



UB vil , med utgangspunkt i våre nettsider, fortsette med å presentere ulike aktualiteter innen kunnskaps- og forskningsformidling, nye tilbud til våre brukere og nyheter fra biblioteksektoren mer generelt. Vi vil også gjøre leserne bedre kjent med spesielle godbiter fra våre egne samlinger.

Ekte kanel på årets julegrøt?

Publisert også i papirutgaven av TROMSØFLAKET, desember - 2005

Årets julenyhet fra Posten er kanelduftende frimerker. Dette krydderet, som mange forbinder med jul, består av den indre barken fra kaneltreet (*Cinnamomum zeylanicum*). Treet er et medlem av laurbærfamilien og stammer fra Sri Lanka. Barken er tynn og gulbrun og ruller seg i tette ruller, i motsetning til kassiakanel (fra *Cinnamomum cassia* og andre *cassia*-varianter) som er rødbrun og tykkere, og danner mindre tette barkruller . Atskillig billigere malt bark fra kassiatreet markedsføres ofte som kanel – sjekk hva som står på ditt kanelglass! Ekte kanel har en finere og søtere aroma enn kassia-kanel, som er mye sterkere og bitrere i smaken. Kassia brukes mye i asiatisk matlaging, blant annet i kinesisk five-spice-krydder.



Den essensielle oljen fra kanelbarken domineres av fenypropylpropanforbindelsene kanelaldehyd (65-75%) og eugenol (5-10 %), men andre fenypropylpropanforbindelser og diverse terpenener har også betydning for smaken selv om de bare forekommer i spormengder.

Kassia har høyere andel kanelaldehyd, 75-90%.

Kanel er et av de eldste krydderiene vi kjenner. Den første skriftlige omtalen stammer fra 2700 f. Kr. da den kinesiske keiseren Shen Nung, som regnes for å være den kinesiske medisinenes far, refererte til kanel i den første kinesiske farmakopé . Tusen år senere utnyttet de gamle egypterne kanelens antimikrobielle egenskaper til balsamering, samtidig som kanel ble brukt til røkelse i begravelseritualer. Romerne adopterte den egyptiske skikken med å brenne kanel ved begravelser, noe som toppet seg da keiser Nero i år 66 e. Kr. brente et helt års forbruk av kanel i begravelser av sin kone Poppea. Kanel er også en viktig ingrediens i tunge, "orientalske" parfymer. I folkemedisinen er kanel blant annet kjent for sine bakterie- og virushemmende egenskaper. Som krydder benyttes det både i søte og salte retter, for eksempel er kanel en av ingrediensene i Coca-Cola.

Den medisinske effekten av kanel har vært kjent i flere tusen år. Kanel inneholder virus-, sopp- og bakteriehemmende stoffer, og har blant annet vært benyttet både som middel mot diarè og mot infeksjoner. En nyere

oppdagelse er at kanel kan forbedre glukose- og lipidmetabolisme hos personer med diabetes type 2 eller redusert glukosetoleranse. Effekten skyldes vannløselige polyfenolpolymerer, og ikke de dominerende forbindelsene i den essensielle oljen. Forsøk kan tyde på at kassia er noe mer virkningsfull i denne sammenhengen enn ekte kanel. Da er det kanskje på sin plass å nyte ekte kanel for smakens skyld, mens man inntar kassia for bedre regulering av blodsukkeret?

Du kan lese mer om kanel og kassia her:

- <http://unitproj.library.ucla.edu/biomed/spice/index.cfm?displayID=5>
- <http://www.globalprovince.com/spicelines/feature/cinnamon.htm>

Medisinsk informasjon om kanel/kassia:

- <http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/110511560/PDFSTART>
- <http://care.diabetesjournals.org/cgi/reprint/26/12/3215>
- <http://www.jacn.org/cgi/reprint/20/4/327>
- <http://pubs.acs.org/cgi-bin/article.cgi/jafcau/2004/52/i01/pdf/jf034916b.pdf>

*Sissel Helene Hansen, UB
fagreferent kjemi/farmasi*

**Universitetsbiblioteket i Tromsø, Breivika, 9037 Tromsø,
Tlf.: 77 64 40 00, Fax.: 77 64 45 90**

Ansvarlig redaktør: Bibliotekdirektør [Helge Salvesen](#)

[Vev-ansvarlig](#). Oppdatert: 8.12.2005.