

Citrongräs

Cymbopogon citratus

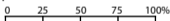
Om växten

Citrongräsen är ett släkte av fleråriga växter som finns i ett femtiotal underarter. Den vanligaste formen som används till matlagning, *Cymbopogon citratus*, är en kulturväxt som inte förekommer vilt. Citrongräs odlas i Sydamerika, Afrika och framför allt i de sydliga regionerna av Asien.



Oljans beståndsdelar

Aldehyden *citral* ger den typiska citrusdoften medan alkoholen *geraniol* bidrar med mjuka och blommiga noter som påminner lite om rosor.



geraniol (Al)



citral (A)



myrcen (T)



Framställning av olja

Hela växten krossas eller finfördelas för att sedan ångdestilleras för ett utbyte på ca 2%. Parfymörer skiljer mellan *västindisk olja* som är kraftig och lite jordig och den lättare *ostindiska oljan*. Vår olja är en ostindisk variant.

Traditionell användning

Citrongräs används mycket i sydostasiatisk matlagning för sin söta och milda smak. Det thailändska köket är speciellt känt för sin användning av citrongräs. Kryddsvaga rätter som smaksätts med gräset används ofta vid matsmältningsbesvär.

Citrongräs används även för sina antidepressiva och själsligt stärkande egenskaper. I delar av Fillipinerna var det en vanlig tradition att använda sig av ett speciellt "änketé" som bryggdes av citrongräs. Téet hade förutom sina positiva egenskaper för den sörjande även en social funktion som påminner om västvärldens bruk av sorgeband.

I västvärlden har farmakopéen historiskt sett inte gjort skillnad mellan oljan från olika citrusgräs. Först när det blev möjligt att transportera färska grönsaker till matlagning började man skilja på citrongräs, palmarosa och citronella.

Hälsovarningar

Citrongräsolja kan irritera känslig hud.

Citrongräs i hemmet

Doften är uppfriskande och betydligt mjukare än citronella. Den blandar sig väl med kryddiga oljor och kan användas för att dölja obehagliga dofter och matos.