

טעים בגולן

פירות שאפשר לקטוף ולאכול החודש בגולן

נעמה רותם, שנת שירות, בית ספר שדה גולן וחרמונים.

כל עונה מביאה איתה את היתרונות שלה ברמת הגולן, אבל עכשיו זה הזמן לעבור בין המטעים. בטבע או בחקלאות, קבלו את פירות החודש:

תותים

לא מייחדים דווקא את רמת הגולן, אבל אין ספק שיש כמה פינות ששוות את הנסיעה ובצפון הגולן התותים יישארו עד מאוחר ולכן שווה להגיע.

אבל מה הם התותים האלו?

עץ תות, עץ נשיר ממשפחת התותיים. בארץ קיימים לנו 2 סוגים: תות לבן ותות שחור. שני הסוגים לא גדלו בארץ באופן טבעי והובאו בימי קדם, לכן ניתן למצוא אותם ליד כפרים נטושים (זה הזמן ליהנות גם מממצאים ארכיאולוגים וגם מפירות באותו הזמן!)
התות השחור (תות שאמי) הובא בימי קדם מאזור פרס והסביבה ואף הוזכר בתלמוד והמשנה. התות הלבן (תות בלדי) הובא מסין הרבה שנים אחרי השחור, ושימש לגידול תולעי משי.



מה אנחנו מרוויחים?

חוץ מהטעם הטעים, אי אפשר להתעלם מהרווח הרפואי. אסף הרופא אמר על התותים "פרי התותים, שקמה הלבן, מחזק הבטן ומרבה המרירה ומועיל לקדחת ומכבה חום הדם ומרבה כוח הגוף, מחזק הנפש ומועיל לשעול ולמצוקת הנשמה ולכל תוצאות הלחה"
גם היום תות העץ נחשב למזון בעל המון יתרונות בריאותיים, ותות לבן נחשב ל"מזון על".

איפה כדאי?

קצרי-חן - בקצרין יש פינת חי מאוד נחמדה ועכשיו מתמיד היא אטרקטיבית ביותר בגלל עצי התות המרובים והפירות העסיסיים. (נמצאת בסמוך לביס"ש גולן, תקפצו לבקר)
אגמון החולה - נוף מדהים ועל הדרך- המון עצי תות.
שמורות דן + חאצבני + בניאס - בחניוני השמורות תוכלו למצוא שפע עצי תות. ובשביל הידע הכללי- הבניאס, הייתה בעבר עיר עתיקה בשם פאניאס על שמו של האל פאן, ואצל היוונים הקדמונים עץ התות היה מוקדש לאל פאן.

מה אפשר לעשות בשטח?

*לאכול כמו שזה.

*להפוך לריבה- סיר קטן וגזייה. הפרי מלא בנוזלים אז אפשר רק לבשל על אש קטנה עד המרקם הרצוי, אך אם חסר אפשר להוסיף קצת מים וסוכר.

*לשים לב- הפירות מלכלכים מאוד. אבל אם בכוונה תרצו צבעי פנים- אין ספק שאלה הצבעים בשבילכם.

דובדבנים

אין כמו צפון הגולן עכשיו!
גם מזג אוויר נעים, וגם אפשר ללכת לקטיף
עצמי של דובדבנים.



אז מה הם הדובדבנים בעצם?

הדובדבן הוא עץ פרי שגדל בישראל באופן מסחרי במטעים, שהגיע במקור מארצות קרות באסיה אירופה ואמריקה, ולכן הוא זקוק לאקלים קר ונוכל למצוא אותו ברמת הגולן, בגליל העליון ובגוש עציון. חוץ מהמינים המוכרים למאכל שאותם נהוג לגדל באופן מסחרי, קיימים עוד 2 מינים בא"י ישראל שגדלים באופן טבעי: דובדבן שרוע ודובדבן קטן פרי. הדובדבן השרוע הוא שיח נמוך ונמצא כרגע בשיא פריחתו על החרמון, שווה הגעה!

קצת פולקלור

עץ הדובדבן במקור לא היה בא"י, לכן אין יותר מדי התייחסויות עממיות לצמח. למרות זאת הוא משפיע רבות על התרבות והאמנות היפנית, ואת פריחתו (פריחת הסאקורה), נוהגים היפנים לחגוג. ברפואה העממית האמונה היא שהדובדבן טוב לחולי סוכרת, מחלות מפרקים והגנה מפני סרטן.

איפה נוכל לעשות קטיף בגולן?

חיפוש קטן בגוגל יוכל לעלות לכם את כל האופציות הרבות לקטיף עצמי של דובדבנים בגולן. מה שחשוב הוא שתשימו לב לאזור הזמן בו אתם עושים קטיף, בשבועות-חודשים הקרובים יצטרפו לגולן עוד המון פירות ולכן כדאי לחשוב- מה אנחנו רוצים לקטוף? באופן כללי רוב הדובדבנים גדלים בצפון הגולן (בשל האקלים הקר), ונוכל למצוא גם מעטים בדרום. מטעים שמאפשרים קטיף נמצא ביישובים אודם, אלרום, עין זיוון, אבני איתן, נוה אטי"ב, שעל ועוד ...

ומה נוכל לעשות עם הדובדבנים?

חוץ מלאכול אותם, כמובן, שזאת האופציה המהנה ביותר (לפי דעתי לפחות). תוכלו להכין מהם ריבה, קישוט לעוגות, ליקרים, שייק פירות ופחות או יותר כל קינוח ישמח לקבל דובדבן מעליו (הדובדבן שבקצפת!).

בחודש הבא יצטרפו אלינו פירות נוספים, אך עד אז, נהנה מהתותים ומהדובדבנים שיש לרמת הגולן להציע!