

# **Kurkuma – božanska biljka: Gastronomad, nova epizoda u ponedeljak, 1. novembra, u 13:30, na RTS 1**

Kurkuma je aromatična i lekovita biljka, poreklom iz južnih delova Azije. Prema nekim istorijskim podacima, kurkuma se uzgajala još u petom veku u šumskim predelima Jave, a Marko Polo u svojim spisima pominje široku upotrebu kurkume u Kini. Danas se kurkuma uzgaja u Indiji, Kini, Tajvanu, Indoneziji, Šri Lanki, Brazilu, Peruu, mnogim delovima Afrike i Australije. U Indiji kurkuma je jedan od glavnih sastojaka većine vedskih rituala i sastavni je deo mnogih lekova koji se pripremaju po indijskom sistemu lečenja. Mnogi Indijci veruju da je kurkuma “božanska biljka” koju su ljudi dobili od Boga.

U većini medicinskih knjiga ajuverdske medicine, kurkuma se preporučuje u velikom broju preparata. Kurkuma je omiljeni antibiotik, sredstvo za lečenje opekotina, posekotina i eliminaciju štetnih supstanci iz organizma. Indijci je koriste i kao preventivu za sprečavanje bolesti. Kurkuma se koristi i u zapadnjačkoj medicini kao antioksidativno sredstvo i za smanjenje kardiovaskularnih i dijabetičkih poremećaja. U gastronomiji se koristi kao začim, a u novoj epizodi Gastronomada, Katarina Petrović Kaja naučiće nas kako da napravimo jaja sa spanaćem, kokosom i kurkumom i sladoled od kurkume i đumbira.

**Gastronomad, nova epizoda u u ponedeljak, 1. novembra, u 13:30, na RTS 1**