

Nature Essentials
Wonjo Thee

INHOUD: 50 gram

Zongedroogde bloemkelken van de Hibiscus sabdariffa, 100% puur

Droog en goed afgesloten bewaren. Bij voorkeur als hele kelk bewaren.

De benodigde hoeveelheid vooraf aan het opgieten fijnmaken. Op deze wijze komen er meer stoffen vrij en is minder Hibiscus nodig dan met hele bloemkelken.

De Hibiscus Sabdariffa Roselle is een prachtige bloem die bovendien ook nog eens heerlijk smaakt. Zowel vers als gedroogd is zij in gerechten en dranken te gebruiken. Zij wordt veelvuldig gebruikt in West-Afrika. Gebruik 2 theelepels fijngemaakte bloemkelken, laat dit trekken in heet gekookt water totdat het een mooie dieprode kleur krijgt. Voeg suiker, honing of stevia toe naar behoefte. De thee kan ook afgekoeld als limonade of ice-tea gedronken worden. Variatietip: vries de limonade tot ijsjes of ijsblokjes of maak er siroop van, dit is heerlijk over vanille ijs!

Baking-Soda.nl

Heuvelstraat 4 | 5388AC Nistelrode | Nederland
www.baking-soda.nl | info@baking-soda.nl

Algemene informatie

Wonjo is in West-Afrika de benaming voor de rode Hibiscusplant die prachtige bloemkelken vormt. Het is een eenjarige, kruidachtige plant met een gemiddelde hoogte van 2,5 meter en komt voor in mediterrane, tropische- en subtropische gebieden. De bloeikleur is bloedrood en heeft grote, opvallende, trompetachtige bloemen die zich vermeerderd door middel van stekken.

Op de lokale markt in Afrika wordt het sap in plastic zakjes verkocht, meestal in de vorm van ijs. De bladeren van de plant worden in Afrika als groente gebruikt, en de vezels van de plant worden gebruikt als alternatief voor jute voor het maken van weefsel.

Ook in het Middellandse zeegebied en in Midden- en Zuid-Amerika (vooral Suriname) wordt deze plant veel gebruikt.



Toepassingen

Culinair

Wonjo thee kan onbeperkt gebruikt worden, zowel warm, lauw als koud. De thee is uitermate geschikt als ijsthee of limonade. De bloemblaadjes worden in heet of koud water getrokken. Hoe langer de blaadjes in het water trekken des te sterker de smaak van het sap. Een kruidige variant van de spinazie. De rode bloemen worden veel gebruikt voor het kleuren van voedsel.

Gezondheid

Hibiscus is een veilig kruid, al kunt u beter in de eerste drie maanden van een zwangerschap en tijdens de periode van borstvoeding, deze thee niet nemen. Bij gebruik van bloeddruk verlagende medicijnen, gelieve de thee niet zonder overleg met een huisarts te nemen. Hibiscus kan namelijk de werking van deze medicijnen versterken.

Verzorging

De Hibiscus wordt veelvuldig gebruikt in de cosmetica waaronder gezichtsmasker, lippenbalsem, olie e.d. Hibiscus Sabdariffa is ontstekingswerend, verzachtend en samentrekkend. Zij is om deze redenen ook zeer geschikt voor een kruidenbad.

De Wonjo bevat ijzer, vitamine c, anti-oxidanten en heeft een wetenschappelijk aangetoonde bloeddrukverlagende werking. In Afrika wordt het toegepast als een licht diureticum, voor vaatbescherming en bij urineweginfecties.

Recepten

Wonjo thee

Overgiet 1 eetlepel Wonjo met een liter heet gekookt water. Voeg suiker naar behoefte toe. Voor ijsthee de Wonjo goed laten afkoelen en in een glas met ijsblokjes schenken. Voor ijsthee en Wonjo ijs is er wat meer suiker nodig, omdat door de afkoeling de zoetkracht afneemt.

Wonjo ijsthee

3 cm verse gember
100 ml gele rum
1 limoen
4 kruidnagels
100 ml koude Wonjo thee (met suiker)
1 stokje kaneel
sodawater

Schil de gember en schaf het fijn. Voeg de gember toe aan de rum in een cocktailshaker. Pers de limoen erboven uit en voeg kruidnagels, thee en kaneel toe. Voeg ijs toe en schud. Schenk door een zeef in twee hoge met ijs gevulde glazen en vul aan met sodawater.

Wonjo ijsjes

Maak een ijsthee van Wonjo die behoorlijk sterk gezoet is. Giet deze in ijsvormpjes en laat ze in 3 tot 4 uur volledig bevriezen in de diepvriezer.

Voor ijs is het beter om bastaardsuiker te gebruiken in plaats kristalsuiker. Basterdsuiker heeft een veel fijnere structuur dan kristalsuiker. De waterijsjes vormen hierdoor meer een geheel en ze worden gladder.

Landen waar Wonjo gedronken wordt :

Land	Naam van de thee
Angola	Azedas, Se, Tetia, Use, Utetia
Arabië	Karkadé, Karkady, Pundi
Burkina Faso	Bito
Centraal Afrikaanse Republiek	Kokpo, Zima, Zima Mbele
China	Wusi
Congo Brazzaville	Akoumou, Useille de Guinée
Democratische Republiek Congo	Muharavumba, Mutuvya, Mutuzo, Orwenge, Umutuzo, Uruberwa
Egypte	Karkadé, Karkadi, Omutete
Ethiopië	Karkadé, Sudanese Tea
Florida	Florida Cranberry
Frankrijk	Karkady, Oseille Rouge
Gambia	Bissap, Wanjo, Wonjo
Ghana	Wonjo
Guinea	Da, Folere Badi, Folere Boleyo, Santii, Santon Belli
India	Gongura
Irak	Chai Kujarat
Italië	Carcadè
Internationaal	Hibiscus Sabdariffa
Jamaica	Red Sorrel, Rosa, Rosella, Sorrel
Madagascar	Divay, Voamahomhazaha
Maleisië	Roselle
Mali	Anje, Anjukooro, Dabileni, Dah, Dah Bleni
Mauritius	Oseille de Guinée
Mexico	Agua de Jamaica, Flor de Jamaica, Rosa de Jamaica
Nigeria	Amukan, Barekata, Soborodo, Tsobo, Yakuwa, Zo'barodo, Zobo
Oeganda	Musayi, Omutete
Panama	Saril
Reunion	Oseille de Guinée
Senegal	Basap, Bassap, Bissap, Da Kumu, Dakumu, Folere, Folérébadi, Lomoda, Oseille de Guinée Thé rose d' Abyssinie
Siërra Leone	Kapan Thorr, Salui, Satoi, Sour Sour
Soedan	Karkadé, Karkadeh
Spanje	Quimbombe Chino
Suriname	Sjoeroe, Sour, Zuring
Tanzania	Rozi
Thailand	Roselle
Togo	Anyagha, Useille de Guinée
Tsjaad	Karkanj
Zwitserland	Karkadé

De mythe van Chi Wara

De Chi Wara is een mythisch dier met een krommend lichaam en korte poten die het aardvarken voorstelt. De horens zijn die van een antilope, net als het aardvarken, in de aarde graaft zoals boeren dat ook doen. Het symboliseert de oorsprong van de landbouw en de vereniging van de man en vrouw in een relatie.



In West-Afrika is de Chi Wara al eeuwen een begrip voor landbouwers en vereren ze hem in een voorstelling tijdens de oogst van landbouwproducten. Tijdens deze oogsttijd (regentijd) werden op klaarlichte dag ceremonies gehouden ter ere van de Chi Wara. Op theatrale wijze dansten mannen gehuld in Chi Wara-kleding gemaakt van plantvezels langs de velden. Deze tunica werden zwart geverfd wat de materialisatie van de regen, bemesting en warmte van de zon op de aarde voorstelde. Op hun hoofd werd een houten beeld van de Chi Wara gebonden om daarmee het mythische dier na te bootsen. De ene persoon had een vrouwelijke Chi Wara-masker (de aarde) en de andere een mannelijk masker (de zon).

De legende van Chi Wara

De ouders van Chi Wara waren de godin Mousso Koroni (moeder van de hemel) en de cobra-geest (de vader). Zij stuurden haar naar de Aarde om de mensen te leren om de oogst van hun gewassen te verhogen. Zij die Chi Wara's leer zorgvuldig volgden werden rijk en gelukkig, maar zij vergaten om haar te bedanken voor de bijdrage van deze welvaart. Om deze ondankbaarheid werd Chi Wara erg boos en zij groef haar ondergronds in om af te wachten totdat de mensen zich inkeerden om haar te bedanken voor alles wat zij gaf om de bevolking zo welvarend te maken.

Op een dag liep de dochter van een arme boer over het land. Verdriet omarmde haar omdat haar ouders geen geld hadden voor een huwelijk. De marabout van haar dorp vertelde haar dat ze met drie bollen graan en een griot het veld in moest gaan om de Chi Wara te vereren. Toen ze met haar laatste moeder het graan in de grond begroef en de griot de koramuziek liet weergalmen over het veld, kwam vanuit de dorre grond de Chi Wara naar boven en gaf haar als dank een struik van de hibiscus.

‘Ween je gemoed en verzorg mijn planten tot een gloed’

Met deze woorden vertrok hij in de Aarde. Het meisje rook aan de bloemen en zuchtte met versterkte kracht verademend uit terwijl ze over de vlakke keek. Iedere dag vanaf dat moment ploegde ze de aarde rondom de struik en het gaf haar bloemen zoveel het nodig had. Ze stekte de plant en na twee maanden overgoot de zon haar bloemen met een rode gloed. Haar handel floreerde en weldra kon ze van het geld haar eigen bruidschat betalen. Samen met haar moeder brouwde ze een bier dat met de hibiscusbloem bereid werd en iedereen kon op haar huwelijksdag daarvan genieten.

Als dank voor deze gift van Chi Wara bespeelde ze haar leven lang de kora in het veld bij de planten.

