

Kotkansiipi – uusi makuelämys

Uusien yrttien kokeileminen on kiinnostanut minua eniten koko urani ajan, mutta ruoka-asioissa olen perinteinen. Syy on yksinkertainen: vaimoni kokkaustaidot ovat peräisin Unkarin pustan laidalta. Ei ole suurempaa iloa kuin suussa soivat lapsuuden ruokamuistot.

Viime keväänä ruokalista sai hieman säröä, kun kokeilin kotkansiipeä ruoanlaitossa. Miten päädyin maistamaan kasvia?

Syy liittyy työhöni. Osallistun Luonnonvara- keskuksen SUOKAS-hankkeeseen, joka etsii uusia käyttötapoja suolla ja kosteikoissa kasvaville lajeille. Kirjallisuusselvityksen yhteydessä luin kotkansiiven vihanneskäytöstä. Minulla ei ollut siitä aiemmin tietoa, vaikka terassipuutarhamme varjoisella puolella komeilee useita saniaisia.

Ainoa suomalainen tietolähde oli Puolustusvoimien vuonna 1985 julkaistu Luonnonmuonaohje (LUMO), jossa kotkansiiven lähisukulainen, sanan- jalka mainitaan hätäravintona: *”Keväällä nuoret lehtisilmut on käytettävä ennen aukeamista. Ne keitetään suolavedessä ja nautitaan kuten parsaa. On lievästi myrkyllinen.”*

Tietoa löytyy kuitenkin helposti eri puolilta maailmaa englanninkielisen ja tieteellisen nimen avulla. Yli 15:sta nettisivustosta tärkein on USA:n Mainen yliopiston sivusto, jossa on kasvista sekä tutkimuksellista että käytännön tietoa.

Kanadassa suosittu satokasvi

Nettisivustoilla kerrotaan yksityiskohtaisesti kotkansiiven käytöstä, ravitsemuksellisuudesta ja turvallisuudesta elintarvikkeena sekä annetaan reseptejä. Tietoa löytyy enimmäkseen niiltä alueilta, joissa saniaista kasvaa runsaasti. Tällaisia ovat USA:n luoteiset osavaltiot, Kanada ja Aasiassa muun muassa Japani ja Venäjän Kaukoitää.

Lajin kasvualueilla kotkansiipeä käytetään kevätvihanneksena parsan tapaan. Pohjois-Amerikan itärannikolla lehtiä kerätään laajasti ja säilötään muun muassa pakastamalla. Kanadan New Brunswickin alueella versoja kertyy vuosittain 200 tonnia, USA:n Mainen osavaltiossa 50 tonnia. Kasvin taloudellista merkitystä kuvaa se, että New Brunswickin St. Johnin kaupungintaltoa koristaa kaksimetrisen kotkansiiven patsas. Koska nuorien versojen keruu antaa lyhyessä ajassa hyvän toimeentulon, alkuperäisintiaanien heimot suorastaan kilpailevat parhaista keruualueista. Venäjän Kaukoitässä lehtiä taas kerätään Japanin vientiin.

Vuonna 2012 raportoitii, että vanhojen ruokailuperinteiden palauttaminen on merkittävä vetovoima avantgarde-kokkaamistyyliille. Esimerkiksi Kööpenhaminan Noma-ravintolan tuote- listalla on useita kymmeniä villiyrtejä mukaan lukien kotkansiipi. Noma on valittu useina vuosina maailman parhaaksi ravintolaksi Restaurant-lehden äänestyksessä.

Onko käyttö turvallista?

Myrkytystietokeskuksen nettisivustolla lukee: ”Kasvi on myrkytön”. Mainen yliopiston selvityksessäänkin korostetaan, että kasvi on myrkytön ja muutamia pahoja oireita havaittu

vain silloin, kuin vihannes on valmistettu väärin. Kanadan terveysterveys- viranomaiset suosittelevat 15 minuutin keittämistä suolavedessä tai 10–13 minuutin höyryttämistä. Mikroaaltouunin käyttöä ei suositella.

Maku vei mennessään

Mielenkiintoinen aineisto sai minut ryhtymään toimeen! Leikkasin keväällä puutarhassamme kasvaneista taimista kustakin 3–4 piispankepin näköistä nuorta lehteä. Kaikkia lehtiä ei saa leikata kerralla.

Putsasin lehdistä ruskeat kuorenkappaleet, minkä jälkeen vaimoni keitti niitä 15 minuuttia. Kun suuri hetki eli maistaminen koitti, ennakko luuloni hävisivät heti. Kasvi syötti itsensä ja ystävästyin maun kanssa heti. Rakenne oli erikoinen, suussasulava, mutta kuitenkin rapea, jokseenkin täyteläinen. Maku oli mieto ja omaleimainen.

Kotkansiiven versot maistuvat sitä paremmalta, mitä nopeammin ne syö keittämisen jälkeen. Versoja herkutellaan sellaisenaan parsan tapaan voin tai viinietikan kanssa. Lisäksi keitettyä kotkan- siipeä voi tarjota salaattina sipulin kanssa sekä liharuokien ja juustojen lisukkeena.

Harmillista, että lämpimänä keväänä lehdet kasvoivat nopeasti täysikokoisiksi. Mielessäni on jo ensi kevään herkuttelu, joten olen merkinnyt ylös lähimetsän suurimpia kasvupaikkoja.

Olen vielä elossa! Kokeilkaa tekin, Hyvät Lukijat! Kotkansiipi on hieno, uusi ja aito villi- yrtti, josta tarvitaan lisää kokemusta meilläkin! Ja istuttakaa tämä kaunis koristekasvi puutarhan varjoisaan osaan, niin voitte korjata herkuteltavaa omalta pihalta.

Bertalan Galambosi

NÄIN KÄSITTELET LEHDET:

1. Leikkaa kasvista nuoria lehtiä, joiden kärjet ovat vielä rullalla.
2. Poista lehdistä kuivat, kellanruskeat kuoren osat. Sieniveitsen harjaosa soveltuu putsaukseen. Huuhtelee lehdet vedessä 2–3 kertaa. Keitä 15 minuuttia kevyesti suolatussa vedessä. Kaada vesi pois.
3. Syö keitettyjä lehtiä sellaisenaan sekä voin ja viinietikan kera.

LISÄTIETOA:

- extension.umaine.edu/publications/4198e
- en.wikipedia.org/wiki/Fiddlehead_fern <http://www.northcreeknurseries.com/plantName/Matteuccia-struthiopteris>
- Morbidity and Mortality Weekly Report. 1994. Ostrich fern poisoning--New York and Western Canada, 1994. 1994 Sep 23;43(37):677, 683-4. Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
- Wild food plant use in 21st century Europe: the disappearance of old traditions and the search for new cuisines involving wild edibles. Acta Soc Bot Pol 81(4):359–370. DOI: 10.5586/asbp.2012.031
- Suokasveista uusia elinkeinomahdollisuuksia (SUOKAS) -hanke. Hallinnoija: Luonnonvarakeskus (Luke), Uudet liiketoimintamahdollisuudet. Tutkija Marika Laurila. p. 029 532 6388, marika.laurila@luke.fi.