

Мускатный орех

Небольшое вечнозеленое раскидистое дерево 9–12 м высотой. Листья кожистые, эллиптические с вытянутой верхушкой, цельнокрайние, длиной до 13 см. Верхняя сторона листовой пластинки блестящая, темно-зеленая, нижняя – матовая. Расположение листьев очередное.

Плод костянообразный, длиной 6–9 см, желтый, с мясистым околоплодником, содержит крупное семя, снабженное ветвистым красноватым мясистым присемянником.



Мускатный орех родом из Молуккских островов. В Европу впервые был завезен арабскими купцами в 7–8 веке нашей эры. Пряность быстро завоевала популярность и распространилась по региону. К 13-му веку спрос на мускатный орех был одним из самых высоких.

Мускатный орех в Европе использовали как пряность, лекарственное средство, также им ароматизировали воздух.

Монополию на выращивание, производство и торговлю пряностью сначала удерживали португальцы, а потом, в 17-м веке, голландцы.

В 18-м веке французы высадили саженцы растения на своих плантациях на острове Мадагаскар. Растение прижилось из-за сходства климатических условий и свойств почвы и до сих пор выращивается там

в промышленных масштабах.

Англичане в начале 19-го века создали плантации пряности в Южном Китае и Индонезии.

Родиной мускатного ореха считаются острова Рун, Ява и Суматра.

Самым большим производителем мускатного ореха являются Индонезия (восточно-индийский мускатный орех) и Гренада (западно-индийский мускатный орех).

Из-за высокой цены специй в Европе и высоких прибылей, которые приносила торговля ими, голландцы и британцы вскоре вступили в вооруженный конфликт за монополию в этой торговле и вытеснение из нее португальцев. Борьба за контроль над этими маленькими островами обострилась в XVII и XVIII столетиях, когда голландцы даже отдали остров Манхеттан британцам в обмен, кроме прочего, на крошечный *остров Рун*, который давал голландцам полный контроль над производством мускатного ореха на архипелаге Банда. Банданезцы были наиболее пострадавшей стороной в этой борьбе, так как большая часть из них была вырезана или попала в рабство к европейским захватчикам. Свыше 6000 человек было убито во время Войны специй.

Во время поисков Островов пряностей, которые в конечном счете стали частью Голландской Ост-Индийской империи, случайно была открыта Вест-Индия, чем была начата вековая конкуренция между европейскими морскими державами за контроль над мировыми рынками и ресурсами. Загадочная мистика Островов пряностей в конечном счете исчезла, когда французы и англичане успешно вывезли с островов семена и образцы растений в свои колонии на остров Маврикий, Гренаду, что способствовало сокращению дефицита данной специи.

Сегодня Гренада занимает второе место в мире по производству мускатного ореха и цвета, уступая в этом только Индонезии.

Использование Мускатного ореха в кулинарии

Мускатный цвет и мускатный орех находят большое применение в современной кулинарии. Пряности обладают утонченным теплым ароматом и пряно-жгучим пикантным вкусом, различающимся по оттенкам. У мускатного цвета более выражены древесный запах и горьковатый вкус.



Употребляют мускатный орех и мускатный цвет отдельно и вместе – они взаимно дополняют и усиливают аромат и вкус друг друга. Ими можно приправлять салаты из свежих овощей, домашние колбасы и паштеты, блюда из творога и сыра. Пряность хорошо сочетается с мясными бульонами, супами, особенно куриными и овощными, супами-пюре. Она незаменима в тех случаях, когда предстоит справиться с перевариванием большого количества жирной говядины, баранины, свинины. Особенно гармонируют эти пряности с блюдами из кур. Мускатным орехом хорошо сдабривать отварной картофель, картофельное пюре и картофельные котлеты, блюда из белокочанной, краснокочанной, брюссельской и цветной капусты и из грибов, запеченных в духовке. Пряность подходит к яичнице и омлету, рису, макаронам и домашней лапше, блинчикам и оладьям. Мускатный орех сообщает приятный аромат начинкам для пирогов и кулебяк из лука, сыра, мяса. С ним готовят пряную и маринованную сельдь, пряную мелкую рыбу, рыбу горячего копчения.

Итальянской классикой считается сочетание шпината и мускатного ореха в начинках для самых

различных итальянских макаронных изделий – «тортеллини», «равиоли» или «каннеллони», а швейцарцы иногда добавляют орех в традиционное сырное «фондю» (fondue).

Мускатный орех и цвет разнообразят вкус и запах различных соусов к мясу и птице. В европейской кухне нашла применение ароматная эссенция мускатного цвета, которую используют при приготовлении горчицы, кетчупа и в консервной промышленности.

Поистине незаменим мускатный орех в десертах. Кексы и куличи, сладкие пироги и пирожки, печенье, коврижки, пудинги, фруктовые торты, заварной крем становятся гораздо вкуснее, если в них добавить тертый мускатный орех.

Пищевая ценность в 100 граммах:

Белки 20 гр

Жиры 50 гр

Углеводы 7 гр

Калорийность: 556,3 кКал

Мускатный орех богат витаминами В1 (1 мг), В2 (0,2 мг), В3 (13,32 мг), В4 (90 мг), В5 (1 мг), В6 (0,5 мг), В9 (40 мкг), Е (6 мг), Н (10 мг), К (13,4 мкг), РР (10 мг) и минеральными веществами: алюминий – 1500 мкг, бор – 200 мкг, магний – 200 мг, ванадий – 170 мкг, железо – 60 мкг, медь – 500 мкг, фосфор – 400 мг, кальций – 250 мг, калий – 600 мг, стронций – 200 мкг, йод – 10 мкг, кремний – 50 мг, марганец – 3,8 мг, молибден – 25 мкг, натрий – 25 мг, никель – 40 мкг, олово – 35 мкг, сера – 100 мг, титан – 45 мкг, цирконий – 25 мкг, цинк – 2,8 мг, селен – 19 мкг, олово – 35 мкг.

Рецепт

Ингредиенты /2 порции/Йогурт с имбирем

Йогурт 100 грамм

Вода 100 грамм

Кориандр 1/3 чайной ложки

Мускатный орех 1/3 чайной ложки

Все ингредиенты смешать и выпить.

Использование мускатного ореха в медицине

Применение небольшого количества мускатного ореха способно оказать на человека оздоровительное действие. В первую очередь это сильное стимулирующее и тонизирующее средство. Благоприятно воздействует на работу центральной нервной и сердечно-сосудистой систем, укрепляет память, помогает справиться с импотенцией и преждевременным семяизвержением у мужчин, разными формами сексуального расстройства у женщин. Мускатный орех часто включают в состав иммуностимулирующих сборов.

Его также используют как вспомогательное средство при лечении простудных заболеваний, добавляют в массажные смеси для усиления согревающего эффекта. Считается, что мускатный орех и мускатный цвет стимулируют кровообращение, способствуют укреплению волос и полезны при таких заболеваниях, как артрит, миозит, остеохондроз и ревматизм. В этих случаях рекомендуется использовать пасту из мускатного ореха и растительного масла, предварительно разогрев и нанеся на больное место до ее полного остывания.

Мускатный орех помогает справиться с диареей, улучшает работу кишечника и всей системы пищеварения в целом.

Чрезмерное скопление газов, потеря аппетита, болезни печени и даже недержание мочи – показания к регулярному употреблению мускатного ореха в разумных количествах.

Молоко с мускатным орехом и медом – отличное средство от боли во время прорезывания зубов у детей. В целом же мускатный орех оказывает омолаживающее и укрепляющее действие на организм.

Вредные свойства мускатного ореха

Применение мускатного ореха в различных методах ароматерапии ограничено его токсичностью: данное масло используют только в пониженных концентрациях и при разведении базовыми растительными маслами.

Поскольку у данного эфирного масла ярко выражены свойства влияния на менструальные циклы и количество выделений, его категорически нельзя использовать во время беременности. Кроме того, стимулирующего кровообращение и деятельность сердца ароматического масла следует избегать при состоянии перевозбудимости, нервных расстройствах активного типа, при эпилепсии, маниакальных и депрессивных расстройствах.

Длительный контакт с маслом вызывает эйфорический эффект, поэтому время контакта с ним нужно ограничить не более чем 4 часами в сутки. При непосредственном нанесении на кожу в течение приблизительно 4-х минут оно вызывает ощутимое пощипывание и жжение, длительный контакт с неразбавленным маслом может вызвать ожог.

Использование мускатного ореха в эзотерике

В древности люди придавали мускатному ореху поистине магические свойства. Из него делали обереги. Считалось, что запах муската отпугивает злые силы, именно поэтому амулет напоминал терку, на которой требовалось измельчать орех.

Использование мускатного ореха в парфюмерии

Особую ценность представляет ядро мускатного ореха. Оно служит сырьем для получения эфирного масла. Чаще всего эфирное масло мускатного ореха применяется в мужской парфюмерии. Парфюмеры используют его в основном, в композициях для мужчин, оттеняя морские, цитрусовые, табачные ноты.

В косметической сфере возможностей применения масла мускатного ореха намного меньше – это одно из самых сильных масел для остановки выпадения волос и стимуляции их роста, а также отличное противогрибковое средство для поражений кожи. Категорически нельзя использовать мускатное масло для ухода за чувствительной кожей.

Рекомендуемые дозировки масел не должны превышать:

- 3–5 капель масла мускатного ореха для использования в аромакурительницах, при этом максимальную длительность процедуры лучше ограничить 1 часом, а в качестве средства с согревающим эффектом использовать по 2 капли мускатного и апельсинового масел;

- 3 капель для массажа, компрессов и принятия ароматической ванны со смешиванием с 15 г транспортного средства в обоих случаях;

- 4–5 капель для растираний в сочетании с 15 г согревающего масла-основы;

- для горячих и для холодных ингаляций используйте лишь одну каплю данного масла в течение 3-х, максимум 5-ти минут;

- для косметических препаратов по уходу за волосами или специальных составов для дряблой кожи на каждые 15 г основы добавляйте 2 капли масла мускатного ореха, при значительной степени выраженности проблемы выпадения волос – 3 капли;

- в качестве болеутоляющего средства вводят от 5 до 10 капель масла мускатного ореха в 10 мл любого растительного, применяя методы аппликаций и растираний;

- 1 капли в день для внутреннего употребления (густой растворитель с маслом наносится на хлебобулочные изделия или вводится в заправки для блюд, после съедания обязательно выпивают вино, йогурт, сок, кофе или чай, альтернативный вариант – растворение в стакане теплого травяного чая, предпочтительный при инфекционных расстройствах).

Масло мускатного ореха

Аромат масла довольно специфичен, он острый и пряный, способен улучшать восприятие и успокаивать в случае чрезмерной взбудораженности и в состоянии излишнего возбуждения.

Эфирное масло, создающее аромат и вкус пряности, в объеме до 15 % от массы и на 80 % состоящее из терпенов, камфена, эвгенола, – мощное антисептическое и обезболивающее средство. В ядре содержится 40 % жирного масла, 20 % крахмала, пектиновые вещества, пигменты, витамины А, В, В1, С, микроэлементы.

В масле присутствуют химические компоненты – феноловые эфиры, принадлежащие к группе фенилпропановые дериваты и обладающие наркотическим действием на нервную систему человека. Следует заметить, что это ядовитое химическое вещество.

Масло ореха имеет такие ценные свойства: противорвотное; противоревматическое; вяжущее; противовоспалительное; ранозаживляющее; антимикробное; антиоксидантное; обезболивающее.

Это масло принимают в случае бактериальных инфекций, при подагре, невралгиях, остеохондрозе, мышечных болях, миозитах, артритах, а также невритах. Такое применение спровоцировано тем, что масло может снимать отечность, устранять боль, а также воспалительные процессы.

Масло способствует повышению эластичности стенок бронхов, а еще их очищению, остановке крови в случае кровоизлияний и кровотечений (носовых, маточных и многих иных).

Обладает тонизирующим действием и благоприятно воздействует на репродуктивную функцию как мужчины, так и женщины. Женщинам оно поможет сбалансировать менструальный цикл, уменьшит спазматические боли в процессе месячных, поспособствует более мягкому протеканию климакса.

Данное масло является еще и афродизиаком. Медики прописывают его в качестве вспомогательного средства для лечения импотенции. Кроме того, оно способствует активному сокращению матки, что важно для облегчения процесса родов.

Применение масла ореха поможет тем, кто имеет проблемы с пищеварением. Его применение помогает крахмалистой и чрезмерно жирной пище лучше перевариться. Кроме того, масло повышает аппетит, помогает справиться с тошнотой, хронической рвотой, диареей, лечит запоры, устраняет неприятный запах изо рта. За счет своих антибактериальных качеств масло может применяться при самых разнообразных инфекциях кишечника, а еще облегчать и способствовать процессу лечения желчнокаменной болезни.

Масло ореха мускатного может применяться в качестве природного стимулятора, поскольку его согревающее действие приводит в норму сердечную деятельность, а также кровообращение.

А знаете ли Вы...

Выращивание мускатного ореха на *Гренаде* с 1796 года принесло такой успех этому острову, что жители называют его Островом мускатного ореха. Мускатный орех дважды отображен в национальном флаге – в виде изображения плода и в цветах флага, символизирующих цвета мускатного ореха – зеленый, желтый и красный. Карибская кухня с тех пор также включает его в свой арсенал. На Гренаде, например, местные жители используют его в своих пряных пастах-приправах для маринования морепродуктов и мяса для жарки на гриле, даже готовят мускатное мороженое.

В *Корее*, в самой маленькой, самой южной и теплой провинции, на *острове Чеджудо*, находится самый большой в мире мускатный лес. Размером он примерно с половину квадратного километра. Всего в нем растет почти три тысячи деревьев (если точно, то 2878 мускатников). Говорят, что возраст их 500–800 лет. Мускатные деревья на острове имеют высоту до 14 метров, толстые стволы и обширную крону – по 10–15 метров в диаметре. Они растут в естественных условиях наряду с 2,5 сотнями других видов растений. А еще здесь водятся светлячки – символ незагрязненной окружающей среды. В этом природном лесу совершенно особенные освежающие ароматы. Голова как-то сразу проясняется...

Мускатный лес на Чеджудо был в 1993 году объявлен национальным природным памятником. То есть теперь он охраняется государством. В прежние времена мускаты имели на острове, так сказать, большое народнохозяйственное значение. Их заготавливали и отправляли на «большую землю», в столицу, ко двору самого государя, дабы тот мог использовать их в ходе обрядов поклонения своим усопшим предкам.



Обряды эти в конфуцианском обществе имели такое же важное государственное значение, как сейчас заседания правительства или парламента. Ну и, конечно, не только короли проводили такие обряды. Кстати, по одной из местных гипотез, мускатный лес на Чеджудо возник оттого, что на его месте в стародавние времена совершались поминальные обряды, и случайно оброненные мускатные орехи дали всходы.

Сезон сбора орехов приходится как раз на дни перед праздником урожая и поминовения предков – он называется «Чхусок». Чтобы мускатный орех созрел, ему нужно целых два года. Интересно, что мускатник занимается естественным отбором в себе самом. Слабые ветви этого растения сами по себе отмирают, зато сильные продолжают расти.

Чем сильнее ветка, тем лучше на ней орехи. Получается, что мускатное дерево, можно сказать, жертвует своими собственными ветвями, если они оказались слабыми, чтобы порадовать нас самыми отборными плодами.

Когда Вы входите в мускатный лес, то сразу чувствуете, что здесь совсем другой воздух, другая атмосфера. Прикоснитесь к ветвям деревьев, почувствуйте, какие они гибкие. Возьмите лист мускатника и ощутите его аромат – очень освежающий. Листья мускатного дерева можно использовать в качестве природного дезодоранта. Соберите несколько листков, положите где-нибудь в своей машине – и неприятных запахов как не бывало!

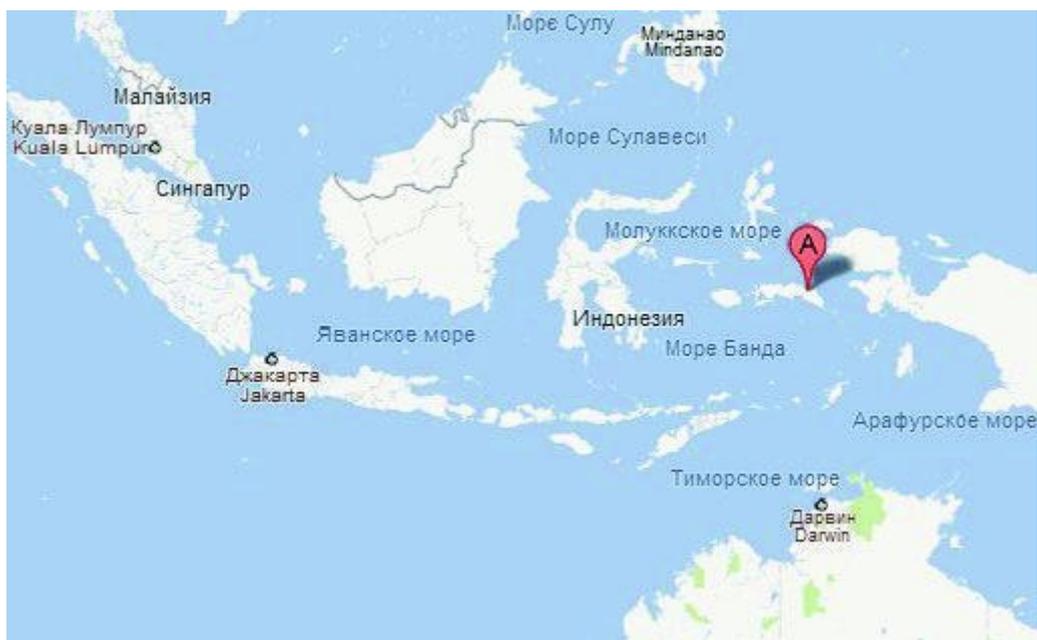
Мускатный лес на Чеджудо был в свое время съемочной площадкой для одного из популярных в Корее исторических фильмов. Режиссером его, кстати, был Кан Чже Гю, который некоторым может быть

известен как автор боевика «Шири». Но это в данном случае не важно. А важно то, что мускатный лес с его вековыми деревьями замечательно подошел в качестве декорации к историческому фильму, события которого происходили тысячу лет назад. Взять хотя бы одно из самых крупных деревьев в лесу – ему 810 лет, и дереву даже дали пышное имя – «Новое тысячелетие».

Одного взгляда на это дерево достаточно, чтобы почувствовать удивительную силу и красоту матери-природы. Как бы ни развивалась наша цивилизация, все равно любой человек кажется маленьким и слабым в сравнении с этим старым деревом. Здесь, в лесу, свежо и прохладно. И никаких следов цивилизации.

А теперь отправимся в путешествие на родину мускатного ореха – Молуккские острова...

Молуккские острова



Молуккские острова, также известные как Острова пряностей, – индонезийская группа островов между Сулавеси и Новой Гвинеей, к северу от острова Тимор. Находятся на плите Хальмахера и в зоне столкновения с плитой Молуккского моря. Территория островов – 74 505 км², население – 2,5 миллиона жителей.

Исторически острова получили название «Острова пряностей» от китайцев и европейцев, однако главным образом это название относится к небольшим вулканическим островам архипелага Банда, где выращивается мускатный орех.

К островам пряностей отнесли Тидоре и Тернате, Маре и Макиян с Моти. Совсем рядом остров покрупнее – Хальмахера. Происхождением острова обязаны вулкану и благодаря теплomu влажному климату всегда были основными поставщиками редких ароматных специй по всему миру. Гвоздичные и коричные деревья, мускатные орехи и кокосовые пальмы, перец и ваниль растут тут целыми широкими плантациями.

Общая площадь архипелага Молуккских островов – 850000 км², 90 % ее покрыто водой. В общей сложности в состав архипелага входит 1027 островов. Три крупнейших – Хальмахера (17780 км²), Серам (17100 км²) и Буру (9505 км²) – едва заселены, а наиболее развиты небольшие острова Амбон и Тернате.

Гора Биная (3027 м) на острове Серам – наивысшая точка архипелага. На некоторых островах находятся действующие вулканы. Множество островов представляют собой вершины вулканов, поднимающиеся из моря, с деревнями, расположенными вдоль побережья. За последние 500 лет произошло более 70 мощных извержений вулканов и землетрясений в регионе.

Молуккские острова представляют собой один из наиболее геологически сложных и активных регионов мира, это связано с тем, что они находятся в точке встречи четырех геологических плит и двух континентов.

Государственное устройство

Административно острова составляют две провинции индонезийской группы: Северное Малукку (административный центр – остров Тернате) и Южное Малукку (административный центр – остров Амбон).

Индонезия – крупнейший в мире архипелаг, расположенный в Юго-Восточной Азии. Включает в себя Большие Зондские острова (Калимантан, Суматра, Сулавеси, Ява и Мадуро), Малые Зондские острова, Молуккские острова и западную половину острова Новая Гвинея (Западный Ириан). Из 17508 островов только около 6000 обитаемы. Протяженность береговой линии страны – 5150 км. Около двух третей всей территории покрыто влажными тропическими лесами.

Индонезия – унитарная республика президентского типа. Глава государства и правительства – президент. Высший орган государственной власти – Народный консультативный конгресс. Он собирается на сессии не реже одного раза в пять лет. Половина депутатов назначается президентом. Другая половина – депутаты однопалатного совета народных представителей (парламента). 400 из них избираются всеобщим голосованием и 100 назначаются президентом из числа военных, которые не участвуют в голосовании.

Административно-территориальное деление: 24 провинции и приравненные к провинциям особые административные единицы – Большая Джакарта (столичный городской округ), Джокьякарта, Ачех (2 специальные единицы).

История

Археологические раскопки свидетельствуют, что люди заселили Молуккские острова около 32 тыс. лет назад, и уже 10–15 тыс. лет назад местное население занималось меновой торговлей. Позже Острова пряностей открыли для себя китайские и арабские торговцы.

Современное название «Молуккские острова» восходит к арабскому «аль-Малик» (королевский).

В древние времена торговля пряностями была рискованным, но чрезвычайно прибыльным делом: пряные специи ценились на вес золота, иногда даже в буквальном смысле слова. В Европу их привозили арабские купцы в основном из Индии и с Молуккских островов, получивших за это название «Острова пряностей».

Одной из основных причин, подтолкнувших португальцев и испанцев к свершению Великих географических открытий XV–XVII вв., было желание отыскать альтернативный азиатскому способ транспортировки драгоценных грузов, когда турки перекрыли часть Великого шелкового пути. Именно на поиски западного пути на Молуккские острова отправлялась флотилия Фернана Магеллана (1480–1521 гг.), совершившая в результате первое в истории кругосветное путешествие (1519–1522 гг.).

Первыми европейцами, приплывшими на острова в 1512 г., чтобы наладить торговлю пряностями без посредников, стали португальцы из экспедиции мореплавателя Антониу ди Абреу. Город-порт Амбон на одноименном острове стал местным плацдармом колонизации. На смену португальцам прибыли испанцы, а в 1596 г. на острова впервые проникли голландцы.

Любопытно, что в Европе Нидерланды еще вели Восьмидесятилетнюю войну (1568–1648 гг.) за признание независимости от Испании, а на островах Голландская Ост-Индская компания уже монополизировала торговлю пряностями. Главным соперником в борьбе за специи была Британская Ост-Индская компания: это стало причиной трех Англо-Голландских войн в XVII в.

В 1800 г., после национализации Голландской Ост-Индской компании, образовалась колония Голландская Ост-Индия. В ходе наполеоновских войн территория самой Голландии была захвачена Францией, и все ее колонии автоматически стали французскими. В 1811–1816 гг. острова были оккупированы Великобританией, но в 1824 г. возвращены по англо-голландскому соглашению в обмен на колониальные владения Нидерландов в Индии.

Даже после падения мировых цен на специи конфликты на Молуккских островах не прекратились. 500-летний период колониальной зависимости, а также специфика жизни на сотнях обособленных островов – все это подготовило почву для будущих национальных и религиозных конфликтов.

В 1942 г. острова захватила Япония. После капитуляции и вывода японских войск в августе 1945 г. была провозглашена Республика Индонезия, но Королевство Нидерланды передало суверенитет только в 1949 г., после войны за независимость.

Молуккские острова, где примерно равная численность христиан и мусульман, оставались единой провинцией Индонезии до 1999 г. Все попытки отделения жестоко подавлялись. Экономический кризис 1997 г. и последующее крушение режима диктатора, генерала Сухарто (1921–2008 гг.), привели к ослаблению центральной власти и армии, что тут же вызвало взрыв межэтнических и религиозных противоречий в стране. В 1999–2004 гг. в результате кровавых конфликтов на Молуккских островах тысячи жителей были убиты, полмиллиона человек стали беженцами, а провинция разделилась на мусульманское Северное Малуку и Малуку.

В последние годы напряженность в отношениях между двумя религиозными островными общинами

пошла на спад.

Коренное население островов – меланезийцы (алфуры). Значительная их часть была истреблена в ходе «Войн за пряности» в XVII в. Позже острова заселяли европейцы, главным образом португальцы и голландцы. После провозглашения независимости Индонезии началась активная иммиграция с соседних островов Новая Гвинея, Сулавеси, Ява и других. Сегодня на Молуккских островах насчитывается около 350 этнических групп.

Экономика

Традиционные занятия местного населения – рыболовство, ремесла и земледелие: выращивание саговых, кокосовых и банановых пальм, красного риса, табака, кофе и какао.

В настоящее время Молуккские острова принадлежат Индонезии, которая с шестнадцатого века является крупнейшим в мире производителем мускатного ореха, гвоздики и перца.

Туризм



Одна из важнейших отраслей экономики этих изумрудных островов с уникальной флорой и фауной. Биogeографически все Молуккские острова, кроме островов Ару, находятся в Уоллесеи – изолированном регионе, расположенном между Зондским шельфом (частью Азиатского континентального шельфа) и Арафурским шельфом (частью Австралийского континентального шельфа). Многие представители растительного и животного мира водятся только здесь.

Собственно, гвоздичное дерево и мускатный орех изначально произрастали исключительно на Островах пряностей до того, как европейцы начали выращивать их в других частях света. Редкие виды – ночные сумчатые (кускусы), вараны, казуары, попугаи какаду (белый и розовый водятся на всех крупных островах, черный – на островах Ару), райские птицы (в том числе вымпеловая райская птица – эндемик Молуккских островов), гигантская пчела Уоллеса и многие другие, охраняемые государством.

Для спасения редких видов от исчезновения в 1997 г. был создан Национальный парк Манузела, а в 2004 г. – Национальный парк Акетоджаве-Лолобата.

Относительная изоляция островов, повлиявшая на высокую специализацию животного и растительного мира, способствовала также сохранению самобытной культуры местного населения. Здесь, на малых островах, до сих пор жива вера в существование духов предков. Анимизм – одна из древнейших форм религии со своей сложной системой обрядов и ритуалов.

Сегодня существует отдельная провинция, куда входят более тысячи раскинутых по морским

просторам Молуккских островов, включая Амбон, Буру, Серам и мелкие острова Банда.

Административным и торговым центром провинции Молуккские острова является *город Амбон*, расположенный на одноименном острове. Основанный португальцами в 1574 г., он сохранил в своем облике следы прошедших веков, хотя и утратил многие здания колониального периода в результате бомбардировок союзной авиации во время Второй мировой войны. О далеком прошлом города лучше всего напоминает сегодня *Форт Виктория* – старое голландское военное укрепление, построенное на еще более старом португальском фундаменте. На вершине холма у северной окраины Амбона находится *Музей Сивалима*, обладающий обширной коллекцией предметов племенной материальной культуры.

К юго-востоку от города Амбон возвышается *гора Сиримаху*. На одном из ее склонов виднеется интересная *деревня Сойа* со старой голландской церковью (постройки 1817 г.) и с резиденцией бывшего местного раджи. За деревней дорога делится на несколько тропинок (называемых местными жителями «пути на Голгофу»), которые ведут к расположенным на южных склонах горы деревням Эма, Киланг, Наку и Хаталай. Все эти небольшие древние поселения – причем каждое из них имеет свое собственное мегалитическое сооружение – в сущности, мало изменились с тех пор, как в середине XVI в. миссионер Франсиско Ксавьер сумел обратить их жителей в католицизм.

На гористом острове Серам много деревень и старых военных укреплений, но очень мало городов и почти нет дорог.

Столь же мало освоен поросший густыми лесами остров Буру, окруженный кольцом прибрежных рифов и болот. Для посещения Буру требуется предварительно получить разрешение в Амбоне.

Главной туристической жемчужиной Молуккских островов по праву считается Амбон. Этот остров и находящийся поблизости архипелаг Банда привлекают туристов прежде всего богатством подводного мира. Наиболее привлекателен для пляжного отдыха южный берег острова Амбон. Сам остров часто называют «землей тысячи пляжей».

Острова Банда – знаменитые «острова мускатного ореха» – буквально дышат историей. Их главный город Банда-Нейра, расположенный на горном склоне, спускающемся в воды моря, отделен от соседнего острова лишь узким проливом. В центре города можно увидеть старинную голландскую протестантскую церковь и два военных укрепления: Форт Бельгика и Форт Нассау.

Острова Банда, расположенные в 130 км к югу от Амбона, популярны прежде всего у любителей дайвинга и соперничают с такими известными курортами Индонезии, как Вакатоби, Бунакен и Раджа Ампат.

Молуккские острова – это место проживания редких животных, например, долгопят; поселения аборигенов; плантаций перца, мускатного ореха, корицы, гвоздики. Острова славятся своей флорой и фауной, горными озерами и тропическими лесами, а также вулканом Гамалама, в одном из кратеров которого находится кишасщее крокодилами озеро Толире.

Остров Тернате был столицей султаната с одноименным названием с 1257 г., то есть за три столетия до появления здесь европейцев. Султанат Тернате является одним из старейших исламских государственных образований на территории современной Индонезии. Под властью Тернате в период расцвета его могущества находилась восточная Индонезия и южная часть Филиппин. Тернате был главным поставщиком пряностей (прежде всего, гвоздики) на международные рынки в XV–XVI вв. Султанат был самым могущественным государством региона в описываемый период времени, имевшим возможность противостоять европейской колонизации в течение столетия.

Одной из достопримечательностей острова Тернате является Дворец Султана, построенный в 1796 г. В настоящее время в нем расположен исторический музей.

Также стоит посетить Форт Орани, построенный голландцами в 1609 г. и служивший штаб-квартирой Голландской Ост-Индской компании до 1619 г. Новая центральная мечеть построена прямо у берега океана. Ее величественный силуэт словно парит над бухтой залива.

Национальная кухня

На Молуккских островах основной едой является саговая мука. Ее готовят из волокнистой сердцевины саговой пальмы. Саго едят в виде густой каши, макарон, из него делают сахар и масло. Едят также корнеплоды, например, маниок, сладкий картофель батат, земляную грушу. Большое место в рационе занимает рыба. Кухня Молуккских островов очень пряная и острая, что помогает сберечь еду от быстрой порчи.



Черный и белый перец, тамаринд, гвоздика, мускатный орех, корица, жгучий красный или зеленый стручковый перец, арахис, имбирь, соя, чеснок – обязательные компоненты острых приправ, которые местные жители используют в своей кухне.

Рисовое вино является национальным напитком.

Крупа саго

Получается из крахмала ствола саговой пальмы. Век саговой пальмы недолог, сразу же после того, как она отдаст человеку свои плоды, растение засыхает и гибнет. Вот почему саговые пальмы срубают еще до наступления периода цветения, когда молодые стволы еще полны полезного крахмала. Сердцевины пальм промывают, а затем протирают с помощью специального сита, а размещенный под ним горячий лист металла помогает крахмалу превратиться в крупу, которую остается только как следует высушить.

Из одной саговой пальмы получается до 150 кг крупы. Саго для местных жителей Молуккских островов – это то же самое, что рис для китайцев и японцев.

Не только из саговых, но и из других видов пальм производят крупу саго. Для этой цели используются также винная, лубяная, восковая пальмы и акрокомия, которые встречаются по всему миру, разумеется, в южных странах.

У крупы саго существует родственник ей продукт – это тапиока, она делается из корней кустарника маниоки, который растет в тропиках.

Свой собственный вкус у саго очень слабый, но зато эта крупа отлично вбирает в себя вкус и аромат любых продуктов. Поэтому блюд из нее можно приготовить великое множество. Супы, каши, пудинги, сиропы – все это можно готовить с добавлением саго. Ее можно класть в пироги или подавать как гарнир, разумеется, сначала сдоблив зеленью и специями. Сладости, выпечка тоже порой не обходятся без этой крупы. Одним из главных кулинарных качеств саго является ее способность делать любое блюдо густым, саго – это природный загуститель.

Состав и полезные свойства

Саговая крупа содержит белки, жиры, простые углеводы, пищевые волокна, крахмал и сахар. В ней есть такие витамины, как Е, РР, холин, немного в меньшей степени Н, витамины группы В, А. Минеральный состав саго тоже разнообразен, в него входят титан, фосфор, бор, кальций, молибден, ванадий, калий, железо, йод, кремний, цирконий, магний, медь, стронций, цинк и т. д.

Саго очень хорошо усваивается. Среди других преимуществ данного продукта можно также отметить отсутствие клейковины (глутена) и сложных белков. Вред этих двух веществ заключается в высокой аллергичности, они также способны вызывать целиакию или воспаление тонкого кишечника. По этим причинам саго с успехом применяется в диетах и является заменителем многих других круп при различных заболеваниях.

Калорийность

В 100 г саго в среднем содержится около 336 ккал.

Секрет Индонезии

Одним из секретов Индонезии является кофе «*Luwak*». Самый дорогой и самый редкий кофе в мире! Цена кофе Лувак на мировом рынке превышает \$ 1000 за 1 кг. Это самый уникальный и эксклюзивный из всех известных сортов кофе.

В чем секрет? «*Luwak*» – индонезийское название пальмовой циветты – животного, которое похоже на дикого хорька, обитающего в джунглях Суматры. Циветта обладает исключительным обонянием. Питаясь ночью, животное выбирает самые спелые зерна кофе. Попав в кишечник циветты, кофе проходит своеобразный процесс очищения и ферментации. После этого зерна выходят естественным путем из организма животного и остаются на настиле джунглей. Именно эти кофейные зерна из джунглей Суматры становятся «Кофе Лувак». Научные исследования показывают, что кислоты пищеварительного тракта циветты удаляют часть «горьких» протеинов в зернах кофе, что улучшает его качество и делает напиток мягче. Общий мировой объем производства «Кофе Лувак» не превышает 1500 кг в год. Почти полностью весь кофе экспортируется в США и в Японию.