

Kakukkfű»

Szerző: -ka-pá-r-

2007. szeptember 10.

Utolsó frissítés 2007. szeptember 13.

Ez a népies nevű balzsamfűnek, tölgyfűnek, vagy dömötökfűnek nevezett növény, máris az 3kori görög egyiptomiak között is kedvelt fűszernövény volt. Később az egész mediterráneumban elterjedt használata, majd a középkor folyamán, a francia konyhaművészet révén egész Európát meghódította. Manapság világszerte használják a legkülönbözőbb fajta levesek, raguk, saláták és mártások készítésére. Fontos összetevője a fűszerkeveréknek, de a lila- és kék is jól kijár a majoránnával, rozmaringgal, zsályával, bazsalikommal és babérlevéllel. Apró leveleit a szárított lehőzva alkalmazhatjuk friss, vagy szárított formában, azonban gyeljük az adagolásra, mert könnyen elnyomhatja a többi fűszer aromáját, esetleg megkeseríti az étel ízét. Emésztőszójavító és étvágygerjesztő hatása mellett a herbáriumok emellett tesznek - teaként alkalmazva - a hűtőgáscsillapító és görcsoldó hatására is. Hazánk majd minden szarazabb, fűves területén, mezők, erdőszéleken vadon terem, de házi termesztéssel is bőséggel előállíthatunk. Kevés gondoskodás mellett is szépen fejlődik, és egész nyáron gyaroghatunk apró, bugákban nyúló lilás-rózsaszín virágaiban és a dús balzsamos illatában. Á Á Recept: Vaddisznó tarja kakukkfűves velével Á