21 Απριλίου 2013

Πως να συντηρήσουμε τα βότανά μας

/ Ε

Για να μπορούμε να απολαμβάνουμε φρέσκα βότανα από τον κήπο μας για αρκετούς μήνες η παραδοσιακή μέθοδος είναι να τα αποξηράνουμε ή και να τα καταψύξουμε!

Η αποξήρανση είναι εύκολη και αποδοτική μέθοδος συντήρησης των βοτάνων, αλλά τα βότανα με μεγαλύτερο ποσοστό υγρασίας ενδέχεται να μουχλιάσουν πριν ξεραθούν.

Για αυτά τα βότανα, όπως ο βασιλικός, ο μαϊντανός, το πράσο, το σπανάκι η καλύτερη λύση είναι να τα αποθηκεύσετε φρέσκα στην κατάψυξη.

Τα φύλα θα γίνουν σκληρά, αλλά η γεύση τους θα μείνει ανέπαφη για πολλούς μήνες! Αντίθετα με τα αποξηραμένα βότανα, των οποίων η γεύση γίνεται πιο «συμπυκνωμένη» όσο αποξηραίνονται, τα κατεψυγμένα μπορούν να χρησιμοποιηθούν στις ίδιες αναλογίες με τα φρέσκα.

Συντήρηση με κατάψυξη: Μπορείτε να καταψύξετε τα βότανά σας ακολουθώντας τις παρακάτω δύο μεθόδους:

Ξηρή κατάψυξη (περισσότερα...)