



czaj z syberyjskich łąk

*W innych częściach Syberii mają gaz, ropę, złoto i diamenty;
a my mamy iwan czaj. Kto jest bogatszy, my czy oni? – pytają mieszkańcy
zachodniosyberyjskiej wsi Okuniewo. Dlaczego sfermentowane liście wierzbówki
kiprzycy są cenniejsze od złota?*



Młody chłopak ze wsi Koporie pod Petersburgiem, Iwan, za ludźmi nie przepadał, za to uwielbiał las. I to w nim, bądź na jego skraju, spędzał każdą wolną chwilę. Zbierał kwiaty i zioła, z mnisią cierpliwością studiował ich lecznicze właściwości. Światu się nie narzucał, więc ten pewnie by o nim zapomniał, gdyby nie jego ulubiona purpurowa koszula. Współmieszkańcy, widząc ją, szeptali: „Ach, to znowu on, Iwan, Iwan Czaj, no wiecie, ten chłopak od herbaty!”. Sporo czasu upłynęło, zanim pewnego dnia zauważyli, że Iwan przepadł bez śladu. W miejscach, gdzie zwykle zbierał trawy, zakwitły rośliny o pięknych purpurowych kwiatach. Ludzie zorientowali się, że jeśli kwiaty i liście się zasuszy, a potem zaleje wrzątkiem, to powstanie aromatyczny napar. I że nie tylko w śmienicie smakuje, ale też wyleczy niejedną chorobę. Nic dziwnego, że iwan czaj, czyli herbata z liści wierzbowki koprzy, gości na stołach Rosjan od XII wieku. A legendę o Iwanie w purpurowej koszuli znają nie tylko w Koporie. Mieszkańcy Uralu czy położonej na południu Syberii Chakasji dorzucą coś od siebie. Tuwińcy, Altajczycy też wtrącają się do rozmowy. Mieszkańcy zachodniosyberyjskiej wsi Okuniewo, 250 kilometrów na północ od Omska, wyrecytują ją z pamięci. Dla nich iwan czaj to nie tylko aromatyczna herbatka, lecz także sposób na życie.

OPADŁA ROSA, CZAS NA ZBIORY

Co drugi mieszkaniec wsi w okresie kwitnienia wierzbowki koprzy – od czerwca do sierpnia – spędza więcej czasu na okolicznych łąkach niż w domu. Przekonuję się o tym dość szybko.

– Andriej Trawniki? Specjalista od traw? Nie, przecież jest już południe, opadła rosa, nie zastaniesz go w domu. Lepiej pojedź na łąkę pod lasem, tam gdzie kilka lat temu był pożar – tłumaczy cierpliwie sąsiadka Andrieja (Andriej na zdj. po lewej).

Na pogorzelisku jest czerwono, na szczęście nie od ognia, lecz od kwiatów wierzbowki koprzy. Łodyga rośliny osiąga nawet 150 cm wysokości, nie od razu więc dostrzegam pochyloną sylwetkę Andrieja. Mija już 15 lat, odkąd porzucił ponadmilionowy Omsk i wraz z żoną zamieszkał w Okuniewie. Dołączył tym samym do grona jego 200 mieszkańców, dla których ten niewielki skrawek ziemi – pocięty pięcioma zwykle błotnistymi ulicami, z jednej strony ograniczony rzeką Tarą, z drugiej gęstym lasem – wydaje się zjawiskowo piękny.

Pięknem można sycić oczy, ale nie żołądek, dlatego Andriej szukał pomysłu na zarabianie. I tak mężczyzna, który z trudem rozpoznawał kwiaty na miejskich kłombach, postanowił zostać zielarzem. Na szczęście syberyjskie zimy są długie, czasu na studiowanie opasłych książek botanicznych miał więc sporo. Choć wiadomo, że najlepiej czytać z przyrody, a ta okazała się dla niego wyjątkowo szczodra. Nie tylko odkryła przed nim wiele sekretów, lecz

także pozwoliła czerpać z niej, ile dusza zapagnie. Dziś w sklepiku Andrieja można dostać dziesiątki suszonych kwiatów i ziół z miejscowych łąk, a ziołowe mieszanki według jego receptury nie mają sobie równych.

Ale i tak jego oczkiem w głowie pozostaje iwan czaj, mało wymagający, a przy tym odważny. Odważny, bo miejsca strawione przez pożar zasiedla jako pierwszy. Nie miną dwa lata, a w jego bezpiecznym cieniu zaczną kiełkować nasiona brzozy, sosny czy olchy. Latem, kiedy temperatury sięgają nawet 40 stopni Celsjusza, wierzbowka koprzyca zapewnia rosnącym w pobliżu roślinom odrobinę cienia. To nieoceniony towarzysz również w zimowe miesiące, bo temperatura w pobliżu jej łodygi jest zawsze nieznacznie wyższa. Poza tym można ją spotkać na leśnych polanach, osuszonych błotach, przy drogach, a często także w pobliżu opuszczonych domostw, i to niemal pod każdą szerokością geograficzną: w Ameryce Północnej, Azji, Europie, w tym również w Polsce.

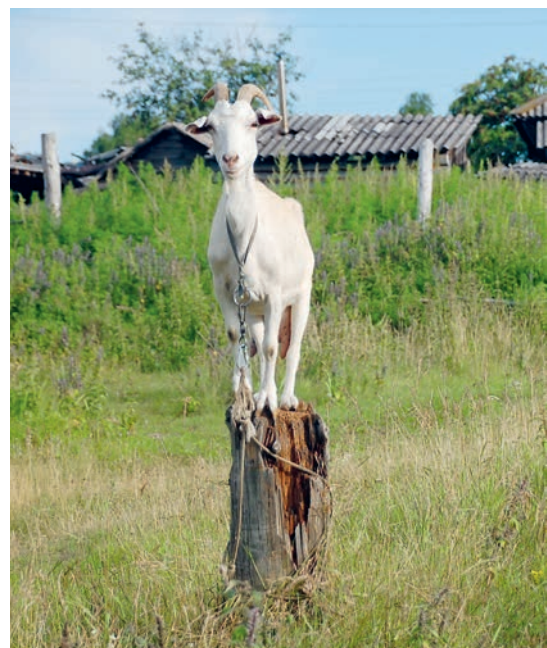
SEKRETY LABORATORIUM „RZĘKA ŻYCIA”

O tym Rosjanie nie wspominają, lubią natomiast podkreślać, że napar z liści wierzbowki koprzy to ich narodowy, starosłowiński napitek. I rzeczywiście, jest w tym sporo racji. Rękopisy z XII wieku odnotowują nie tylko fakt, że Aleksander Newski rozgromił krzyżowców w miasteczku Koporie w petersburskiej guberni, lecz także to, co stało się później. Miejscowy mnich miał go poczęstować iwan czajem. Władca już po kilku pierwszych łykach poczuł, jak wstępują w niego nowe siły. Zanim opuścił Koporie, zobowiązał jego mieszkańców do produkcji herbatki. To dlatego iwan czaj funkcjonuje także pod nazwą „koperska herbata”.

Prawdziwy rozkwit herbacianego przemysłu nastąpił za panowania carycy Katarzyny II. W XVIII wieku jej poddany Sawelow udał się z misją do Chin. Tam podpatrzył, jak robi się herbatę i nabytą wiedzę zaszczerpił na rodzimym gruncie, w Koporie. Zamiast liści herbaty, zastosowano liście wierzbowki koprzy. To był strzał w dziesiątkę – napar zaczęli masowo pić nie tylko Rosjanie, ale i Europejczycy, w tym Anglicy. Poza smakiem docenili też cenę, bo kosztowała znacznie mniej niż herbata z Chin. Wtedy urzędnicy z Kampanii Wschodnioindyjskiej, czując, że grunt pali im się pod nogami, bo sprzedaż czarnej herbaty nie idzie tak dobrze jak kiedyś, rozpuścili plotkę, że do iwan czaju są dosypywane trujące substancje; że jego picie w najlepszym wypadku zagraża zdrowiu.

Potem było już tylko gorzej: po rewolucji październikowej produkcja iwan czaju została surowo wzbroniona, wytwórnie zrównano z ziemią, a pracowników stawiających opór rozstrzelano. Nie minęły jednak dwie dekady, a na zioło znowu zaczęto patrzeć przychylnym okiem. Przypomniano sobie, że wzmacnia organizm i stanowi nieocenione źródło energii. A sowieccy żołnierze walczący





■ Andriej od 15 lat mieszka w Okuniewie i prowadzi sklep z zebranymi przez siebie ziołami (powyżej). Mieszkańcy wsi to głównie przyjezdni, którzy zdecydowali się porzucić miejskie wygodę i utrzymują się z rolnictwa, hodowli kóz (powyżej, po prawej) i zbierania ziół (po prawej). Popularny tu iwan czaj zaparza się po wypełnieniu naczynia wierzbowką kiprzącą (poniżej, po prawej). Domy we wsi Okuniewo zbudowane są z drewna, którego na Syberii jest pod dostatkiem (poniżej, po lewej).





na froncie potrzebowali jej wyjątkowo dużo. Na rozkaz Ławrientija Berii w Koporie wybudowano sekretne laboratorium o nazwie znanej tylko sowieckiej wierchuszce – „Rzeka Życia” (Река Жизни). Produkowano w nim iwan czaj aż do wkroczenia do Koporie niemieckich wojsk. Potem z tajnego laboratorium zostały już tylko gruzy, a z pól porośniętych wierzbówką kiprzcycą – ścierniska. O roślinie przypomniano sobie znowu dopiero w latach 90. ubiegłego wieku.

JAK SIĘ ROBI IWAN CZAJ

Żeby wyprodukować 5 kilogramów iwan czaju, należy zebrać około 60 kilogramów liści wierzbówki.

– Kiedyś podliczyłem, że w poszukiwaniu iwan czaju pokonuję tygodniowo ponad 200 kilometrów, czyli prawie tyle, ile z naszej wsi do Omska – mówi Andriej. – Wilgoć szkodzi fermentacji, dlatego rośliny nie można zbierać po deszczu ani wcześniej rano – opowiada i wprawnym ruchem ręki zbiera liście, omijając te, które zaczynają czerwienieć i żółknąć. Gdy w bagażniku samochodu jest już tyle worków z zieleń, że trudno go domknąć, wracamy. Ale pracy nie kończymy, bo od razu należy je rozłożyć cienką warstwą, aby zwiędło na świeżym powietrzu. Po 2-5 godzinach (w zależności od nasłonecznienia), gdy część wody odparuje, nadchodzi etap, którego Andriej najbardziej nie lubi: trzeba tak długo rolować w dłoniach liście, aż ich struktura zostanie całkowicie zniszczona i puszczą sok. Czasem, gdy ziela jest wyjątkowo dużo, a czasu mało, przepuszcza je przez maszynkę do mielenia mięsa i syci wzrok różnej wielkości granulami. Ale to nie koniec, bo rozdrobnione liście umieszcza w słojach, które wędrują do piekarnika, gdzie przez 5-12 godzin suszą się w temperaturze 50 stopni Celsjusza. Najważniejsze, aby nie przegapić momentu, kiedy stają się brązowe, a pomieszczenie wypełnia intensywny owocowy zapach. Wtedy Andriej szybko wyjmie swój drogocenny surowiec z piekarnika i rozkłada na drewnianych platformach w suszarni. Po trzech dniach wracam do niego na kubek iwan czaju z ostatniego zbioru. – Pamiętaj, 3 łyżeczki suszu zalewasz tylko połową litra wrzątku. Parzysz przez 10 minut. Ten sam susz możesz wykorzystać nawet 5 razy, bez obawy, że straci właściwości. Czy to nie cudowna roślina, ta wierzbówka kiprzcycą? – Andriej aż promienieje. Herbata ma lekko cierpki smak, słodki kwiatowo-ziolowy aromat i zawiera trzy razy więcej witaminy C niż pomarańcza. A są w niej jeszcze taniny, flawonoidy, śluz, pektyny, witaminy z grupy B i pierwiastki: żelazo, nikiel, miedź, mangan, bor, molibden, tytan. Iwan czaj dzięki wysokiej zawartości

*Regularnie pity napar
z wierzbówki kiprzcycy
zwiększa odporność
organizmu, wzmacnia
naczynia krwionośne, usuwa
toksyny i pomaga dojść
do siebie po suto
zakrapianej nocy.*

łatwo przyswajalnego przez organizm białka (4,7 g w 100 g suszu) jest także doskonałym źródłem energii.

Pobudza, choć w odróżnieniu od herbaty, guarany, kakao czy yerba mate nie zawiera kofeiny. Nie można się więc od iwan czaju uzależnić, w co jednak trudno uwierzyć, gdy obserwuję mieszkańców Okuniewa. Ci piją go w ilościach hurtowych i wyliczają jego właściwości zdrowotne. Ta lista jest imponująca. Regularnie pita herbatka

poprawia odporność organizmu, wzmacnia naczynia krwionośne, przeciwdziała gromadzeniu się wolnych rodników, oczyszcza organizm – usuwa metale ciężkie i pomaga dojść do siebie po suto zakrapianej kolacji i nocy.

Dobra wiadomość dla pań: iwan czaj reguluje gospodarkę hormonalną, w tym cykl miesięczkowy, a także pomaga w leczeniu zapalenia pęcherza moczowego oraz innych chorób układu moczowo-płciowego. Dla panów: iwan czaj zapobiega chorobom gruczołu krokowego oraz zaburzeniom erekcji. Dobra wiadomość dla wszystkich: gdy męczą bóle głowy i bezsenność, kubek rosyjskiej herbaty może przynieść długo oczekiwane ukojenie.

Wśród mieszkańców Okuniewa są tacy, którzy piją wyłącznie iwan czaj nawet kilkanaście razy dziennie. Mniej ortodoksyjni amatorzy tej herbatki mówią zgodnie: za często. Żeby sobie nie zaszkodzić, a pomóc, w pełni wykorzystując właściwości zdrowotne naparu, najlepiej pić go dwa razy dziennie i nie dłużej niż miesiąc. W przeciwnym razie kłopoty żołądkowe murowane. Ale kto by się tym przejmował tutaj, we wsi Okuniewo, gdzie uważa się, że sfermentowane liście wierzbówki kiprzcycy są cenniejsze niż złoto.

☞ EWA PLUTA

REKLAMA



ASTROLOG KATARZYNA

+48 708 780 522 4,92zł/min

Niemcy 0900 310 24 66 wew. 449 2,39zł/min.

SMS o treści SMSATK imię data urodzenia i pytanie
na numer 7336 cena 3,69 zł

kontakt@wrozkitaajemnicekart.pl

Oferta callback – my dzwonimy do Ciebie! 2,99zł/min.