

Rozmyślania



In vino veritas...

Co leczy choroby krążenia, wspomaga funkcjonowanie serca i chroni przed nowotworami? Jakiś nowy specyfik chemiczny? Nie, to nie żaden nowy, cudowny lek, który właśnie wynaleźli naukowcy – to wino...

ANDRZEJ DĘBKOWSKI

Już w starożytności kwestia zdrowotnych walorów wina była tematem częstych rozważań. Wypowiadali się o nim filozofowie, pisali zarówno poeci, medycy jak i duchowni.

Temat wina poruszył także bawarski bibliotekarz i kaznodzieja Aegidius Albertinus (1560-1620), autor traktatu *O żarciu i chlaniu*, który piętnował szereg się w wielu środowiskach nadmierne picie wina i obżarstwo. W swoim dziele krytykował uleganie rozkoszom stołu. Jednak na temat wina zamieścił wręcz pochwałę, widząc w nim dwanaście cnót.



Pisał, że wino poprawia trawienie, pędzi mocz, bładym przywraca zdrowe kolory, daje dobry zapach, wzmacnia naturę rodzenia,

raduje usposobienie i krew, gasi wrodzoną gorączkę i rozwiązuje języki milczkom, pozwala żywić nadzieję, człowieka w niebezpieczeństwie czyni śmiałym i zdecydowanym, pozwala zapomnieć o nędzy i rozpacz, ujmuje ludziom skąpstwo i pozwala być hojnym, odmładza starych mężczyzn i kobiety. Jednym słowem: dobre wino, to jak pół życia. A współcześnie, badaniami nad wpływem wina na nasze zdrowie prowadzą naukowcy w laboratoriach wyposażonych w najnowocześniejsze urządzenia.

„In vino veritas” – mawiali starożytni, dając winorośl i jej owoce wyjątkowym szacunkiem i urządzając na jej cześć Bachanalia. Później powstała nawet specjalna nauka poświęcona winu – enologia, której nazwa pochodzi od greckich słów oinos – wino i logos – nauka.

Dziś wiemy, że wino zawiera ponad tysiąc różnych związków chemicznych o większym lub mniejszym stopniu oddziaływania na zdrowie – w większości pozytywne.

Ostatnio odkryto na przykład, że wino zawiera polifenole i resweratrol – związki działające chemoprewencyjnie, a więc zapobiegające rozwojowi nowotworów i chorób układu sercowo-naczyniowego.

Dlatego właśnie Francuzi czy długowieczni Gruzini nie mają zawałów serca, rzadziej zapadają na chorobę Alzheimera i nie mają także parodontoz, ponieważ polifenole działają także antypróchniczo.



Ale to nie wszystko jedno, jakie wino się pije. Najlepiej na nasze zdrowie wpływa wino czerwone i najlepiej wytrawne. Bo resweratrol, związek zapobiegający nowotworom i obecnie najbardziej „na topie” występuje w skórce winogron, a technologia produkcji wina czerwonego sprawia, że jest w nim więcej resweratrolu niż w winie białym.

Pewnie niektórzy zastanowią się czemu pisać o winie... Niedawno, moi przyjaciele,

Monika i Witek, planujący otworzyć sklep z winami gruzińskimi, zaprosili mnie na degustację takich win.

– Andrzej, ale to nie będzie zwykła degustacja, to będzie ciężka praca – przestrzegali mnie przed spotkaniem.

Na stole 12 gatunków gruzińskiego trunku – Mtsvane, Besini premium white, Saperavi Rose, Kisi kvevri, Saperavi, Mukuzani, Kindzmarauli, Besini Kindzmarauli, Saperavi premium, Moscato, Besini premium red. Do tego kartka i długopis. Próbowaliśmy, próbowaliśmy, próbowaliśmy... Zaznaczyliśmy w odpowiednich rubrykach smak, zapach, klarowność... Cudowna praca. Wszyscy zaproszeni pytali gospodarzy, że chcieliby taką pracę wykonywać codziennie. Do tego sery, wędliny, no i hit – sałatka gospodarza, przebijająca nawet najlepsze wina...

Osobiście najlepiej smakowało mi Besini Kindzmarauli, wino o delikatnym smaku oraz Saperavi Rose, może nie najlepsze w smaku, za to o niebiańskim zapachu.

Pamiętam, że przy winie numer dziewięć, zaczęliśmy się głośno zastanawiać, czy gospodarze zechcą nam zafundować wszystko jeszcze raz od początku, gdyż nie pamiętaliśmy już smaku tych z początku degustacji...

Piszę o tym trochę humorystycznie, ale wydaje mi się, że powinniśmy więcej zwracać się w stronę picia wina, niż ciężkich alkoholi, nie bardzo pozytywnie działających na nasze organizmy, szczególnie wtedy, kiedy mamy problemy z umiarem. Lepiej więc sięgać po wino czerwone. Oczywiście nie należy z tych danych wyciągać przedczesnych wniosków, że jeśli w Polsce zacznie się masowo produkować wino, to ze względu na klimat będzie ono prawdziwą bombą antynowotworową.

Niestety – i tu jest ta zła wiadomość dla miłośników wina – nie należy go wypijać więcej niż dwa kieliszki dziennie. I najlepiej pić je do posiłku zawierającego witaminę C. Ta kombinacja składników dodatkowo pomaga jeszcze oczyścić krew ze złego cholesterolu.

W tym miejscu zwracam się do wszystkich moich znajomych czy nie ma takich, którzy myślą o otwarciu sklepu z whisky. Ten trunek, choć może bardziej szkodliwy dla zdrowia, działa o wiele intensywniej na moją wyobraźnię...

Tak więc niniejszym zgłaszam swój akces do tej ciężkiej roboty, zgodnie z zasadą, że *żadnej pracy się nie boję...*

