

Vuoden 2003 Vihannes on kesäkurpitsa

Puutarhaliitto ja Kotimaiset Kasvikset ry ovat valinneet kesäkurpitsan Vuoden vihannekseksi 2003. Valinnalla halutaan edistää tämän monikäyttöisen kasviksen viljelyä ja käyttöä.

Kesäkurpitsa valittiin vuoden vihannekseksi, koska tämä kasvis on hyvin monipuolinen ja sopii yhä paremmin myös suomalaisten ruokapöytiin. Nykyisin suomalaiset syö noin puoli kiloa kesäkurpitsaa vuosittain henkeä kohti. Tämä vastaa yhtä isoa kesäkurpitsaa. Miedon ja monikäyttöisen kesäkurpitsan käyttöä olisi helppo lisätä tästä. Kesäkurpitsa maistuu hyvältä raakana erilaisissa salaateissa, mutta on varsinainen monikäyttökasvis kaikessa ruuanlaitossa. Lisäksi se sopii muiden kurpitsojen tapaan hyvin myös säilöntään.

Kesäkurpitsa (*Cucurbita pepo* L.) kuuluu kurkkukasvien heimossa alaryhmään kurpitsakasvit. Suomessa viljeltävät kurpitsat jaetaan yleisesti kesäkurpitsoihin ja jättikurpitsoihin, joista tunnetuin on ns. halloween-kurpitsa. Talvikurpitsat eroavat kesäkurpitsaista erityisen kovan kuoren ja hyvän säilyvyyden puolesta. Tunnetuimmat kesäkurpitsatyypit ovat puolestaan zucchini-, spaghetti- ja koristekurpitsat. Näistä kesäkurpitsanimitystä käytetään usein pelkästään pitkänomaisille zucchinielle, joita löytyy erivärisiä valkoisesta lilahtavaan. Tutuimmat värit meille ovat kuitenkin keltainen ja vihreä. Koristekurpitsojen hedelmäliha on vähäistä ja maistuu kitkerälle, joten niitä ei viljellä ravinnoksi.

Välimeren alueelta kotoisin olevat kesäkurpitsat ovat tulleet Suomeen jo 1600-luvulla, jolloin meille opetettiin "suvipumppujen" viljelyä. Varsinainen kaupallinen tuote kesäkurpitsasta tuli vasta 1970-luvulla, jolloin tuote tuli tutuksi vähittäiskauppojen hevi-tiskeillä. Käyttö on lisääntynyt selvästi vasta viimeisten kymmenen vuoden aikana. Suomalaisten innostus käyttää kesäkurpitsaa on kuitenkin vielä vaatimatonta niin määrällisesti kuin käyttötavoiltaan verrattuna esimerkiksi Välimeren maihin. Myös esimerkiksi Amerikoissa kesäkurpitsa on suosittu esimerkiksi leivonnassa.

Markkinointi vaikeaa

Kesäkurpitsan viljely on melko helppoa, jos kesä on kohtalaisen lämmin. Sen sijaan tuotteen markkinointi on usein vaikeaa siitä syystä, että kesäkurpitsat valmistuvat korjuukypsiksi hyvin usein yhtä aikaa sekä ammatti- että harrasteviljelijöiden puutarhoissa. Esimerkiksi viime elokuun lämpimät säät saivat aikaan melkoisen ruuhkan markkinoilla. Hyvään kasvukuntoon ehtinyt kasvi saattaa tuottaa lyhyenä aikana hyvin runsaan sadon.

Ammattiviljelmien kannattaa käyttää kesäkurpitsan viljelyssä kaikkia satokautta aientavia ja pidentäviä keinoja hyväkseen. Esimerkiksi tämän kylmänaran kasvin satokausi päättyy nopeasti ensimmäisten hallojen jälkeen, ellei kasvustoa suojata. Kotimaisen satokauden päätteeksi kesäkurpitsoja tuodaan Suomeen pääasiassa Espanjasta. Kuitenkin Närpiön alueella tätä lämmöstä pitävää kasvia viljellään pieniä määriä kasvihuoneessa ympäri vuoden. Maukkaista kotimaisista kesäkurpitsaista olisi mahdollista kehittää merkituotetta samaan tapaan kuin kurkusta tai tomaatista.

Kesäkurpitsat säilyvät syksyllä varastoissa 2 - 4 kuukautta. Paras säilytyslämpötila on noin 10 astetta. Varastoinnin aikana pitää välttää voimakkaita hajuja ja ilmankosteuden tulee olla korkea, jotta kurpitsat eivät nahistu. Pienten kesäkurpitsojen varastointia ei suositella.

Kukat ja hedelmät ravinnoksi

Kesäkurpitsasta voidaan käyttää ravinnoksi kukkia ja kaikkia erikokoisia hedelmiä. Varsinkin runsaimman satokauden aikana kukat kannattaa poimia jo pienenä ravinnoksi. Kun satoa korjataan usein ja hedelmien ei anneta kasvaa kokoa, saadaan kappalemääräisesti huomattavasti enemmän satoa. Hedelmät ovat maukkaimmillaan noin 15 sentin pituisina pieninä pamppuina. Tämän jälkeen kuorikerros alkaa paksuuntua ja sisältö muuttuu asteittain puumaisemmaksi.

Monissa maissa kesäkurpitsan kukat ovat suurta herkkua salaateissa ja esimerkiksi friteerattuina. Meillä Suomessa keittiömestarien toiveena olisi saada kotimaista pientä kurpitsaa kesäaikaan. Päätuotantomaissa nämä pienet kurpitsat lajitellaan, pakataan ja hinnoitellaan kokonaan omiksi gourmet-tuotteiksi tavanomaisiin isoihin verrattuna. Spaghettikurpitsa saa sen sijaan kasvaa kokoa, jotta hedelmäliha ehtii muuttua kuitumaiseksi.

Sopii moneen tarkoitukseen

Kesäkurpitsa on sellaisenaan herkullinen ruoanlisäke esimerkiksi kuumalla pannulla kevyesti paahdettuna joko öljyn kanssa tai ilman. Kesäkurpitsan kumppaniksi erilaisiin ruokiin sopivat erityisen hyvin sienet, sipulit, tomaatit, sitruuna, rakuuna, oregano ja sitruunamelissa. Kesäkurpitsalla voi tarvittaessa korvata lähes kaikkia muita kasviksia ja ruoka-aineita. Jos tämän kasviksen halutaan pysyvän koossa, kypsennysaika ei saa olla pitkä, mutta tarvittaessa hyvin kypsennetty kesäkurpitsa suurustaa ja täytelöittää niin keitot kuin erilaiset paistokset. Maku on miellyttävän pehmeä ja mieto, joten kesäkurpitsa ei riitele muiden ruoan raaka-aineiden kanssa.

Kesäkurpitsaa on usein pidetty vähemmän arvokkaana kasviksena terveysvaikutustensa puolesta. Tämä ei näytä pitävän paikkaansa. Tehokkaimmillaan täyteläinen kesäkurpitsa on korvaamassa energiapitoisempia raaka-aineita. Kesäkurpitsan energiamäärä on hyvin vähäinen sen sisältämiin suojaravintoaineisiin nähden. Se sisältää mm. C- ja E- vitamiinia sekä A-vitamiinin esiastetta. Tämän kasviksen väitetään olevan myös erityisen tehokas kuona-aineiden poistaja. Se edistää ruoansulatusta ja suojaa suoliston limakalvoja. Terveysalan tutkijat pitävät tätä ominaisuutta erityisen tärkeänä, koska suolen seinämien huonolla kunnolla tiedetään olevan yhteyksiä moniin sairauksiin.

Teksti: Kotimaiset Kasvikset ry