

Gombában az orvosság

MISZTIKUS és mitikus étel a gomba. Mexikóban háromezer éves, gombaistent ábrázoló művészi kőszobrocskákat is találtak. Szibériában ősi gombás sziklarajzokra bukkantak a régészek.

Szó sincs csodaszerekről, de egyes gombák gyógyító hatása régóta ismert – szögezi le Vigh Dávid közgazdász, egy budafoki kereskedelmi kft. menedzsere. A huszonegy éve működő vállalkozást kertészmérnök édesapja alapította, aki gombaspecialistának számít. – Akkoriban a hazai vegyszermentes gomba meghonosítása volt a cél. Eleinte csiperkében „utaztunk”, főleg Ausztriába és Németországba exportáltunk. Aztán belevágtunk

a laskagombába. Sokan nem tudják, hogy a múlt század második felében magyarok dolgozták ki a laska termesztési technológiáját – beszél a kezdetekről a fiatal cégvezető a gombákkal teli, budafoki pincében. Sokan „gombásznak” errefelé, mert az egykori kőbányákból megmaradt pincék ideálisak erre. Az utóbbi években Lengyelország erős konkurenciát jelent a nyugati piacon. Hazánk Európa egyik legrégebbi gombatermelő országa; 1938-ban az USA és Franciaor-

szág után hazánk termesztette a legtöbb gombát a világon.

– Édesapámmal 2004-ben Svájcban jártunk gyógygomba-konferencián. Láttuk, hogy már nemcsak az ázsiai országokban, hanem Nyugat-Európában és az USA-ban is használják a különböző gombákat gyógyászati célra. Például azt a shii-take gombát, amit az országban elsőként mi kezdünk termeszteni, de csak étkezési célra. Elhatároztuk, hogy a gyógygomba termesztésébe is belevágtunk – meséli Vigh Dávid.

Első számú termékük a pecsétviaszgomba. A konyhában nem használják, mert túl keserű. Szárítmányából készült teáját az ősi Kínában a halhatatlanság varázsitalának tartották. Leginkább vérnyomáscsökkentő hatása ismert, de a legújabb kutatások szerint szerepe lehet a daganatos betegségek kezelésében is. A megelőző orvoslásban mindenképpen hasznos. Ki gondolná, hogy a gyapjas tintagomba is gyógyít? A vércukorszintet csökkenti. A hatást állatkísérletekkel igazolták, jó eredménnyel használták a cukorbetegségben szenvedő egerek gyógyításában. A shii-take világszerte az egyik legnagyobb mennyiségben termesztett gombafajta. Immunerősítő hatása ismert, de csökkenti a koleszterinszintet és a vérnyomást is. A karfiolra emlékeztető süngomba (más néven cseppkögomba) elsősorban emésztőrendszeri problémákra és gyomorbántalmakra ideális.

Közel 20 gyógygombafajt ismerünk, a budafoki cég egyelőre négygel foglalkozik. Porított változatban szállítják külföldre, így az egyedi szárító eljárásnak köszönhetően a gombák tápanyagtartalma megmarad. – A liofilizálás a ma létező legkorszerűbb és legkíméletesebb szárítási eljárás – mondja Vigh Dávid. – A lényege, hogy vákuumban szárítjuk a gombát. A kiszivattyúzott levegő hatására a benne lévő víz megfagy, a megfagyott gombát ezután fűtőtálcára tesszük. A jég gőzzé alakul, a gombából tehát csak a vizet vonjuk ki, a hatóanyagok így megmaradnak. Egyes gyógygombákat kapszula, másokat porított formában szerelünk ki. Itthon egyelőre csak interneten lehet hozzáférni gombájó védjeggyel ellátott termékeinkhez. Nem a multik polcaira törekszünk.

Biczó Henriett



Shii-take, az immunerősítő



NEMETH ANDRÁS PÉTER FELVÉTELEI

Cseppkögomba: gyomorpanaszokra jó