

Panduan Memilih Tembikai Yang Terbaik



Auni Mufidah Mohd Munawir
Universiti Sains Islam Malaysia
Diterbitkan pada 23 Julai 2021

Tembikai atau nama saintifiknya *Citrullus lunatus* dipercayai telah wujud sejak 4,000 tahun yang lalu. Dakwaan ini diperkukuhkan dengan penemuan hieroglif tembikai yang terukir pada dinding batu zaman Mesir purba.

Orang Mesir pada era tersebut percaya bahawa tembikai boleh dijadikan sebagai bekalan makanan apabila mereka dihidupkan semula selepas mati.

Bukti tentang kepercayaan ini dapat dilihat melalui ukiran simbol tembikai serta biji tembikai yang terdapat pada dinding di sebelah makam Firaun.



Gambar hiasan

Bukan itu sahaja, negara terbesar di dunia iaitu Rusia pernah menganggap tembikai sebagai juadah istimewa, kerana buah itu hanya tumbuh di kawasan terpencil sahaja dan sukar diperolehi.

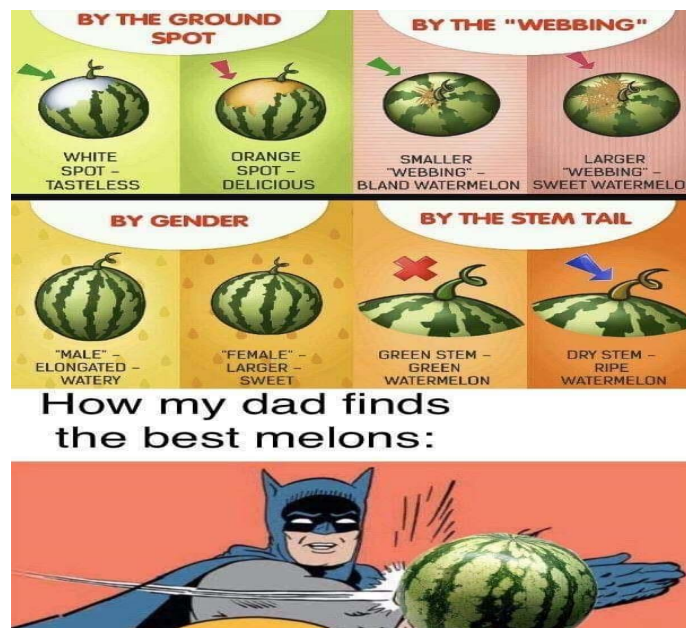
Pada zaman pemerintahan Tsar Alexei Mikhailovich, tembikai wajib dipersembahkan sebagai santapan diraja. Tembikai dimasak terlebih dahulu dengan air soda untuk dijadikan bubur atau direndam dengan gula.

Mark Twain, yang terkenal sebagai penggemar tegar tembikai, menggambarkan buah itu sebagai “Raja kemewahan dunia, raja dengan rahmat Tuhan daripada semua buah di bumi.”

Menurut Institut Kanser Kebangsaan Amerika Syarikat, likopen yang terkandung dalam tembikai bersifat antioksidan di mana ia mampu mengurangkan risiko kanser dan keradangan.

Selain itu, berdasarkan kajian yang disiarkan dalam Jurnal Agrikultur dan Sains Makanan pada tahun 2013, tembikai didapati mampu menghilangkan lenguh dan sengal pada otot.

Maka, apabila membeli tembikai, sudah tentu kita mahu mendapatkan buah yang sempurna. Terdapat pelbagai kaedah yang boleh digunakan bagi membantu kita memilih tembikai yang terbaik.



Gambar hiasan

Apabila membeli tembikai, perkara pertama yang perlu diperhatikan adalah tompok putih pada kulitnya iaitu bahagian yang terletak di atas tanah.

Walaupun semua tembikai mempunyai ciri tersebut, pilihlah yang mempunyai tompok berwarna kuning atau jingga. Sebaik-baiknya yang berwarna jingga kerana rasanya amat manis.

Perhatikan juga warna tembikai. Tembikai yang ideal berwarna hijau tua dan kelihatan kusam. Maka, katakan tidak pada tembikai berwarna hijau cair dan kelihatan cerah.

Selepas itu, lihat tangkainya. Sekiranya tangkai berwarna hijau dan lurus, ia bermakna tembikai diambil sebelum masak sepenuhnya dan dianggap pramatang. Sekiranya tangkai tersebut kering dan berlingkar, itu tandanya tembikai sudah cukup matang.

Adakah anda tahu bahawa tembikai mempunyai jantina? Tembikai jantan berbentuk bujur atau lonjong. Jika tembikai berbentuk bulat, tembikai tersebut dikategorikan sebagai betina. Cuba teka mana yang paling manis? Semestinya, tembikai betina.

Seterusnya, cari kesan serangan lebah. Kesan tersebut menunjukkan berapa kerap lebah bersentuhan dengan bunga tembikai. Semakin besar kesannya, semakin manis tembikai, dan semakin banyak pendebungaan yang diterima.

Kemudian, periksa bulatan kecil di bawah tapak tembikai. Bulatan berwarna hitam besar dan kering bermakna kandungan gula pada buah tersebut tinggi. Sebaliknya, jika bulatan bersaiz kecil dan masih hijau, ia bermakna tembikai tersebut kurang manis.

Akhir sekali, tepuk buah tembikai. Menepuk tembikai juga dapat menguji tahap kematangannya. Apabila ditepuk dan bunyinya seakan-akan kosong, tembikai tersebut mengandungi kandungan air yang tinggi.

Justeru, pemilihan buah tembikai yang terbaik dapat membantu anda membeli tembikai mengikut cita rasa yang dikehendaki.

Amalkan petua yang dikongsikan ini agar anda beroleh tembikai yang manis lagi menyelerakan untuk dijadikan sebagai pelengkap hidangan.