

saisonküche



Jetzt bestellen:

Tel. 0848 87 77 77
www.saison.ch

Tipps der Woche: Gewürzöle selbst gemacht

Der Duft des Sommers

Speiseöl lässt sich mit Kräutern und Gewürzen aromatisieren und verleiht so Salaten, Saucen und Gemüse das gewisse Etwas. Wer es jetzt zubereitet, kann später im Jahr noch in sommerlichen Aromen schwelgen.

Geeignete Öle

Am besten verwendet man ein Öl mit wenig Eigengeschmack, zum Beispiel mildes Olivenöl oder ein geschmacklich neutrales wie Sonnenblumen-, Raps- oder Traubenkernöl.

Würzen mit Kräutern

Zum Aromatisieren eignen sich frische Kräuter und Gewürze. Gemischt oder einzeln: Rosmarin, Thymian, Lorbeer, Pfefferkörner, Nelken und Knoblauch. Einzeln wegen ihres ausgeprägten Aromas: Lavendel, Estragon und Salbei.

Scharfes Chiliöl

Peperoncini oder Chilischoten müssen vor dem Einlegen in Öl mit einer Nadel eingestochen und in kochendem Essigwasser kurz blanchiert werden, sonst verderben sie.

Zarte Blättchen

Werden zarte, grossblättrige Kräuter wie Basilikum, Estragon oder Maggikraut verwendet, siebt man das Öl nach dem Ziehenlassen ab, da die Blätter schwarz werden.



Freche Kombinationen

Ein besonders raffiniertes Aroma ergeben Thymian mit Zitronenschale, Zimtstangen mit wenig in Scheiben geschnittenem Knoblauch, Orangenschale mit zerstoßenen Pimentkörnern, Fenchelsamen mit Safranfäden oder Rosmarin mit Koriandersamen.



MM-KochinfoLine

Rufen Sie an!

Montag bis Freitag, 9–12 Uhr,
0901 240 244 *

* erste Minute gratis, dann 1 Franken pro Anruf

Freitag und Samstag,
17.30–19.30 Uhr,
0901 125 250 **

** Normaltarif plus 1 Franken pro Anruf

Anzeige

Gewinnen auch Sie!

3 für 2
vom 13.6. bis 19.6.
minipic Triopack
3 x 5 Stück, 270 g

680
statt 10.20

minipic
Der Gratis-Biss zur Tour de Suisse!

Etappen-Orte, Fahrplan,
News und Rezepte:
www.grischuna.ch

Grischuna produziert über 50 Bündner Fleischspezialitäten. Mit «minipic» – dem beliebtesten Fleisch-Snack der Schweiz – unterstützen wir als Sponsor die Tour de Suisse. Auf allen Etappen verteilen wir «minipic»-Gratis-Muster!

Minipic gibts in Ihrer Migros