

# Jak to z cukrem byto...

*“(...) smak cukru i innych artykułów egzotycznych zmienił oblicze planety o wiele bardziej niż całe wieki historii i podbojów.” Maguelonne Toussaint-Samat*

Trudno dziś sobie wyobrazić świat bez cukru i jego pochodnych. Ta wszechobecność wydaje się tak naturalna i oczywista, że z trudem przychodzi uwierzyć, iż dawniej cukier traktowany był jak lekarstwo i spożywany w bardzo małych ilościach. W porównaniu z innymi produktami, takimi jak mąka czy sól, pojawił się w Europie stosunkowo późno wypierając używany wcześniej miód. Za to jego obecność zmieniła na dobre zwyczaje kulinarne na całej kuli ziemskiej.

## Na początku był sok z trzciny cukrowej

Historia cukru liczy sobie 3 tys. lat i w większości jest historią trzciny cukrowej. Ta gigantyczna trawa pochodząca z Nowej Gwinei, o fachowej nazwie cukrowiec lekarski (*Saccharum officinarum*), to jedna z nielicznych roślin wytwarzających naturalnie sacharozę, powszechnie uprawiana w strefie tropikalnej. Inne rośliny bogate w sacharozę to daktyle, figi czy klony, lecz żadna z nich, poza burakiem, nie może równać się z trzcina pod względem wydajności i łatwości uprawy. Choć dzisiaj cukier kojarzy się z białym (najczęściej) kryształem, trzeba pamiętać, że podstawą jego produkcji jest sok (z trzciny cukrowej lub buraka), a pierwsi amatorzy słodczy żuli po prostu kawałki tej rośliny.

Według starożytnych źródeł trzcina cukrowa występowała powszechnie w Indiach, zwłaszcza w dolinie Gangesu, gdzie w prymitywny sposób pozyskiwano z niej substancję słodzącą. Sok gotowano aż do uzyskania syropu, a potem doprowadzano do stwardnienia i suszono, uzyskując kryształki podobne do soli. Tam odkryli ją Persowie podczas swoich wojennych wypraw. Zaintrygowani rośliną, “która daje miód bez udziału pszczoł” i wytwarza coś na kształt soli, tyle że słodkiej (starożytni dość długo używali określenia “sól indyjska”), przewieźli ją na Bliski Wschód, skąd dzięki licznym najazdom i karawanom dotarła ona także do starożytnych Greków.



SACCHARUM  
*Qua Saccharum paritur arte, plerumq' Patitur, quom' vult, dicitur in malis.*

Rycina: „Produkcja cukru”, Jan Van der Straat, 1584

## Arabowie i inni

Jednak dopiero podboje arabskie w VII w. n.e. rozpoczęły wielką, nieprzerwaną karierę cukru. I to w znaczeniu zarówno terytorialnym (rozszerzanie obszarów upraw: od Iranu poprzez Syrię i Egipt, aż po południowe regiony Hiszpanii oraz wyspy: Cypr, Kreta, Malta, Sycylia), jak i jakościowym. Dzięki swojej wiedzy i umiejętnościom Arabowie szybko wypracowali metody pozyskiwania cukru na większą skalę. Ok. 1000 r. założyli na Krecie pierwszą przemysłową rafinerię cukru, a ich kulinarna finezja przełożyła się na wielką różnorodność słodkich przysmaków. To im zawdzięczamy min. karmel.

Od XI w. cukier pojawia się coraz częściej w krajach europejskich. Uczestnicy wypraw krzyżowych przywożą jako część



Kartka pocztowa przedstawiająca plantację trzciny cukrowej na Haiti w XIX w

łupu niewielkie ilości tej egzotycznej przyprawy. Jak każda nowość, nie od razu zdobywa ona serca i podniebienia Europejczyków. Dość długo pozostaje kosztownym lekarstwem, sprzedawanym w aptekach, a każda szanująca się (i dodajmy - zamożna) pani domu dba o to, by odrobina tej słodkiej substancji znalazła się w jej domowej apteczce.

Dość szybko monopol Arabów zostaje rozbity. Holendrzy, Portugalczycy i Francuzi zakładają plantacje trzciny cukrowej w zamorskich koloniach, wykorzystując niewolników jako tanią siłę roboczą. Również Wenecjanie próbują sił w produkcji, choć głównie pośredniczą w handlu. Rosnąca konkurencja powoduje spadek cen cukru na rynku, a co za tym idzie - większe spożycie. Cukier tanieje i ze środka leczniczego staje się pospolitym przysmakiem, choć dość długo jeszcze niedostępnym dla najuboższych. W XIX w. wpływ na dalszy spadek cen i większą dostępność ma rozwijająca się produkcja cukru z buraków.

Cukier buraczany to stosunkowo późne odkrycie. W roku 1745 niemiecki chemik Andreas S. Marggraf pozyskuje pierwszy cukier z buraka, ale na dobre jego produkcja rusza dopiero w następnym stuleciu. Ok. 1900 r. stanowi ona 53 proc. światowej produkcji. Wydaje się, że Europa znalazła nowe, tańsze od trzciny cukrowej źródło pozyskiwania cennej substancji. Niestety, kolejne wojny światowe powodują spadek produkcji, która nigdy nie odzyska już poprzedniej dynamiki. Taka sytuacja utrzymuje się do dzisiaj: cukier trzcinowy stanowi 70 proc. światowej produkcji, buraczany - zaledwie 30 proc. Ogółem produkowany jest w ilości ponad 130 mln ton rocznie.



Młody mężczyzna na ciężarówce pełnej cukrowych buraków w Północnym Kolorado, 1915

### Odkrywanie uroków

Od XVI w. rośnie w Europie spożycie cukru, aż do potrojenia konsumpcji w XVIII w. Wpływa na to coraz większa popularność egzotycznych napojów: czekolady, kawy, herbaty, które nasi przodkowie piją mocno słodzone. Na przykład filozofowie oświecenia gustują w kawie tak słodkiej, że bardziej przypomina ona czarny syrop aniżeli napój, który znamy dzisiaj.

Cukru używa się do przyrządzania konfitur, konserwowania owoców (kandyzowanie), sporządzania aromatyzowanych syropów z owoców, ziół, korzeni i kwiatów. Karmelizuje się goździki, imbir, ziarna anyżu i jałowca, migdały oraz nasiona szyszki sosnowej, otrzymując pierwsze niby-cukierki. Wśród zamożnych modne stają się cukry stołowe – olbrzymie figury i rzeźby z cukru lodowego utrwalonego gumą, tzw. draganty. Cukiernicy rzeźbią z nich baszty, cyfry, herby, domy i urozmaicają je o gipsowe figury ludzi i zwierząt tak, by całość naśladowała miejską ulicę lub ogród. Cukry stołowe podawane na szklanych lub drewnianych taflach służą jako ozdoba stołów podczas przyjęć. Cukier sypek podaje się osobno w małych srebrnych cukierniczkach, po przyjęciu zamykanych na kluczyk.

O dużej popularności cukru decyduje jego wielofunkcyjność: sładzi, konserwuje, nadaje kolor (karmel), utwardza teksturę, powoduje fermentację drożdży (co wykorzystał przemysł alkoholowy). Jest podstawą dań słodkich, ale w niewielkich ilościach bywa dodawany także do sosów, potraw mięsnych, marynat, musztardy, majonezu itp. Z powodzeniem wykorzystuje go przemysł farmaceutyczny, jako środek konserwujący i wzmacniający smak leków i witamin. Od najdawniejszych czasów stosowany jest też w kosmetyce jako jedna z metod depilacji. Bywa też składnikiem peelingu. Nasze pomysłowe babki używają go nawet do krochmalenia halek bądź utrwalaania fryzur.

W każdej epoce cukrowe słodkości są cenionym upominkiem, nawet na królewskich dworach. A już zupełnie wyjątkowe są czasy kolonialne, kiedy syrop z trzciny cukrowej funkcjonował, obok tytoniu, jako międzynarodowy środek płatniczy. Za towary z Europy płacono słodkim sokiem.



### Biały czy brązowy?

Dziś możemy wybierać między cukrem białym, brązowym lub nierafinowanym. W każdym przypadku głównym składnikiem jest sacharoza, a kolor cukru zależy od stopnia oczyszczenia, a nie od tego, z jakiej rośliny pochodzi. Cukier biały to produkt najbardziej oczyszczony, pozbawiony koloru wskutek usunięcia brunatnego syropu zw. melasą. Cukier brązowy różni się od niego jedynie barwą. Proces jego produkcji jest taki sam, a brązowy kolor nadaje mu się przez dodanie usuniętej wcześniej melasy i ponowne osuszenie kryształów. Cukier nierafinowany, jak sama nazwa wskazuje, nie podlega procesowi rafinacji czyli oczyszczania. Dzięki temu posiada brązowy kolor oraz śladowe ilości minerałów (żelazo, wapń, magnez, potas), które nie mają jednak większego wpływu na nasze zdrowie.

### Słodki czy słodszy?

Mimo powszechnego uznania dla cukru, istnieją odmienne zwyczaje smakowe w różnych częściach świata. I tak np. Azjaci preferują dania mniej słodkie niż na Zachodzie. Przekonał się o tym amerykański koncern Kraft chcąc wprowadzić na chiński rynek popularne w Ameryce ciasteczka Oreo. Przez kilka lat ich sprzedaż stała w miejscu, aż ktoś wpadł na pomysł, by wyprodukować ich mniej słodką wersję. Okazało się, że był to strzał w dziesiątkę i sprzedaż zaczęła rosnąć. Świat arabski lubi słodczy mocną, skondensowaną, za to serwowaną w małych porcjach. Stąd całe mnóstwo wymyślnych, miniaturowych łakoci. Zachodni rynek słodczy, zdo-



minowany przez kilka dużych koncernów, to smak przeciętny, który ma odpowiadać jak największej liczbie konsumentów. W tej przeciętności giną lokalne przysmaki lub produkty z małych cukierni.

Dlatego niektóre kraje europejskie, takie jak Belgia, Francja czy Szwajcaria, świadomie kultywują rodzime tradycje wyrobu słodczy. We Francji każdy region chwali się lokalnymi przysmakami na specjalnej stronie internetowej poświęconej słodczom. Organizuje też doroczne "słodkie" święta, min.: Fête de la mirabelle (Święto Mirabelki), Fête de la myrtille (Święto Czarnej Jagody), czy Fête du pain d'épice (Święto Piernika). Tym, których taka feta ominie, pozostaje do obejrzenia Muzeum Cukierka (Le Musée du bonbon) lub liczne mniejsze muzea lokalnych specialité.

*Jakby nie patrzeć, cukier zrobił na przestrzeni wieków oszatamiającą karierę, uzależniając od siebie sporą część społeczeństwa.*

Ewa Szarkowska

### CZKOLADOWE CIASTECZKA DIABETYKA

150 g gorzkiej czekolady

80 g masła

80 g syropu klonowego (można zastąpić go syropem buraczanym lub cukrem)

1 łyżeczka stodzik w płynie

120 g mąki z amarantusa

1 łyżeczka kakao

¼ łyżeczki sody oczyszczonej  
szczypta soli jodowanej

1 jajo

4 łyżki mleka

(30 sztuk – czas przygotowania: ok. 30 min. – czas pieczenia : 25-30 min. 1 sztuka zawiera ok. 70 kcal, 1g b, 4 g tł., 7 g w., 0,5 p.w.)

W garnku rozpuścić czekoladę i 75 g masła. Wlać do miski i dodać syrop klonowy i stodzik. Piekarnik rozgrzać do temperatury 180°C. Najlepiej kwadratową formę do ciasta (20x20 cm) nasmarować pozostałym masłem. Mąkę wymieszać z kakao, sodą i solą. Do masy czekoladowo-maślanej wbić jajo, a następnie stale mieszając dodawać po łyżce mąki. Całość ucierać tak długo, aż powstanie gładkie ciasto. Na końcu dolać mleko, by ciasto nie było zbyt gęste. Ciasto przenieść do formy. Piec ok. 25-30 minut na średnim poziomie piekarnika. Gotowe ciasto pokroić na kwadraty.

