

Bazalka

Kategorie: Kořenící směsi

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:



Suroviny

Jako koření se používají čerstvé i sušené listy a výhonky.

Dávají se do polévek (zeleninové, rajčatové, rybí) a do omáček (rajské), dále je výborná k masům, drůbeži, zvěřině a rybám (nejčastěji s rozmarýnem a šalvějí), k sýrovým a vaječným pokrmům, velmi často se s ní dochucují těstoviny. Používá se rovněž

k nakládání zeleniny, aromatizuje octy a zálivky. Je nedílnou součástí pizzy a fazolí.

Postup

Při tepelné úpravě používáme častěji sušené a drcené koření. Jejimi cnostmi jsou vlastnosti, které posilují srdeční a nervovou činnost, podporuje trávení a činnost ledvin. Uvítají ji ve svých jídelníčcích nemocní při žlučnických, ledvinových dietách a dále při onemocnění srdce a cév.