širom svijeta

Slobodno nas kontaktirajte, bez ikakve obveze.

G. C. HAHN & Co. d.o.o.  
Mihanovićeve 9c • HR-48000 Koprivnica • CROATIA  
Tel. +385/48/641 415 • Fax. +385/48/641 416 • hahn-co@kc.htnet.hr  
www.gchahn.com