

# DAUN HERBA

## *Pelengkap Masakan*

Apa rasanya kari kalau tiada aroma daun kari, apa rasanya laksa pula kalau tidak ada daun kesum dan bunga kantan sebagai penambah selera serta aroma? Dalam masakan Asia mahupun barat, pasti ada penambahan penggunaan daun-daun herba yang dijadikan sebagai pelengkap sesuatu masakan. Jom kenali daun-daun herba ini.

### 1 Daun Pandan

Aromanya yang harum, tanpa adanya daun pandan maka tidak sempurna nasi lemak. Sifat semula jadinya sebagai pewangi makanan alami sudah cukup sinonim dalam dunia masakan Melayu khususnya. Terbahagi kepada dua jenis pandan iaitu pandan biasa dan pandan wangi, pokok ini pantas membiak terutama di kawasan tanah yang lembap. Selain nasi lemak, pandan juga penting dalam penghasilan kuih muih tradisi, air rebusan gula untuk sirap dan juga digunakan sebagai pelengkap bunga rampai; sejenis potpuri alami yang menenangkan.



### 4 Daun Pudina

Harumannya persis ubat gigi, segar dan menenangkan. Lazimnya daun pudina digunakan sebagai *dressing* salad, hiasan yang ditaburkan di atas nasi panas, aiskrim dan juga teh pudina. Sifatnya yang antiseptik, antiparasit dan juga antivirus pudina juga kaya dengan khasiat yang baik untuk kesihatan.

### 2 Daun Kari

Baik masyarakat India mahupun Melayu, kedua-dua etnik ini sering menggunakan daun kari dalam masakan. Tumbuhan yang berasal dari India dan Sri Lanka ini mudah tumbuh dengan subur di negara beriklim zon tropika. Dalam masakan India ia digunakan dalam masakan kari, rasam, *chutney* dan muruku. Daun kari ini mempunyai bau yang kuat dan mempunyai rasa yang pahit. Jangan tak tahu pucuk kari yang muda juga enak dinikmati sebagai ulam-ularan.



### 3 Daun Kesum

Kesum atau nama saintifiknya *polygonum minus* merupakan sejenis tumbuhan herba yang tumbuh subur di Malaysia dan di negara jirannya yang beriklim tropika. Ia merupakan elemen penting dalam masakan seperti asam pedas dan laksa. Jika di kampung-kampung, pokok kesum ini tumbuh melak terutamanya apabila ditanam di kawasan lembap dan berair. Aromanya yang menyelerakan sebak dimasukkan ke dalam kuah asam pedas dan laksa membuatkan tanpa adanya ia, maka tak sempurna hidangan anda nanti.



### 5 Daun Kunyit

Sifatnya yang mudah tumbuh dan tidak memerlukan penjagaan rapi membuatkan daun kunyit senang didapati. *Cucuma domestica*; nama saintifiknya amat penting dalam masakan rendang dan masakan pindang.







## 6 Serai

Subjek wajib ada dalam masakan tom yam, rendang, perapan sate dan penghasilan serunding. Di negara tertentu serai juga dijadikan sebahagian elemen tambahan dalam teh. Anah tapi menyegarkan. Terdapat lebih 50 spesies *Cymbopogon*. Serai India Timur (*Cymbopogon flexuosus*) adalah didapati di India, Sri Lanka, Burma, dan Thailand sementara Serai India Barat (*Cymbopogon Citratus*) dipercayal berasal dari Malaysia.

*C. Citratus* lebih sesuai untuk memasak. Di India *C. Citratus* digunakan sebagai herba perubatan dan wangian.



## 10 Daun salam (Sage)

Masukkan daun salam yang kering mahupun segar ke dalam masakan seperti daging, ikan, nasi, agar hasil masakan itu lebih harum. Masakan barat contohnya masakan dari kepulauan Mediterranean, Amerika Latin dan juga Arab sering memasukkan daun salam ini ke dalam kuah pasta, risoto dan nasi.



## 7 Daun Ketumbar

Bagi yang kurang arif, mungkin akan terkeliru sebaik melihat daun ketumbar dan daun sup. Tambah-tambah lagi apabila kedua-duanya diletakkan bersebelahan. Tip mudah adalah dengan perhatikan daunnya. Hujung daun ketumbar lebih tirus dan berbau segar jika dibandingkan daun sup yang hujung daunnya berbentuk separa bulat. Masakan dari Thailand khususnya memanfaatkan ketumbar sepenuh daripada daun hingga ke akarnya. Rasanya yang segar menjadikan tom yam takkan sempurna tanpa adanya lambahan daun ini.



## 9 Daun Limau Purut

Pokok limau purut lazimnya menghasilkan buah limau purut dan daunnya yang boleh dimanfaatkan dalam masakan. Pengalaman memetik limau purut yang segar dan daunnya yang pelbagai saiz untuk digunakan dalam masakan. Aroma dan baunya yang istimewa menambah keenakan kepada masakan tim yam terutamanya. Lazimnya ia merupakan item tambahan terakhir dimasukkan ke dalam kuah tom yam yang sedang menggelegak. Selain digunakan dalam tom yam, ia juga menjadi bahan tambahan penting dalam masakan asam pedas dan rendang.

## 8 Daun Sup

Daun sup pula mempunyai daun yang lebih jarang dan bentuk daunnya lebih besar. Daun ini kerap digunakan sebagai perangsang selera dan kerap digunakan sebagai bahan akhir setiap masakan. Selain itu, ia juga mempunyai kadar protein yang tinggi. Selain menjadi bahan utama dalam masakan, akar daun dan biji benihnya banyak digunakan dalam kaedah rawatan merawat dan mencegah penyakit. Lebih menarik, minyak yang diekstrak daripada daun sup boleh digunakan untuk tujuan perubatan dan ramuan minyak wangi.



## 11 Daun Kemangi (Thai Basil)

Kemangi atau Thai Basil adalah tumbuhan herba yang berasal dari Asia Tenggara. Tumbuhan tahan lasak ini hanya lebih subur di kawasan beriklim panas dan negara tropika khususnya. Kemangi antara daun penambah rasa yang digunakan secara meluas di negara Asia Tenggara terutamanya di Laos, Kemboja, Thailand dan juga Vietnam.

Antara masakan yang menggunakan daun kemangi adalah kari hijau dan kari merah; Thailand. Di Vietnam daun kemangi dijadikan ulaman pengiring hidangan *pho* (sejenis sup panas) manakala di Taiwan pula popular digunakan dalam hidangan ayam *sambeli* (ayam tiga cawan). **MW**