

Gıda Günlüğü

Ziraat Yük. Müh. Gülgün AKBABA
Prof. Dr. Özer KOLSARICI

ANGELİKA (*Angelica officinalis*)

Engelwurz, echte Brustwurz, angelica, angeli que gibi isimlerle anılan angelika, Kuzey Afrika kökenli ve kozalak çiçekliler familyasına ait bir bitkidir ve bütün Avrupa'da yayılma alanı bulmuştur.

Kökü, tohumu ve sapı, kesif ve hoş baharatımsı bir kokuya sahiptir. Bu kısımlar, başlangıçta tatlımsı lezzete sahipken, daha sonra keskin ve acımsı bir hal alırlar. İçerdiği etkili maddeler, % 1'e kadar eterik yağ, reçine, angelika asit, hidrokoratin, baldrin asit, sepi maddeleri ve acı maddelerdir.

Bitki, evvela Grönland, İzlanda ve İskandinavya'da yabani halde doğal florada ortaya çıkmıştır. Oralarda sebze olarak değer bulan bitki, Almanya'ya 14. yüzyılda göç edebilmiştir. İçeceklere aroma vermek ve mideyi kuvvetlendirici ilaç olarak kullanılmasının yanı sıra, vebaya karşı ilaç, yılan sokmalarına ve diğer zehirlemelere karşı da koruyucu olarak kullanılmıştır. Bir dilim (parça) angelika ağızda tutulursa, zehirli havadan insanları korur.

Angelika, Almanya'da nehir kıyılarında ve rutubetli çayırarda yabani olarak büyür. Ayrıca Belçika, Fransa, İtalya, İsviçre ve Rusya'da da yetiştirilmektedir.

İki yıllık bir bitki olan angelika 2 m kadar boylanır; kök gövdesi 3-9 cm kalınlığında olup, kuvvetli bir şekilde dallanma gösterir.

Tedavide yaprakları ve kökleri ilaç olarak, sindirim güçlüklerinde, mide bozukluğunda ve iştah açıcı olarak kullanılır. Angelikanın kökünden yapılan çay, kuvvetli balgam söktürmeyi teşvik eder.

Parfümeri sanayiinde angelika yağı önemli bir rol oynar ve aynı şekilde kozmetik sanayiinde de, özellikle diş macunlarının hazırlanmasında kullanılır.

Angelika meyveleri (tohumları), likör sanayiinde Chartevse, Bénédictine ve diğer aromatik acılı likörlere çeşni vermek için katılır. Sapı ve yaprakları, bazı bölgelerde baharat olarak çorba, sos ve salatalarda kullanılır.



Angelica silvestris.

PANAX (*Panax quinquefolius*)

Almanca ginseng, İngilizce ginseng, Fransızca'da da yine ginseng olarak isimlendirilen panax, Aroliaceae familyasından kısa boylu bir bitkinin köküdür. Kesin bir şekilde, baharat bitkisi sayılmaz. Bu bitkiyi hangi kategori içerisinde sıralamak zorunluluğunu, araştırmacılar da hâlâ bilmemektedirler. Çünkü, bu bitkinin tıbbi değeri çok az araştırılmıştır.

Pancar yumrusu şeklinde, altın sarısı renginde, kan kurutan bitkisine benzeyen panax kökü, diğer saponinler altında glikozit ve phytosterin içermektedir. Bitki, Mançurya ve Kore'de yabani olarak ortaya çıkmıştır. Kore ve Kuzey Amerika'da da yetiştirilen panax'ın, Kore'de yetiştirilmesi devlet tekelindedir.

Doğuda panax kökleri, erkeklerin gücünü ve canlılığını artırdığı için, meşhur olmuştur. Modern işletmeler, Aphrodisracum olarak, iktidarsızlıkta, kuvvet ve ateş düşürücü ilaç olarak faydası nedeniyle, panax'tan, sözde yaşamı uzatan drajeler olarak söz etmektedir. Bir İngiliz yazar, bu sunuşu şüpheyle yorumlamıştır. Yüzyıllar boyunca bu panax kökleri, hemen her şeye karşı bir ilaç gibi kullanılmıştır.

**Kendi Nefsine Sahip Olabilen İnsan,
Ükelere Egemen Olan İnsandan Daha Büyüktür.**

Kanuni Sultan Süleyman