



Zioła w praktyce

Lubczyk



Zastosowanie:

Zupy (w szczególności rosół), sosy, sałatki, ziemniaki, ryby

Smak:

Ostrawy, z nutą selera i cytrusów

Kolendra



Zastosowanie:

Guacamole, curry, sałatki, zupy, dziczyzna, jagnięcina, wieprzowina, owoce cytrusowe, drób, rośliny strączkowe, marynaty, ryby, hummus

Smak:

Delikatny, z nutami cytrusowymi



Bazyli

Zastosowanie:

Caprese, pesto, pomidory, szpinak, bakłażan, drób, dania warzywne, oliwa i oliwki, czosnek, wieprzowina, mięso

Smak:

Orzeźwiający, nieco korzenny (nuty anyżu i goździków)

Estragon



Zastosowanie:

Sos tatarski i bearnijski, cielęcina, ryby, grzyby, drób, sos maślany, sosy do sałatek, ziemniaki, sosy śmietanowe, pieczeń, dania warzywne, pizza

Smak:

Bardzo silny, ostry, słodko-gorzki



Majeranek

Zastosowanie:

Tłuste i ciężkostrawne potrawy, żurek, barszcz biały, rośliny strączkowe, kapusta, sos pomidorowy, grzyby, ryby, kiełbasa, paszтет, marynaty do mięs

Smak:

Delikatny, słodki, ziołowy



Rozmaryn

Zastosowanie:

Ziemniaki, sosy śmietanowe, jagnięcina, dziczyzna, drób, wieprzowina, pomidory, grzyby, potrawy o wyrazistym smaku, sos maślany

Smak:

Bardzo silny, ostro-słodki



Oregano

Zastosowanie:

Sos pomidorowy, zapiekanki, pizza, grillowane warzywa, ryby, jagnięcina, wieprzowina, baranina, sosy

Smak:

Podobny do majeranku, gorzkawy. Intensywność zależy od gatunku



Melisa

Zastosowanie:

Desery, sorbety, sałatki, owoce cytrusowe, lemoniady, ryby, drób

Smak:

Łagodny, cytrynowy



Szałwia

Zastosowanie:

Drób, wieprzowina, tłuste ryby, gulasz, pieczeń, cebula, ziemniaki, rośliny strączkowe, pieczywo, sos maślany

Smak:

Ostry, sosnowy, lekko cytrusowy



Tymianek

Zastosowanie:

Zupy, potrawy mięsne, ryby, gulasz, sałatki, paszтет, domowe wędliny, sos maślany, pieczywo, pomidory, ziemniaki, rośliny strączkowe

Smak:

Odświeżający, pikantny, czasami cytrynowy



Mięta

Zastosowanie:

Desery, sorbety, lody, jagnięcina, potrawy z warzyw, sałatki, koktajle, sosy do sałatek, hummus

Smak:

Odświeżający, pikantny, chłodzący

