

Γιατί τελικά να χρησιμοποιούμε φύλλα δάφνης στις συνταγές μας;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτο: [winefest-dafnes.gr](#) -

Σε πολλές από τις συνταγές που μαγειρεύουμε όπως σε ζωμούς, σε σούπες κ.τ.λ. η συνταγή περιέχει και 1-2 φύλλα δάφνης. Πολύ από εσάς μπορεί να μην καταφέρνετε να τη γευτείτε στο τελικό αποτέλεσμα και να αναρωτιέστε ποια τελικά θα ήταν η διαφορά αν δεν χρησιμοποιήσετε!

Ας αρχίσουμε λοιπόν από έναν εύκολο και γρήγορο τρόπο για να καταλάβετε πραγματικά τη γεύση της δάφνης. Ρίξτε σε ένα μικρό κατσαρολάκι νερό και 2 φύλλα δάφνης να σιγοβράσουν. Δοκιμάστε το μετά από 5 λεπτά και θα γευτείτε πολύ έντονα τη μενθόλη και τον ευκάλυπτο. Αυτό είναι και το ισχυρότερο γευστικό όπλο στα φύλλα της δάφνης.

Αν τώρα αφήσουμε τα φύλλα να βράσουν ακόμα περισσότερο - ας πούμε για 1 ώρα, θα παρατηρήσετε ότι η γεύση καθώς και το άρωμα θα αλλάξει και τα αρώματα που θα σας έρχονται τώρα πιο έντονα θα είναι αυτά του τσαγιού.

Αυτές είναι και οι γεύσεις και τα αρώματα που θέλουμε να προσθέσουμε στις

σούπες και τα μαγειρευτά χρησιμοποιώντας τα φύλλα δάφνης.

Είναι κατανοητό φυσικά γιατί πολύ το θεωρούν προαιρετικό υλικό γιατί τα φύλλα δάφνης συνήθως διαδραματίζουν ένα δευτερεύοντα ρόλο σε σχέση με άλλες πιο εμφανής γεύσεις. Αλλά σκεφτείτε ότι όπως αντίστοιχα χρησιμοποιούμε φρεσκοτριμμένο πιπέρι ή ένα πράσο που δεν είναι άμεσα αναγνωρίσιμα σε ένα φαγητό, με τον ίδιο τρόπο να χρησιμοποιήσουμε και τα φύλλα δάφνης που θα κάνει το πιάτο μας να απογειωθεί.

Φρέσκια η αποξηραμένη?

Πολλά βότανα είναι σχεδόν άχρηστα στην ξηρή τους κατάσταση. Δηλαδή όλα εκείνα τα βαζάκια με μαϊντανό, βασιλικό ή κόλιαντρο είναι καλύτερα να τα αφήσετε στο ράφι !

Υπάρχουν όμως και κάποια άλλα βότανα που είναι μια χαρά όταν τα χρησιμοποιούμε αποξηραμένα, όπως για παράδειγμα η ρίγανη, το δεντρολίβανο, η μαντζουράνα και φυσικά τα φύλλα της δάφνης που έχουμε αφιερώσει και αυτό το άρθρο.

Τα βότανα αυτά που φυτρώνουν συνήθως σε ζεστά και άγονα κλίματα έχουν αρωματικές ενώσεις που είναι λιγότερο ασταθείς και είναι λογικό μιας και τα φύλλα τους είναι σχεδιασμένα με τρόπο ώστε να διατηρήσουν όσο το δυνατό περισσότερη υγρασία, πράγμα που σημαίνει ότι ακόμα και όταν αποξηραθούν διατηρούν μια αξιοπρεπή ποσότητα αρώματος. Ειδικά φρεσκοαποξηραμένα βότανα θα διατηρήσουν τα αρώματα τους ακόμα περισσότερο αν τα αποθηκεύσουμε σε ένα δροσερό και ξηρό μέρος και αν θέλετε να διατηρήσετε τα φύλλα δάφνης για χρόνια δεν έχετε παρά να τα βάλετε στην κατάψυξη.

Τελικά αφού διαβάσατε όλα τα παραπάνω τι λέτε θα χρησιμοποιείτε τελικά φύλλα δάφνης στο φαγητό σας... Εμείς σας το προτείνουμε χωρίς καμία επιφύλαξη...!

Πηγή: cookbox.com.cy