

## KUKURYDZA

Dlaczego? Ponieważ w poniedziałek zajadać będziemy m. in. krem z kukurydzy z popcornem.

Ojczyzną kukurydzy jest Ameryka Południowa i Północna. Już 7-8 tysięcy lat temu ludy zamieszkujące dzisiejszy obszar Meksyku zaczęły ją powszechnie uprawiać. Zaczęła odgrywać tak wielką rolę w jadłospisie, że Majowie - lud, który stworzył jedną z największych cywilizacji prekolumbijskich – wierzyli, iż istnieje nawet „kukurydziany bóg”. I tu zaczyna się historia mrożąca krew w żyłach ( a może mrożąca kukurydżę na talerzu?) Otóż ów bóg domagał się... składania ofiary m. in. z krwi króla Majów. Jak więc widzicie, bycie władcą Majów czasami nie było zbyt przyjemne - bo skaleczenie się w język kolcem płaszczki, do miłych przecież nie należy J

Ale wracajmy do naszej kukurydzy - pewnie się domyślacie, kto mógł przywieść jej ziarno do Europy. Tak, oczywiście - był to wielki podróżnik Krzysztof Kolumb, któremu przypisujemy odkrycie Ameryki w 1492 r. (choć on sam takiej świadomości nie miał – do śmierci uparcie twierdził, że odkrył drogę morską do Indii...) W związku z tym, że Kolumb działał na rzecz i z polecenia ich królewskich mości Ferdynanda i Izabeli – władców Hiszpanii, to właśnie Andaluzyja, stała się ojczyzną europejskich upraw kukurydzy. Szybko upowszechniły się one w Europie Południowej i Zachodniej, a następnie na Bliskim Wschodzie, Azji, a nawet w Afryce. Do Polski kukurydza przywędrowała prawdopodobnie z Węgier w XVIII wieku.

Zapewne wielu z was nie wyobraża sobie seansu filmowego, imprezy urodzinowej lub imieninowej bez popcornu. Jedli go już żołnierze konkwistadora Ferdynanda Corteza, który dokonał podboju państwa Azteków. Ciekawe jest to, że zanim go skosztowali, mieli okazję podziwiać popcorn wpleciony... we włosy azteckich dziewcząt, które wykorzystywały go jako ozdobę. Prawdziwą karierę „strzelająca kukurydza” zrobiła w latach 40 XX w, kiedy pojawiła się w amerykańskich kinach.

I co jeszcze powinniśmy wiedzieć o kulinarnym bohaterze dzisiejszej opowieści? Ziarno kukurydzy zawiera 60-70 proc. skrobi, sporo błonnika, białko, witaminy z grupy B, a także witaminę D, witaminę E, witaminę K oraz prowitaminę A i bardzo wiele składników mineralnych. Kukurydżę możemy także „dostrzec” spoglądając na nasze rowery lub rękawiczki jednorazowe, ponieważ jest wykorzystywana do produkcji gumy. A propos gumy - dzięki kukurydzy możemy cieszyć podniebienie gumą do żucia lub leczyć aspiryną – jest bowiem jednym ze składników tych produktów. Kukurydza jest obecna w paście do zębów a nawet w aluminium, z którego to materiału wykonywane są samoloty, sportowe samochody, rowery i hulajnogi.

Ale dzisiaj spotkamy ją przede wszystkim na... naszym talerzu SMACZNEGO !

Opracował: Waldemar Kudlak