

ASAM JAWA – “garam di laut asam di darat, dalam periuk bertemu jua”

Penulis : Idris Bin Awab



Pokok Asam Jawa yang dikenali juga dengan nama *tamarind* dalam bahasa inggeris atau nama botanikalnya (*Tamarindus indica*, Linn.) merupakan tumbuhan berkayu keras dari keluarga Fabaceae (Leguminosae). Pokok asam jawa mengeluarkan buah yang berasa masam dan sering digunakan dalam masakan harian terutama dalam masakan masyarakat melayu.

Nama lain bagi asam jawa adalah Asam Kemal, Asam Kuning (Melayu); Indian date, Sweet Tamarind, Ambli, Chinh, Imalii, Tamarulhindi (India), Da Ma Lin; Loa Wang Zi (China), Bakham Somkham (Thailand), Me chua (Vietnam); Sempodok (Filipina), Tamarindo (Jepun); dan Khaam, Kok mak Kham (Laos).

Pokok asam jawa dikatakan berasal dari benua Afrika Timur dan sejak ribuan tahun, tanaman ini telah tersebar ke Carribean, Amerika Latin dan seterusnya benua Asia.

Selain kegunaannya yang sangat popular dalam masakan melayu, asam jawa juga dikatakan bermanfaat untuk mengubati pelbagai jenis penyakit.

Pokok asam jawa merupakan tumbuhan saka yang boleh tumbuh melebihi ketinggian 25 meter yang membentuk kanopi rendang dan sesuai dijadikan tanaman hiasan taman untuk teduhan. Pokok ini boleh hidup lama dan mampu mengeluarkan hasil walaupun berusia puluhan tahun.

Pokok asam jawa juga dikatakan tahan serangan serangga, terendam dalam air, juga mampu bertahan dalam keadaan kemarau panjang serta dahannya yang kuat boleh menahan tiupan angin kencang dan tidak mudah serkah atau patah.

Daun pokok asam jawa bertangkai panjang (10 - 15cm) dan bersirip genap dengan anak daun berbentuk bujur antara 10 – 20

pasang. Keunikan daun asam jawa kerana ianya bertangkup di waktu malam. Antara ciri lain bunganya agak kecil yang tumbuh di cabang bahagian hujung dan akan gugur apabila mengembang.

Bunga akan mengeluarkan buah asam jawa atau lenggai yang berbentuk panjang dan sedikit melengkung, permukaannya genting dan mengembang beralun yang menunjukkan ada biji benih yang terkandung di dalamnya. Warna lenggai asam jawa adalah coklat karat dan apabila matang buah lenggai akan menjadi rapuh dan mudah terbuka. Apabila lenggai telah merekah ia akan menampakkan isinya (pulpa) berwarna coklat gelap yang menampakkan biji berwarna coklat kehitam-hitaman yang agak keras dan berkilat.

Hampir setengah daripada berat lenggai terdiri daripada pulpa yang rasanya masam. Pulpa ini mengandungi gula (30-40%) dan asid organik seperti asid sitrik, tartarik, asid asitik dan asid askorbik (Vitamin C). Pulpa ini juga merupakan sumber bahan makanan yang kaya dengan vitamin dan mineral terutamanya kalsium. Walaupun mengandungi banyak gula tetapi bahagian pulpanya tetap masam juga.

Pokok asam jawa mudah dibiakkan sama ada menggunakan biji benih atau secara tampang. Bijinya boleh disimpan lama dan sangat mudah bercambah. Pokok asam jawa yang ditanam dari biji akan mula berhasi selepas 6-8 tahun manakala yang dibiak secara tampang akan mula mengeluarkan hasil selepas 3-4 tahun ditanam. Pokok asam jawa dewasa mampu menghasilkan sehingga sebanyak 165-175 kg buah asam jawa setahun bergantung kepada saiz pokok dan cara pengurusan.

Buah asam jawa boleh dimakan segar dan boleh didapati dijual di kebanyakan pasar di Utara seperti Kedah dan Perlis (bekalan dari Thailand). Asam jawa biasanya dijadikan jus minuman yang dicampur dengan air gula sebagai minuman segar terutama di Malaysia, Thailand dan Indonesia. Kini jus asam jawa telahpun dibotolkan dan mudah didapati secara

runcit oleh usahawan tempatan dalam pasaran domestik malahan eksport.

Pokok asam jawa merupakan tumbuhan anugerah tuhan yang mempunyai pelbagai kegunaan. Selain ianya merupakan bahan perisa asas dalam pelbagai jenis masakan atau makanan seperti sambal tumis, kari, pelbagai jenis acar, pembuatan sos, bahan awet dan lain-lain lagi. Asam jawa sangat mudah didapati di pasaran dalam bentuk pulpa, berbiji atau tanpa biji yang dibungkus. Peranan asam jawa dalam masakan memang penting dari zaman nenek moyang hinggalah kini.

Selain dari itu, asam jawa juga bermanfaat untuk menyembuhkan beberapa jenis penyakit antaranya asma, batuk, demam, sakit panas, rematik, sakit perut, morbili, alergi, disengat lipan atau lebah serta gigitan ular. Asam jawa juga digunakan sebagai sapuan untuk mengurangkan kesakitan akibat keradangan. Ia juga digunakan untuk berkumur-kumur bagi mengurangkan sakit tekak. Caranya adalah dengan mengambil sedikit garam dicampur ke dalam air asam dan kemudian ia boleh digunakan sebagai sapuan bagi melegakan sakit sendi. Daun asam jawa sama ada yang kering atau yang telah direbus boleh digunakan untuk merawat bisul, bengkak sendi dan terseliuh.

“Garam di laut asam di darat; dalam periuk bertemu jua”, begitulah pepatah melayu yang menunjukkan betapa pentingnya peranan asam dalam kehidupan harian masyarakat kita.

Sumber rujukan: wikipedia

