

# Kanel - *Cinnamomum aromaticum*

## Kassiakanel - *Cinnamomum aromaticum*

### Plante:

Et slankt, alltidgrønt tre som blir opp til 15 meter høyt (høyere enn ekte kanel), men som vanligvis beskjæres slik at det danner busker. Treet har læraktige blad og små, hvite blomster. Frukten er på størrelse med en liten oliven. Barken til kassiakanel er mørkere, tykkere og grovere enn barken til ekte kanel (*Cinnamomum zeylandicum*), smaken er skarpere og mindre søt.

### Bruk:

Det er barken som benyttes, malt eller hel i barkruller. Rullene er tykkere og løsere sammenrullet enn hos ekte kanel. Barken er også hardere og vanskelig å male på egen hånd. Derfor er det best å kjøpe kassiakanel ferdig malt. I tillegg til barken brukes kassiaknopper (som egentlig er umodne frukter) og eterisk olje som utvinnes av ulike deler av kassiakaneltreet. Kassiakanel er i Norge klassifisert som handelsvare.

### Virkning:

Kassia er en skarp, søt og varm urt som anvendes både som krydder og medisin. Den er varmende, fordøyelsesfremmende, krampeløsende, motvirker luft i magen, svettedrivende, antiseptisk, menstruasjonsfremmende, styrker yang-energien, febernedssettende, smertestillende og virker stimulerende på sirkulasjonssystemet.

### Hjelper mot:

Brukes ved dårlig fordøyelse med mye tarmgass, kolikk, magesmerter, appetittløshet, kvalme, oppkast, diaré, "vind-kulde"-forkjølelse, influensa, feber, artritt, revmatisme, nyresvakhet, angina, hjertebank, uregelmessig menstruasjon, yangmangel i nyrene og milten, kalde hender og føtter, blodmangel og mangel på livskraft ved langvarig sykdom.

### Generelt:

Kassiakanel gir oss tre forskjellige råvarer. I tillegg til den vanlige barken, produseres det en eterisk olje fra treetts blader, greiner og bark. Man høster også kassiaknopper, som faktisk er umodne frukter som har blitt tørket.

Når vi snakker om krydderet kassia, består det av tørket, hel eller malt bark av kassiakaneltreet.

Krydderet har vært brukt i Østen i uminnelige tider, og er bl.a. nevnt i en kinesisk urtebok fra 2700 f. Kr. Selv om kassia nå dyrkes i mange land, regnes den som kommer fra Nord-Vietnam for å være av best kvalitet, da den har de største konsentrasjonene av eterisk olje, og derfor har sterkest aroma.

Kassia har en mer intens aroma enn ekte kanel. Den er søtlig med en markant skarphet, samtidig som den kjennes noe snerpende.

Siden aromaen kommer fra en eterisk olje, vil kassia tape seg med alderen, og krydderet bør oppbevares i lufttette beholdere.

Kassia kan kjøpes i enkelte innvandrerbutikker.

Det er flere kjennetegn som skiller kassiakanel fra ekte kanel, enten de er malt eller hele. Pulver av kassia er gjerne mørkere og mer rødbrunt i fargen. Ser man på de hele stengene, er kassiabarken tykkere og ruller seg ofte bare i én enkel krøll. Den ekte kanelen består derimot av mange tynne lag som er pakket inni hverandre. En annen metode for å skille dem er å tygge på en bit; ekte kanel vil da skille ut en naturlig geléaktig substans som du ikke finner i kassiabark.

Selv om kassiaknopper kan ligne på små nellikspikere, har de sin helt egen karakter. De har en varm og behagelig aroma, mens smaken er preget av en søt, skarp og moskusaktig profil. Sammenlignet med kassiabarken er smaken i knoppene noe mildere og mindre intens.

Kassiaolje utvinnes fra flere deler av treet, enten ved dampdestillasjon av bladene eller vanddestillasjon av en blanding av bark, blader og kvister. Det er tydelige forskjeller på oljene: Bladoljen er lysere i fargen og har en søtlig, treaktig duft, mens barkoljen er mørkere brun og har den karakteristiske, kraftige og varme kanelaromaen.

Kassiakanel er mer enn bare et bakekrydder; den skarpe smaken gjør den ideell til kraftige kjøttretter og rotgrønnsaker. Mens den i Østen er uunnværlig i femkrydderblanding, brukes den i vestlig medisin på lik linje med vanlig kanel for å roe magen. Enten det er snakk om fordøyelsesplager som kvalme og gass, eller lindring ved influensa og revmatisme, har kassiakanel en lang tradisjon som både smakssetter og naturmedisin.

Kassia spiller en viktig rolle i kinesisk urtemedisin, der både bark og greiner brukes til ulike formål. Barken er kjent for å være ekstremt varmende og kombineres gjerne med andre styrkende midler for å bygge opp kroppens qi og blod. Siden den er så kraftig, frarådes bruk ved yin-underskudd, og gravide bør være svært forsiktige med terapeutiske mengder.

Selv om kassiagreiner er mildere enn barken, regnes de som et kraftig varmende middel i kinesisk urtemedisin. De brukes for å fremme sirkulasjon og svette, samt for å lindre kramper i muskulaturen. Siden urten er såpass varmende, bør den unngås av personer med feber eller indre hete. I tillegg bør gravide og kvinner med store menstruasjonsblødninger utvise forsiktighet.

Kassiaolje er kjent for sine beroligende og rensende egenskaper, men den må brukes med omtanke. Hovedstoffet, cinnaminaldehyd, stimulerer nervesystemet i små mengder, men kan virke sløvende i for høye doser. Medisinsk brukes oljen ofte for å roe magen ved diaré og kvalme, i tillegg til at den virker krampeløsende og styrker fordøyelsen generelt.

Kassiaolje er en av de sterkeste eteriske oljene som finnes, og den brukes nesten aldri i tradisjonell aromaterapi fordi den kan skade huden. Likevel er den verdifull i farmasøytiske produkter som munnvann og tannkrem takket være sine antiseptiske egenskaper. Ved vorter kan en svak oppløsning (10 %) pensles direkte på området. Utenom medisinsk bruk er den en populær smakssetter i drikkevarer, og i aromalamber sprer den en duft som mange forbinder med trygghet og varme.

Andre navn:

- Familie: Lauraceae - Laurbærfamilien
- Latin: *Cinnamomum aromaticum*
- Engelsk: Cassia
- Norsk: Kassiakanel
- Svensk: Kassiakanel
- Dansk: Kassiakaneltræ
- Tysk: Chinazimt
- Fransk: Cannelle de Chine
- Spansk: Cundu