История больших путешествий и великих открытий знает много красивых историй. И одна из них связана с тем, как **порошок куркумы** добрался до нас с вами. Впервые этот порошок попал в Европу из Индии еще в Средние века и сразу же стал популярен как заменитель безумного дорогого по сей день шафрана (не секрет, что какое-то время куркуму как раз и называли «индийским шафраном», используя для придания блюдам характерного желтоватого цвета). Насыщенная и необычная **куркума-приправа**быстро приобрела известность в Испании и Португалии, оттуда перекочевала в Центральную Европу и попала с испанскими купцами в Россию в начале 17 века. Впрочем, тогда куркума не была оценена по достоинству как специя и применялась в качестве естественного красителя, а известной стала лишь с распространением в стране азиатской и кавказской кухонь.

Солнечно-оранжевая **куркума – это** молотый корень растения Curcuma longa или Куркума длинная. Пожалуй, по яркому цвету куркумы очень трудно определить, что на самом деле, растение это из семейства Имбирных, то есть обладает всеми полезными свойствами, которые присущи имбирю и галангалу.

* **Куркума – специя** лечебная. Первые упоминания о её медицинских свойствах встречаются в древнейших аюрведических книгах Индии, где ее на санскрите называют «харидрой». Индийские йоги, известные тем, что любую приправу могли назвать лекарством, советовали лечить куркумой болезни кожи, укусы змей и плохое пищеварение. Впрочем, современными медиками доказано, что весьма полезна **куркума для кожи:** её использование обещает улучшения кровообращения.
* Те же индусы (большие, к слову, затейники), применяли куркуму в ритуальных целях. Заключая брак согласно Ведам, индусы перед церемонией обмазывались куркумой, таким образом, очищая тело и душу.
* **Куркума в кулинарии** используется не только в Южной Индии, но и в Китае, Средней Азии, Египте, Израиле, России и странах Европы.
* Самое известное на территории России блюдо, в котором применяется **куркума – плов**. Существует не меньше сотни рецептов этого среднеазиатского блюда – с разными видами мяса и без мяса вообще, с самыми различными видами риса - но при этом во всех рецептах фигурирует незаменимая оранжевая пряность.