

Ingefær

Ingefær vokser i dag overalt i troperne, men man er ikke helt sikker på, hvorfra den egentlig stammer fra. Der findes ingen vildtvoksende ingefærarter, der kan hjælpe på mysteriet, men de fleste eksperter peger på det sydøstlige Asien, og nærmere kommer vi nok ikke.

Det er ikke, som mange tror, rødderne af ingefærplanten man spiser, men derimod jordstænglen. En jordstængel gror, som navnet antyder, under jorden og kan danne både blade og rødder. Det kan godt være at oprindelsen fortæller sig i fortidens tåger, men siden dengang har ingefær taget verden med storm.

I middelalderen havde ingefæren stor betydning som lægemiddel. Det var ikke grænser for hvad ingefær kunne være godt for. I *"Regimen Sanitatis Salernitanum"*, et medicinsk værk på vers fra Salerno, skrevet i 1100- eller 1200-tallet beskriver ingefær sådan her (min oversættelse):

"I maven, lænderne, og i lungen Bør lovord til den fyrige ingefær synges. Den fordriver tørst, genopliver, ophidser sindet Og i alderdommen vækkes atter til live ungdommens elskov."

Ingefær blev anset for at være et meget virkningsfuldt afrodisiakum, og dets virkning blev prist af alle fra læger til munke, og der findes adskillige middelalderlige opskrifter fra hele Europa på stimulerende miksturer med ingefær. En af disse ingefærprisende munke var Constantinus Africanus (1020-1087). Han var født og opvokset i Ifriqiya, hvor han var købmand og senere videnskabsmand i mange år. Ifriqiya var den middelalderlige, arabiske betegnelse for et område der dækkede vore dages Tunesien og det østlige Algeriet. Senere tog han til Salerno, hvor hans arbejde imponerede Salernoskolen, en medicinsk skole og senere universitet, der var berømt i hele Europa. Det var her han oversatte adskillige arabiske værker om medicin til latin. I sin alderdom blev Constantinus benediktinermunk, og flyttede til ordenens moderkloster, Monte Cassino. Constantinus ekspertise fokuserede især på det seksuelle, og hans bog *"De coitu"* ("*Om samleje*") indeholder alt hvad middelaldermennesket, i hvert fald middelaldermanden, havde brug for at vide om sex fra sundhed til forførelsesteknikker, og sidst men ikke mindst hvad man kunne gøre, hvis alt andet fejlede.

Ingefær optræder i mange af opskrifterne, da ingefærens brændende smag blev anset for at kunne have en lignende opflammende effekt på andre dele

af kroppen. Hans opskrift på et middel mod let impotens indeholder kikærter, ingefær, kanel, honning og forskellige urter. Og Constantinus garanterede en virkning, for han havde testet det på sig selv. Ifølge munken havde det "en hurtig virkning med en mild effekt".

Ingefær kom til Europa gennem arabiske købmænd som krydderi, men også som konfekt. Kandiserede stykker af ingefær var meget populære, men var ligesom krydderiet meget kostbart, og mange adelshusholdninger har nok valgt at anskaffe sig erstatninger. Forskellige spiselige rødder kunne kandiseres sammen med en lille smule stødt ingefær. En slags discountingefær, der i det mindste smagte lidt af originalen.

I Danmark var man også glad for ingefær i middelalderen og renæssancen. Ingefær optræder første gang i kilderne hos Henrik Harpestreng (d. 1244), hvor det betegnes "yngifær". Harpestreng anbefalede at spise ingefær da den "...er god for syg lever forårsaget af væde og kulde. Den varmer maven og får maden til at smelte i maven. Bliver den spist om morgenen, renser den brystet og uddriver onde væsker. Den klarer også øjnene og renser flegma..."

Den tørrede ingefær optrådte mest i lægemidler, men kunne også finde vej ind i køkkenet, mens den kandiserede ingefær kunne være en smuk garniture til både salte og søde retter. I den ældste trykte danske kokebog fra 1616 er en opskrift på en galantine af kofødder. Der er tale om en kold ret af kød i gele, en slags sylte, der serveres med konfekt.

"Galret af kofødder Tag fødderne /skil dem fra hverandre / hver i to stykker / læg dem i en potte / og lad svarlig vel syde / og lad salte dem. Når de er sødne / så tag ud alle ben og koder / giv kødet i en morter / og stød det meget småt / giv dertil god klar vin / tryk det igennem et hørklæde / og giv rent blod der iblandt / at det også trykkes igennem / giv dette udi en ren potte / at det syder op / og rør det vel om / at det ikke brænder ved / giv sukker eller honning der udi / og gør det vel sødt / red det til med adskillige urter / og lidet safran / salt det til måde / og smag det. Når det er færdigt / så lad det udi en dyb træskål / og sæt det ned i en kælder / at det kølner. Når det nu haver sat sig / og er koldt / så skær smukke skiver deraf / læg på et fad / bestrø med ingefær og aniskonfekt / og giv det hen."

Med koder menes brusks. Man tilsatte rent okseblod for at jævne og give retten en flot rød farve. Med urter menes, i denne sammenhæng krydderier og ikke krydderurter.