Kis f?szer-abc

2009 szeptember 27. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása Még nincs értékelve

Mérték

A f?szerek trópusi vagy hazai eredet? növények illat- és ízanyagokban gazdag részei. Ezeknek min?sége és mennyisége az egyes fajtákra jellemz?. A f?szerek nemcsak megízesítik ételeinket, de serkentik az emésztést, esetenként baktérium- és gombaöl? hatásuk is van ezáltal javítják az élelmiszerek eltarthatóságát.

Az alábbi rövid ismertet?b?l többet is megtudhatunk leggyakrabban használt f?szereinkr?l.

Magvak

Mustármag: a mustárnövények termésének magvai. A feketemustár apró, vörösesbarna magvai szagtalanok, megnedvesítve jellegzetesen mustárszagúak, ízük csíp?ssé válik. A fehérmustár magja megnedvesítve csíp?s íz?, de szagtalan.
A mustármagot savanyúság eltevéséhez, húsfélék ízesítésére használják.

Szerecsendió (más néven muskátdió) egy trópusi örökzöld fa termése. Meg?rölve, reszelve levesek, húsfélék ízesítésére szolgál, de lik?rök aromaanyagaként is használják.

Termések

Ánizs (vagy bécsi kömény): édeskés, f?szeres aromájú termés, hazánkban is megél. Sütemények, lik?rök ízesít?jeként a legelterjedtebb.

Boróka: a borókafeny? édeskés íz? termése. Kedvelt ízesít?je a vadételeknek, savanyúságoknak, ebb?l készítik a borovicska nev? pálinkát.

Bors: az indiai borscserje termése. Legelterjedtebb a feketebors és a fehérbors, emellett használunk zöldborsot, rózsaborsot, vagy mindezek keverékét, a tarka borsot. A feketebors éretlen, hámozatlan szárított termés, a fehérborsot az érett termésb?l nyerik a héj eltávolítása után. A bors jellemz? illata és íze miatt a világ legkeresettebb f?szere. Szinte mindenbe használjuk: levesekhez, f?zelékekhez, húsételekhez, salátákhoz. ?rölt és egész formában kapható, az igazi ínyencek kizárólag frissen ?rölve használják.

Csillagánizs: az ánizsra emlékeztet? illatú, édeskés íz? f?szer. Tészták, lik?rök, bonbonok ízesít?je.

Édeskömény: illata er?s aromájú, íze f?szeresen édes. Általában sütemények ízesítésére, egyes vidékeken bef?ttekhez, és saláták f?szerezésére használják. A bel?le készült tea szélhajtó, gyerekek hasfájásának ellenszere.

Kardamom: trópusi növény termése. Jellegzetesen kellemes illatú, íze finoman f?szeres. F?leg mézeskalács-jelleg? sütemények, lik?rök ízesít?je.

Koriander (vagy zergef?): gömböly?, bors nagyságú, sárgásbarna termés. Szárított, érett állapotban aromás, édesen f?szeres. Ecetes pácokhoz, húsételekhez használják f?ként, de sütemények, lik?rök ízesítésére is.

Kömény: hazánkban is termesztett aromás illatú, er?s íz? f?szer. Széles körben ízesítenek vele: leveseket, f?zelékeket, húsételeket, péksüteményeket, salátákat, vagy akár lik?röket, sajtokat is.

Paprika: a növény érett, szárított bogyóterméséb?l készített ?rlemény. Csíp?s íz?, er?sen fest? hatású f?szer, fest?anyagait els?sorban a karotin adja. A-vitamin, és C-vitamin tartalma közismerten jelent?s. A hazai pirospaprikák els?sorban csíp?ségükben különböznek egymástól: a különleges paprika alig érezhet?en csíp?s (csemege), az édes-nemes kissé csíp?s, a rózsapaprika er?sen, az er?s paprika pedig kifejezetten csíp?s íz?. Leggyakrabban használt f?szernövénye a magyar konyhának.

Vanília: forró égövi kúszónövény termése. Ízét és illatát erjesztés útján nyeri. F? hatóanyaga a vanilin. Sütemények, fagylaltok, krémek, csokoládéfélés, lik?rök gyakori ízesít?je.

Virágok, virágrészek

Szegf?szeg: trópusi vidékeken él? növény kifejl?dött, de ki nem nyílott, szárított bimbója. Alakja szeghez hasonló, sötétbarna szín?. Illata aromás, íze kissé éget?, kesernyés. Magas illóolaj-tartalommal bír. Illata jellegzetesen a karácsonyhoz köthet?. Sütemények, bef?ttek, forralt borok ízesít?je.

Levelek

Babérlevél: az örökzöld babérfa szárított levele. A friss f?szer színe zöld, a régié sárgásbarna. Ecetes savanyúságok, levesek, f?zelékek ízesít?je, a magyar konyhában legf?képp bableveshez, babf?zelékhez, krumplileveshez, krumplif?zelékhez nélkülözhetetlen, egy löttyintésnyi ecettel.

Kapor: a növény átható illatú, föld feletti része. Húsok, tésztafélék (kapros-túrós lepény), savanyúságok, f?zelékek ízesít?je.

Majoranna: a növény szárított levelét levesek, f?zelékek, húsok f?szerezésére használják. Kellemesen jellegzetes íz?, vadon él? változatban is.

Petrezselyem: a növény leveleit frissen és szárítva is használjuk. Újburgonyával jellegzetes friss íz? tavaszi, koranyári ételt készítenek bel?le köretként.

Héjrészek

Fahéj: Kelet-Ázsiában él? fa szárított kérge. Darabosan vagy ?rölve kapható, íze édeskés, f?szeres. Sütemények, bef?ttek, lik?rök, forralt bor ízesítésére használják.

Gyömbér: dél-ázsiai növény szárított gyökértörzse. Sajátosan er?s aromájú, csíp?s íz?, húsos növénydarab. Gyümölcsfélék bef?zésénél, süteményekhez, lik?rökhöz használják, f?szerkeverékek alkotórésze. Darabban, vagy ?rölve kapható, igen kis mennyiségben is jellegzetes íz?.

Nágel Zsuzsanna
Szerz? a Flag Polgári M?hely tagja

DR. DRÁBIK JÁNOS
100 ÉVVEL TRIANON UTÁN
DVD
A trianoni gyalázatról tabumentesen
„Egy film amelyet minden magyarnak látnia kell”

Ajánló