

KERDAS – pembuka selera yang baunya menyucuk hidung.

Oleh: Idris Bin Awab



Bagi anda yang menggemari ulam-ulaman tentunya nama kerdas akan membayangkan keenakan mengunyahnya ketika menikmati hidangan makan tengahari bersama keluarga terutama bagi masyarakat kampung, tetapi mungkin tidak digemari oleh masyarakat bandar lebih-lebih lagi bagi generasi muda.

Kerdas dihasilkan dari pokok kerdas yang disebut juga dengan nama genuak atau nama saintifiknya *Archidendron bubalinum* dari famili Fabaceae atau Leguminosae. Pokok kerdas merupakan pokok besar rendang, saka, malar hijau yang tumbuh meliar dalam hutan dan boleh mencapai ketinggian sehingga 25 meter. Tumbuh subur di kawasan tropika terutama di Asia Tenggara

dan dipercayai berasal dari Malaysia dan Indonesia.

Pokok kerdas berdaun lembut dan nipis berwarna hijau apabila matang tetapi pucuknya berwarna ungu. Bunga kerdas berwarna kuning susu, keluar dalam bentuk jambak yang banyak berukuran 1 – 2 cm panjang. Bunganya beraroma agak wangi yang berupaya menarik serangga untuk proses pendebungaan. Manakala bunganya yang ringan menyebabkan ianya mudah dibawa angin untuk tujuan agen penyebaran pembiakan.

Buah kerdas berbentuk pod memanjang dengan kulit agak keras dan liat serta mempunyai isi yang berulus berukuran antara 10 – 15 mm dan dibaluti lapisan kulit ari yang nipis. Warna isinya kuning pucat atau keputihan ketika muda dan bertukar kehitaman apabila cukup matang. Buah kerdas yang matang menghasilkan bau yang kuat apabila dimakan sama seperti jering atau petai.

Pokok kerdas mengeluarkan buah sepanjang tahun namun begitu sekitar bulan Jun hingga Ogos adalah kemuncak penghasilan yang boleh mencecah sehingga 300 – 400 kilogram biji kerdas bagi sepokok yang cukup dewasa.

Kerdas sering dijadikan sebagai ulam bagi menambah selera makan namun baunya agak kuat hingga melekat pada bau nafas selepas memakan ulam ini menyebabkan sesetengah orang tidak menggemarinya. Kerdas boleh bertahan lama jika disimpan bersama kulitnya.

Disebalik baunya yang busuk, buah kerdas mengandungi banyak khasiat dalam membantu menjaga kesihatan. Buah kerdas mengandungi vitamin A,B dan C serta kandungan protein (3.5%), karbohidrat (1.7%), lemak (0.3%) dan pelbagai zat galian seperti Fe, P dan Ca.

Kerdas dikatakan mampu membersihkan buah pinggang, melawaskan kencing serta menghindar dari penyakit kencing manis. Selain dari itu buah kerdas juga dikatakan dapat membantu meneutralkan kandungan gula dalam darah serta mampu membantu dalam mengawal darah tinggi dan juga awet muda.

