



FŰSZER ÉS FŰSZERKEVERÉK LEXIKON

A kiadvány a Fűszeráruház kínálata alapján készült.
A tartalma szabadon felhasználható, szerkeszthető a forrás feltüntetésével.

Fűszeráruház

Kecskemét, Wesselényi u. 5.
www.fuszeraruhaz.hu



Előszó helyett

A kor emberének kinyílt a világ gasztronómiai szempontból is. Utazásaink - akár valós, akár virtuális - során megismerkedünk más népek ételével, íz világával. Természetesen szívesen próbáljuk ki idehaza a megismert és nekünk tetsző recepteket, próbálkozunk a már megízlelt ételek itthoni megvalósításával.

A mai rohanó világban, amikor számtalan könnyen és gyorsan elkészíthető különleges receptet találunk a világhálón, gyakran problémát okozhat egy-egy hozzávaló beszerzése. Különösen igaz lehet ez a hazánkban kevésbé használt és ismert fűszerekre. Vajon mi is lehet ez? No és hol tudom beszerezni? A manapság nagyon divatos 30 perces vacsorák elkészítése, az otthon talált néhány hozzávalóból, igazi gasztroélmény válhat pár okosan párosított fűszer segítségével. Hogyan izesítsuk, hogy az valódi élménnyé váljon? Mihez milyen fűszert használjunk? Számtalan fűszer és fűszerkeverék található az üzletek polcain. Egyre nehezebb eligazodni közöttük, ezért gondoltunk arra, hogy segítségül összeállítunk egy Fűszerlexikont, mellyel egyszerűen és gyorsan megismerheti az egyes fűszereket és használatukat, a gyakran használt fűszerkeverékek összetételét.

Mindezek segítségével talán új értelmet nyerhet a „gyorsan, egyszerűen valamit” kifejezés és ízletes, különleges fogások készíthetők a családi asztalra mindenki meglegedésére. Amikor a fűszerekkel az átlagosnál többet kezdtünk el foglalkozni, gyakran felmerült a kérdés: mitől is olyan izgalmas és érdekes a fűszerek világa? Mi az, amitől olyan fontos lett? Sokszor és sokféleképpen próbáltuk megfogalmazni a válaszokat. Aztán egyszer csak ott láttuk világosan megfogalmazva és leírva egy izgalmas könyvben. Annnyira sikerült ebben a könyvben megragadni a fűszerek és a fűszerezés lényegét, hogy azt szó szerint ide kell írunk:

„A fűszerek kellemes illatukkal és ínycsiklandozó zamatukkal jelentősen javítják ételünk élvezeti értékét, s ezzel fokozzák azt az örömet, amit az az embernek az étkezés nyújthat. Azonban mindig szem előtt kell tartani a fűszerezés lényegét, vagyis hogy mindig a megfelelő helyen és kellő mennyiségben alkalmazzuk az ízesítőket. Ugyanis a túlságosan szűken mért vagy a túlada-golt fűszerek, ahelyett hogy finoman kiemelnék egyes ételek sajátos ízét, zamatát, éppen ellenkező hatást eredményeznek: vagy jellegtelenné teszik, vagy elnyomják. Ezzel szemben egy jól etalált ízesítéssel még a legegyszerűbb étel is gasztronómiai élménnyé válhat.”

Renate Kissel: Fűszerek és gyógynövények

Sok-sok ízlelgetést és kísérletezést, a csodás ételek elkészítéséhez pedig sok sikert kívánnak a Fűszerlexikon összeállítói:

Tóthné Nagy Erzsébet és Tóth Gábor
Kecskemét, 2014 május 03.

Fűszeráruház

Kecskemét, Wesselényi u. 5. www.fuszeraruhaz.hu

FŰSZEREK

Ánizs

Az ánizs sokoldalúan felhasználható ismert fűszernövény. Ánizsmag, különleges ánizs, illatos ánizs, bécsi- vagy édeskömény neveken is ismert. A középkorban a legkedveltebb fűszer volt. Az ókori Keleten fizetőeszköz is volt, Pannóniába pedig a római katonák hozták be. Nagyon sokféle helyen termesztik, legfőképpen a Földközi-tenger mellékéről származik. Fűszerként a 3,5-5 mm hosszú szürkésbarna terményét szokták felhasználni. Illata kellemes, intenzíven emlékeztet a köménymagra. Általában az ánizsmagot egészben használják, de ha kell, össze is lehet törni. Mindig csak annyit szabad összetörni, amennyit azonnal fel is használunk, mert az ánizsmag hamar elveszíti jellegzetes aromáját. Felhasználhatjuk vadas ételek, mártások és főzelékek ízesítéséhez.



Babérlevél

A babér igen elterjedt, és legrégebben ismert fűszernövények csoportjába tartozik. Minden mediterrán éghajlatú területen nő vadon is, illetve termesztik. Legkeresettebbek a Kaliforniában és Törökországban termelt levelek. Magyar kereskedelembe Francia-, Olasz- és Spanyolországból származó levelek találhatók. Felhasználhatjuk levesek, főzelékek, mártások, szószok, tojás-, burgonya-, bab-, paradicsomos- és halas ételekhez. Sültek, kolbászaruk elkészítéséhez, tök, uborka, káposzta, savanyúságok eltevéséhez, marhahúsok és sertés párolásánál, vadételekhez, vadhúspácokhoz, savanyú ételekhez. Mivel a levél erősen aromás, figyeljünk rá, hogy ne adagoljuk túl, illetve 15-20 percnél ne főzzük tovább bele az ételekbe, mert kesernyős íze el is ronthatja azokat.



Bazsalikom

A bazsalikom a mediterrán területek kedvelt egygyári fűszernövénye. Hazánkban kedvelt cserép, kerti- és fűszernövény lett. A nagy kereslet miatt ma már zöld színű, fehér virágú és kis levelű változatát nagy területeken termesztik. Kereskedelmi forgalomban morzsolt formában kapható. Kellemes fanyar illatú, szegfűszegre emlékeztető pikáns ízű fűszernövény. Igen sokoldalúan felhasználható fűszer. Levesek, főzelék, saláták, szószok, pácok, sültek, mártások, darált húskok, halételek, kolbászaruk ízesítésére is alkalmas. Főtt ételekhez a főzés utolsó perceiben kell hozzáadni. Íze a legjobban fokhagymával és citrommal kombinálva érvényesül. Felhasználható még felfűjódás ellen, vízhajtónak, gyomorerősítőnek, étvágygerjesztőnek, köhögéscsillapítására, gyomorfertőtlenítőnek és idegnyugtatónak.



Borókabogyó

Hazánkban vadon is előfordul, a Kiskunságban és Barcs környékén található a legnagyobb kiterjedésű ősbörökások.

Fűszerként egész vagy őrölt állapotban használják. Saláták főzeléké, húsele, savanyú káposzta, vadpástétomok fontos ízesítője. Fűszerkeverékeket és sonkapácokat is készítenek belőle. A grillen sült húsoknak borókás füstölésen keresztül finom aromás ízt adhatunk. A belőle készített lekvár és szósz a vadételek nélkülözhetetlen kiegészítője.

Egyes pálinkafélék jellegzetes illatukat a borókabogyótól kapják, de felhasználják bor és likőr alapanyagaként is.

Gyógyászatban szélhajtóként, vizelethajtóként, étvágygerjesztőként, hurutos megbetegedéseknél használják. Asztmára inhaláló szerként is alkalmas, külsőleg bedörzsölve pedig enyhíti a reumás panaszokat.



Borsikafű vagy csombor

Az erdélyi konyha elterjedt fűszere. Morzsolt állapotban kerül kereskedelmi forgalomba. Jellegzetes, borsra emlékeztető fűszeres ízű és illatú növény.

Sűrű kelés után ritkítják, majd virágzás idején az alsó elágazásnál vágják. A bazsalikomhoz hasonlóan többször is vágható. Szárításhoz csokrokba kötik, és tövével lefelé lógatva felakasztják. Szárítás után lemorzsálják, rostálják.

Felhasználható burgonya-, gombás ételek, káposzta, kolbászárak, vadpácok, mártások készítéséhez.

Csökkenti a felfújódást, így előszeretettel ízesítenek vele babos ételeket. Mivel íze, és illata a borsra emlékeztet, így a borstól eltöltött diétázók használhatják diétás ételeikhez.

Gyomorerősítő, bélféregirtó, étvágygerjesztő és felfújódást gátló hatása van.



Cayenne bors fűszer

A neve becsapós, mert valójában nem bors, hanem csípős ízű, chili paprika durva őrlménye. A fűszerkeverékek meghatározó alkotó eleme. Téglavörös színű, egyes országokban a paprikát helyettesítik vele. Óvatosan kell adagolni, mivel csípősebb, erősebb, maróbb ízű fűszer, mint a mi paprikánk. Kereskedelmi forgalomban por alakban kapható. Erős, csípős szószokhoz, pörköltökhöz, mártásokhoz, halakhoz és sült húsokhoz, tojásétel-ekhez, rizshez, savanyúságok eltevéséhez használják. Igen magas a kapszaicin tartalma miatt sötét üvegben, vagy dobozban, jól elzárva, fénytől védve kell tárolni. Szívroham megelőzésére, megfázás enyhítésére, menstruációs panaszokra, gyomor nyálkahártyájának megóvására is alkalmas. Szabályozza a vér áramlását, újjáépíti a vérsejteket, csökkenti a koleszterint, erősíti az immunrendszert.



Ceyloni fahéj

A fahéjat a 18. század végén nagy mennyiségben hozták be Európába. A hollandok valószínűs fahéjhegyeket égettek el, hogy megakadályozzák az árának nagy zuhanását, ám az így is hamarosan annyira csökkent, hogy már mindenki asztalára jutott belőle. Mára a fahéj egyáltalán nem drága fűszer. A régi magyar konyhához hűen nemcsak az édes alapú recepteknél, hanem a sültékhöz felszolgált mártásoknál és levesekhez is használunk belőle egy-egy csipetnyit. Hazánkban a 15. században terjedt el. Őrölt állapotban almás lepényhez, mézeskaláczhoz, réteshez, zsírban sült fánkhoz, tejes ételek, rizses ételekhez használják. Egész állapotban befőttek, kompótok, gyümölcslevesek, forrált borok és egyéb italok készítéséhez használják.



Chili

Trópusokon honos, hegyes, piros, húsos paprika féle. Mexikóban alapfűszer, rengeteg ételbe kerül bele. Először Közép-Amerikában háziasították, majd a spanyol és portugál kereskedőknek köszönhetően terjedt el Ázsia déli részén. A legtöbb chilit jelenleg a világon India termeszt. Indiában a helyi piacokon jellegzetes látvány a kupacokba pakolt őrölt vörös chili por és az őrölt sárga kurkuma halmok. Indiában a legolcsóbb zöldségfélék közé tartozik. Minél kisebb a chili, annál nagyobb az ereje, ami a magokban rejlik, mivel abban halmozódik fel a legtöbb kapszaicin. Csípőssége mértékét ez okozza. Hűvös, száraz helyen tartandó. Kezdetben a meleg éghajlatú országokban használták a chilit, mivel a chilit tartalmazó ételek hűsítően hatottak az emberekre. Ennek oka, hogy a test hőmérsékletét csökkenti a paprika által kiváltott izadás. Mártásokhoz, sertés-, birka-, marhasültökhöz, salátákhoz, sajtos és tojásos ételekhez, illetve grillezett húsokhoz ajánljuk. Ha száraz chilivel főzünk, olajban pirítsuk, így a színt és az ízt jól kihozza. Az egész vagy durvára tört paprikát hosszabb ideig lehet pirítani, de a finomra őrölttel vigyázzunk, csak néhány másodpercig szabad, különben megég. Rendszeres fogyasztása elősegíti a zsír égetését, megakadályozza a zsírsejtek növekedését, serkenti az emésztést, alkohol fogyasztása során megóvja a gyomor nyálkahártyáját, fertőtlenítő hatású. Egyes statisztikák szerint Mexikó és India lakosai között kevesebb a rákbeteg.



Citromfű

Kelet - Mediterránban és Dél Európában honos, a mentához hasonló alakú, illatos levelű fűszer és gyógynövény. Népies nevei: citromszagú melissza, orvosi citromfű, méhfű, macskaméz, igaz nádráfű, mézelke

Saláták, töltelékek, gyümölcslevesek, mártások, főzelékek, gyümölcssaláták, gomba-, szárnyas-, hal- és vadételekhez, fűszerecetek ízesítésére használjuk. Kiváló még desszertek, tea, limonádé, vaníliapuding, illetve Martini-koktél ízesítésére is. Illóolajat, szaponint, nyálkát, cseranyagot, és gyantát tartalmaz. Elsősorban idegnyugtató és erősítő hatása ismert, de kitűnő alvási zavarokra és kezdődő depresszióra tea formában. Serkenti a máj működését, vízhajtó hatású, emésztésjavító, és puffadásgátló hatása is van. Külsőleg daganatokra, zúzódásokra, övsömörre és sebfertőtlenítésre használják a teáját.



Csillagánizs

Dél-Kínában honos fűszer, de termesztik Japánban, Fülöp-szigeteken, és Laoszon. Erős illatú, édeskés ízű fűszer, aromája hasonlít az ánizséhoz.

A kínai konyhában húshoz használják, legfőképpen a kacsához.

Az indiai konyhában a garam masala és zöldséges ételek alapanyaga. Csatnikhoz, fűszeres levesekbe, sertéshez, marhához és halakhoz is használják.

Európában karácsonyi süteményekhez, forralt borhoz, gyümölcsökhöz, és mézeskalácshoz használják. A csillagánizs olaja kis mennyiségben gyomornyugtató hatású, emésztési zavarokra, puffadásra, és hányinger kezelésére alkalmas. Egyetlen csepp kell csak belőle, mert hányást okozhat. A csillagánizzsal fűszerezett teát köhögés enyhítésére, illetve megfázás ellen is használják.

Kereskedelmi forgalomban főként egészben kapható, zárt üvegben, fénytől védve kell tárolni, hogy az aromáját megtartsa. Nem szabad összekeverni a japán csillagánizzsal, ami mérgező, és csak füstölőként szolgál.



Édeskömény

Már az ókorban ismerték és használták, a mediterránumból származik.

Íze édeskés, kissé csípős, ánizsra emlékeztető szagú, zöldes-barna színű. Fehérjét, cukrot, zsíros olajat, és illóolajat tartalmaz.

Saláták, halételek, főzelékek, szósok, teasütemények, likőrök ízesítésére használják. Az olaszok főzeléket és salátát is készítenek fiatal levélzetéből. Gumóját lereszelve káposztasalátához adják.

Étvágyjavító, emésztést serkentő, szélhajtó, görcsoldó, vízhajtó, tejszaporító hatású. Csecsemők szélhajtó teájának és más teakeverékeknek is fontos alkotórésze. Felhasználható még rendszertelen, késő menstruáció kezelésére is.



Fahéj

A fahéjat a 18. század végén nagy mennyiségben hozták be Európába. A hollandok valóságos fahéjhegyeket égettek el, hogy megakadályozzák az árának nagy zuhanását, ám az így is hamarosan annyira csökkent, hogy már mindenki asztalára jutott belőle. Mára a fahéj egyáltalán nem drága fűszer. A régi magyar konyhához hűen nemcsak az édes alapú recepteknél, hanem a sütekhez felszolgált mártásoknál és levesekhez is használunk belőle egy-egy csipetnyit.

Hazánkba a 15. században érkezett el.

Őrölt állapotban almás lepényhez, mézeskalácshoz, réteshez, zsírban sült fánkhoz, tejes ételek, rizses ételekhez használják. Egész állapotban befőttek, kompótok, gyümölcslevesek, forralt borok és egyéb italok készítéséhez használják. Indiában a kergét forró olajban sütik, amíg ki nem tekeredik (ez nagyon fontos, mert az ízek így szabadulnak ki), majd lehűtik a többi alapanyag hozzáadásával.

Emésztéssegítő, étvágyjavító, gyomorerősítő hatású. Kellemes illatát az illatszeriparban is felhasználják.



Fehérbors

A vörösre érett borsot leszedik, majd a héját eltávolítják. Kicsit lágyabb az íze, nem annyira csípős, mint a fekete borsé, ezért kedvelt és népszerű fűszer.

A fehérborsot egészbe, durvára darálva, vagy finomra őrölve használják az ételek ízesítésére. Mártások, levesek, krumplis ételek, világos színű ételekhez használják.

Az egész borszemeket levegőtől elzárva, hűvös, zárt helyen kell tárolni, hogy megőrizzük aromájukat.



Fekete kardamom, egész

A szív fűszerének is szokták nevezni. Kevésbé ismert fűszer, pedig számtalan módon felhasználható. Ízesíthetjük vele sós és étel ételeinket, illetve italainkat is. Rostos héjú hüvely, sötét magvakat tartalmaz.

Kapható őrölt formában, illetve egész szemekben is. Legjobb, ha az egyben maradt terméseket választjuk, így nem vesztek el az aromájukat a magok.

Elsősorban húseletek szószaihoz, vagy pácaihoz használják. Nagyon jól harmonizál hússal, báránnyal kiváló. Megbontathatjuk vele a tejberizst, panna cottát, répatortát, lekvárt, vagy chutneyt. A Közel-Keleten kávéhoz adják, Indiában pedig a tejes teát ízesítik vele.

Felfúvódás ellen, rossz emésztés esetén, fejfájás enyhítésére használják. Serkenti a szívműködését. Rágása kellemes szájját ad, illetve jót tesz a fogaknak.



Fekete mustármag

A fekete mustármag magját fűszerként használjuk. Nélkülözhetetlen alapanyaga az indiai konyhának.

Apró szemű, a fehér mustármagnál erőteljesebb ízű.

Rákos sejtek növekedése ellen, javítja az emésztést, megelőzi a különféle betegségeket, migrénes panaszok ellen alkalmas, reumával küzdők használják. Képes megelőzni az asztmás rohamokat.



Fekete bors

Az indiai fűszer út igazi kincsének számított. Az ókorban és a középkorban fűszerezésként is szolgált.

Az egyik legkeresettebb és legismertebb fűszer. A kifejlődött, de még éretlen szemeket leszüretelik, majd a napon kiszáritják. Így nyerik el sötét, vagy fekete színűket a szemek. A magyar konyhában a paprika után a legnagyobb mennyiségben használt fűszer. Egészben, durvára törve, vagy őrölve használják.

Pikáns íze elősegíti az emésztést, és meggátolja az emésztési problémákat. Stimulálja az izzadást, és a vizeletürítést, megszabadít a méreganyagoktól. Segít a koleszterinszintet normális szinten tartani.

Fogyókúrázók, illetve az aktívan sportolók előszeretettel használják, mivel gátolja az újabb zsírszövetek képződését, fokozza az izmos vérellátását. Külsőleg alkalmazva olajként használva csökkenti az izomfájdalmat, és az izmok merevségét. Segíti a sportsérülések és rándulások regenerálódását, csökkenti az ízületi gyulladás okozta fájdalmakat.



Fokhagyma szeletek

A fokhagyma az egyik legrégebb óta használt gyógynövény. Már az ókori Egyiptomban is adták a piramist építő munkásoknak, hogy egészségesek és munkaképesek maradjanak. Intenzív és tartós szaga miatt sokan nem kedvelik.

A konyhában főzelékekhez, levesekhez, salátákhoz, húshoz, kolbászhoz, kocsonyához használják.

Nyersen, szárítva, por, és krém alakban is megvásárolható. C-vitamint, fontos ásványi anyagokat, szénhidrátokat, és fehérjét tartalmaz, ezért tápértéke jelentős. Emésztést segítő, belfertőtlenítő, vérnyomáscsökkentő, epe és májműködést elősegítő hatása van.



Füstölt őrölt paprika

Spanyolországban szinte minden ételhez használják a füstölt paprikát. Használatával még a tűzhelyen készült ételek ízében is érezhetjük a szabad tűzön készült ételek jellegzetes ízét. Használhatja magyaros pörköltet ízesítéséhez is.

Füstölt ízét füstöléssel történő szárítás során nyeri el. Töltött káposztához, halászléhez, bablévesbe kiváló.

A füstölt, őrölt paprika jól színezi, és szép piros színt ad az ételeinknek.



Galanga

Az Indiai-szigeteken és Kínában előforduló növény. A gyökér barnáspiros színű, égetően csipős ízű, gyömbérszerű, fűszeres aromájú fűszer.

A gyömbérhez hasonlóan kell megtisztítani. Lehet reszelni, szeletelni, vagy aprítani. A thai konyha egyik alapja. Levesekhez, bárányhoz, halakhoz, és tenger gyümölcseihez használják. Gyulladáscsökkentő, hangulatfokozó és serkentő hatású. Elpusztítja a rákos sejteket, serkenti az egészséges sejtek védőképességét. Hasmenésre, megfázásra, torokgyulladásra, és köhögésre is alkalmas.



Görögszénamag

A Földközi-tenger vidékén, és Nyugat-Ázsiában honos. Zöld levelét, friss hajtásait, és sárga színű magját fogyasztják. Magja erős illatú, íze emlékeztet az ánizsra.

Indiában és Ázsiában zöld leveléből és hajtásából zöldfűszeres ételeket készítenek. A magokat megpirítják, majd megőrlik. Egyiptomban teát és kenyeret ízesítenek vele. Indiában chutney-kat fűszereznek vele, illetve a curry fűszerkeverékbe is raknak görögszénamagot. Sajtokat és más élelmiszereket színeznék vele. Diópotlónak is használják.

Étvágytalanság ellen használják, növeli a vörösvérsejtek számát, vércukor és koleszterin csökkentő hatású.



Gyömbér

Már időszámításunk előtt, Kínában használták. Ma Dél-Amerikában, Dél-Ázsiában és Nyugat-Afrika trópusi területein termesztik.

Indiai és kínai konyha egyik alapfűszere. Csipős, kesernyés ízű fűszer. Használhatjuk szárítva, őrölve, kandírozva. Nyersen reszelve, vagy szeletelve rakhatjuk bele ételekbe és italokba. Gyümölcsös italokhoz, gyümölcssalátákhoz, süteményekhez, húshoz, levesekhez, hideg és forró italokhoz használhatjuk. Szárított formában süteményekhez használjuk, míg nyers formájában húshoz és egyéb főtt ételekhez. Kitűnő gyomorerosztó, emésztést elősegítő, és étvágyjavító hatású. Jó a megfázás ellen, csökkenti a koleszterinszintet és a vérnyomást, vérrögképződés megelőzésére, és nagyon jó memória-javító.



Kakukkfű

Hazánkban minden szárazabb és füves területeken vadon is előfordul, de gazdaságokban és kertekben is termesztik. Az egyiptomiak és a görögök is kedvelték, de manapság már minden konyha receptjeiben is felfedezhetők. Nélkülözhetetlen fűszere a francia konyhának. Kereskedelmi forgalomba vágott, vagy morzsolt állapotba kerül. Általában majoránnával, babérlevéllel, rozmaringgal, zsályával, vagy szerecsendióval vegyítik. Óvatosan kell adagolni, mert erős aromája miatt könnyen meg tudja változtatni az étel eredeti ízét. Levesekhez (bab, borsó, hal, paradicsom, káposzta), burgonyafőzelékhez, salátákhoz, vadas ételekhez, töltött káposztához, hurkához, kolbászhoz használják. A kakukkfűből készült tea jó köhögés ellen, megfázásra, emésztési zavarokra, idegesség ellen, és asztmára.



Kaporlevél

A Földközi-tenger vidékéről származó fűszer. Ma már szinte minden konyhában fellelhető.

A leveleket és a hajtásokat frissen és szárítva is felhasználják. Frissen szedett, zsemeke kaporlevélből készíthetünk kaporsószt főtt húshoz, húsgombóchoz, hal-, rák, és csigaételekhez. Levesek, főzelékek, saláták, körözöttek, mártások ízesítéséhez használják. Használják még savanyú káposzta, és tök eltevésénél is. Nem csak a levelét, hanem a magját is használják ízesítésre. Egész szemeként, de akár őrölve is használhatjuk. A magyaros ételek egyik alap fűszere. Pácolhoz, savanyúsághoz, sültre is kiváló. A kapormagból készült teája hányingerre, vesebetegségre, felfúvódás kezelésére alkalmas.



Koriander

Ősidők óta használt fűszer, mely a Földközi-tenger partvidékéről származik. Népies nevei cigánypetrezselyem, beléndfű, és zergefű. A koriandermagot fűszerként, és parfümök alapanyagaként is használják. A friss fűszernövény levele könnyedén összetéveszthető a petrezselyemével, ám a koriandernek az íze jellegzetesen aromás. Közkedvelt fűszer, káposztás ételekhez, pácolhoz, töltelékhez, sültre, szószokhoz, savanyúságok ízjavítására használható. A koriandermagot sültre, szószokhoz, sonkapáchoz, kolbászokhoz, likőrökhöz, sütemények ízesítéséhez használják egész szemekben, vagy őrölve. A koriander zöld leveléből fűszerkeveréket és pácot is készíthetünk házilag: borsot, koriandert, szerecsendőt, babérlevelet őrölve azonos mennyiségben összekeverjük, és jól záródó edényben, fénytől védve tároljuk. Gyógyászatban az érett magokat használják kellemetlen szájíz ellen, néhány magot kell rágni egy percre. Fontos, hogy kizárólag érett magokat rágjunk, a szárítási folyamat után nyílik el a fűszeres, kellemes aromájuk. Az éretlen szemek szárítás után is rossz szagúak. Étvágygerjesztő, görcsoldó hatású. Illóolaja külsőleg alkalmazva alkalmas reumára, ízületi és idegfájdalmak kezelésére. Segít még a szorongás és a kimerültség esetén is. A korianderből készült tea alkalmas a felfúvódás megszüntetésére, vértisztításra, szélhajtásra, és segíti az emésztést.



Köménymag

A Földön a legkedveltebb, és legelterjedtebb fűszerek közé tartozik. Hazánkban is igen kedvelt fűszer. Népies nevei a konyhakömény, és a régi kömény. Íze erős, fanyar, ánizsra emlékeztető, ezért más fűszerekkel ritkán kombinálják. Zsíros olajat, illóolajat, fehérjét tartalmaz.

Kenyérbe, péksüteményekbe, sós süteményekbe rakják. Sok helyen a köménymagból levest is főznek.

Körözöttbe, sajtokba, levesekbe, főzelékekbe, sültékhöz, túrós ételekbe, kolbászfélékbe, savanyúságokhoz használják. A kömény sok fűszerkeverék alapanyaga. Kereskedelmi forgalomban egész és őrölt formában is kapható.

A köményből készült teát szélhajtó, görcsoldó, és fertőtlenítő hatása miatt adják a babáknak is. A gyógyszeriparban is használják élénkítő, és emésztést segítő hatása miatt.



Kurkuma őrölt fűszer

A kurkuma Dél-Kelet Ázsiában, Indiában, és Indonéziában őshonos növény. A gyömbérfélék családjába tartozik. Erőteljes sárga színe miatt sárga gyömbérnek is nevezik. Sajátos aromája miatt, a túlfűszerezett ételeket kedvelők bátran használhatják.

Az indiai konyha fűszer egyik elengedhetetlen fűszere. Nem csak az íze miatt használják, hanem a színező hatása miatt is. Zöldséges ételekbe, levesekbe, rizshez, húshoz használják. Erőteljes aromája miatt óvatosan kell adagolni. Gyógyászatban emésztést segítő, vértisztító hatása miatt használják, további fertőzések kezelésére, láz ellen, ízületi panaszok, gyomorégésre, felfújódásra, és méregtelenítésre is használják.



Lestyan

Dél-Nyugat Ázsiában honos fűszernövény. A lestyan már az ókorban és a középkorban is kedvelt fűszer volt. Régen a falusi kertekben gyakran ültették, friss és száraz állapotban is felhasználták.

Levesek, főzelékek, diétás ételek, burgonyás ételek, saláták ízesítésére használják. Erőteljes aromája miatt az adagolásával óvatosan bántunk.

A szárított lestyanlevél kiváló töltött csirke, vagy kacsakészítéséhez, illetve a töltelékek készítéséhez. Vesekő, vesehomok kihajtására, vízhajtó hatása miatt, gyomorégés ellen, emésztést serkentő hatása miatt használják.



Levendulavirág

A levendula a Földközi-tenger mellékéről származik. Lila virágait a gyógyászat mellett a konyhában is felhasználjuk. A francia konyha egyik legkedveltebb fűszere.

Főzelékekbe, levesekbe, disznóhúsból készült ételekbe, saslikpácba, csirke-, nyúl, vagy sertésraguba, fűszersóba, provance fűszerkeverékekbe, süteményekbe, krémekbe, fagyaltokba, italokba használják. Erős aromája miatt kis mennyiség elegendő belőle.

A levendulavirágból készült tea nyugtató, emésztést javító, feszültség csillapító hatású. Enyhíti a bél- és gyomorpanaszokat, és fokozza az epeműködést.



Madárszem chili

Trópusokon honos paprika féle. Hasonlít a tabasco paprikához Mexikóban alapfűszer, rengeteg ételbe kerül bele. Először Közép-Amerikában házasították, majd a spanyol és portugál kereskedőknek köszönhetően terjedt el Ázsia déli részén. A legtöbb chilit jelenleg a világban India termeszti.

Indiában a helyi piacokon jellegzetes látvány a kupacokba pakolt őrölt vörös chili por és az őrölt sárga kurkuma halmok. Indiában a legolcsóbb zöldségfélék közé tartozik. Minél kisebb a chili, annál nagyobb az ereje, ami a magokban rejlik, mivel abban halmozódik fel a legtöbb kapszaicin. Csípőssége mértékét ez okozza. Hűvös, száraz helyen tartandó. Kezdetben a meleg éghajlatú országokban használták a chilit, mivel a chilit tartalmazó ételek hűsítően hatottak az emberekre. Ennek oka, hogy a test hőmérsékletét csökkenti a paprika által kiváltott izzadás.

A madárszem chilit főként thai ételekhez és halszószkokhoz használják.

Mártásokhoz, sertés-, birka-, marhasültékhöz, salátákhoz, sajtos és tojasos ételekhez, illetve grillezett húshoz ajánljuk. Ha száraz chilivel főzünk, olajban pirítsuk, így a színt és az ízt jól kihozza. Az egész vagy durvára tört paprikát hosszabb ideig lehet pirítani, de a finomra őrölttel vigyázzunk, csak néhány másodpercig szabad, különben megég.

Rendszeres fogyasztása elősegíti a zsír égetését, megakadályozza a zsírszövetek növekedését, serkenti az emésztést, alkohol fogyasztása során megóvja a gyomor nyálkahártyáját, fertőtlenítő hatású.

Egyes statisztikák szerint Mexikó és India lakosai között kevesebb a rákbeteg.



Majoranna

A Földközi-tenger vidékén őshonos, már az ókorban is ismerték. Hazánkban a legkedveltebb, és leghíresebb fűszer. Szürkészöld színű, erősen aromás, kesernyős ízű, kellemes illatú fűszer. Minél több napsugárzás éri, annál intenzívebb lesz az aromája. Kereskedelmi forgalomban szárított formában kapható. Keserű anyagot, csersavat, illóolajat tartalmaz.

Kolbászfélékhez, levesekhez, főzelékekhez, mártásokhoz, húsokhoz használják.

Étvágygerjesztő, gyomorerősítő, nyugtató, szélhajtó hatású. A majorannából készült tea köhögés, légzési zavarok, és fejfájás enyhítésére alkalmas.



Medvehagyma

A medvehagyma a Mecsekben, és Dél-Dunántúlon honos növény. A liliumfélék családjába tartozik, az erdők aljnövényzetében található meg. Levele ehető, a gyöngyvirághoz hasonló. Ha szedünk medvehagymát, mindenféleképpen vizsgáltsuk be, mert a hasonlóság miatt könnyen szedhetünk gyöngyvirág levelet is, ám a gyöngyvirág levele mérgező! Íze hasonlít a fokhagymáéhoz, de enyhébb ízű. A jellegzetesen erős illatát az ételekhez hozzáadva elveszti, így az ételeinknek egy kellemes aromát ad.

Levesekbe, salátákba, mártásokba, töltelékekbe használják. Készíthetünk belőle lekvárt, és mézet is. Immunrendszert-erősítő és méregtelenítő hatású, a bélrendszer és a gyomor fertőzései ellen alkalmazható, enyhíti a fejfájást és a szédülést, csökkenti a magas vérnyomást, tisztítja a vesét, és a vért. Magas vastartalma van.



Mentalevél

Árvacsalánfélék csoportjába tartozik. A mentának több fajtája ismert: fodormenta, borsmenta, vízimenta, japán menta. A legelterjedtebb a zöldmenta.

Húsokhoz, mártásokhoz, salátákhoz, desszertekhez, fagyaltokhoz használható. A leveléből készítenek teát, illetve koktélokat, és italokat is ízesítenek vele. A mentából készült tea puffadáscsökkentő, görcsoldó, gyomorerősítő hatású, de köhögés és megfázás kezelésére is alkalmas.



Mustármag

A mustármag ősidők óta ismert, és használt fűszer. A magok sárga színűek, gömbölyűek, szagtalanok, enyhén csípős ízűek. A mustármagnak több változata is ismert, fekete, fehér, és sárga mustármag.

Pácokhoz, szószokhoz, halmarinádokhoz, kolbászarukhoz, húsokhoz, uborka és egyéb savanyúságok eltevéséhez használják. A fekete mustármagot a gyógyszer- és konzervipar is felhasználja.

A fehér mustármag fogyasztása magas vérnyomásra, epe- és májbántalmakra, anyagcsere-zavarokra, emésztési panaszokra, felfúvódásokra alkalmas.



Narancsvirág

A Földközi-tenger vidékéről származik, finom, édes illatú. Illóolaja nyugtató, fertőtlenítő, emésztést javító, görcsoldó hatású. Illata kellemes, de kesernyésebb, mint a narancsolaj.

Teába csepegtetve idegesség, fejfájás, álmatlanság kezelésére alkalmas.

Párolgatásba téve alkalmas levertség és depresszió ellen.



Nigella mag

A Földközi-tenger mellékéről származik. Helyenként Közép-Európában is termesztik. Más néven hagymamagnak, és kerti katicavirágnak is nevezik. Illata enyhén a hagymáéra emlékeztet, a magokat megtörve pedig borsra és az oregánóra. Az arab, indiai, és török konyhában fordul elő. Az indiaiaknál az ötfűszerkeverék egyik alkotóeleme, a törököknél pedig a mesir nevű édesség fontos összetevője. Kenyérfélékhez, mártásokhoz, zöldségpástétomokhoz használják. Olaját Ázsiában étolajként is használják. Vérnyomáscsökkentő, immunrendszer erősítő, étvágygerjesztő, gyulladáscsökkentő, memóriajavító hatású.



Oregano

A Földközi-tenger környékéről származik. Szurokfűnek, és vadmajorannának is nevezik. Íze intenzív és fanyar, ezért főzés során óvatosan kell adagolni ételeinkhez. Kereskedelmi forgalomba vágva, vagy morzsolva kerül. Az olaszkonyha jellemző fűszere.

Levesekhez, mártásokhoz, töltelékekhez, pástétomokhoz, paradicsomos, babos, halas ételekhez használják. Megfázás, köhögés, influenza kezelésére alkalmas. Tisztítja a légutakat, enyhíti a tüdőgyulladást is.



Paszternákkocka

Már az ókorban is ismert, és nagyon kedvelt volt. A gyökere a petrezselyemhez hasonló ízű, de valamivel édesebb. Gyökere nagyobbra fejlődik, mint a petrezselyemé, ezért termelése gazdaságosabb. Magas tápértéke miatt a konzervipar is használja. Nyersen, párolva, sütvé, főzve, pirítva, grillezve is fogyasztható. Krémleves, főzelék készíthető belőle, de köretnek is kiváló. A belőle készült tea görcsoldó, és vizelethajtó hatású.



Petrezselyemlevél

A Földközi-tenger vidékéről, és Dél-Európából származik. Mára már az egész világon elterjedt.

Frissen és szárított állapotban levesekhez, főzelékekhez, töltelékekhez, burgonyához, tojásételekhez, húshoz, salátákhoz használjuk. A kész ételekhez kell adni, hogy ne veszítse el vitamintartalmát, és aromáját. Magas vérnyomásra, nőgyógyászati panaszokra, allergiára, és lázra is használható. A petrezselyem zöldje és gyökere vesetisztító, gyomorerősítő, és étvágygerjesztő hatású.



Rozmaring

A rozmaring az olasz és a francia konyha kedvelt fűszere. Dél-Európában honos fűszernövény. Keserű, aromás ízű, kámforra emlékeztető illatú fűszer. A rozmaring könnyen tartható cserépben, vagy kint a kertben. A leszedet leveleket jól zárható edényben, száraz helyen kell tárolni, hogy megőrizze aromáját. Mártásokhoz, vadhúshoz, szárnyas sültetekhez, zsíros húselékekhez, gombás és halételekhez, pácokhoz használják. Átható aromája miatt óvatossá kell adagolni. A rozmaringból készített tea ideg- és gyomorerősítő, görcscsillapító, epehajtó hatású.



Római kömény

Ázsia nyugati területein nagyon kedvelt fűszer. Vékony, sárgásbarna, megnyúlt tojásdad magok. Fanyarabb, csípősebb ízű a konyhai köménynél. Ültetésének idejét a monszun érkezésének ideje határozza meg. Fontos alapanyaga sok fűszerkeveréknek, chutney-nak, chili- és curry-pornak. Serpenyőben megpirítva intenzívebb ízt kapunk. Húshoz, halhoz, lencséhez, csicseriborsóhoz, babhoz, tojásos ételekhez, pácokhoz, zöldségekhez, káposztás ételekhez, kenyér ízesítéséhez, sajtokhoz használják. Magas vastartalma miatt alkalmas a rák megelőzésére, általános állapot javítására. Tüdőgyulladás, köhögés kezelésére alkalmas. Vizelethajtó és görcsoldó hatású.



Rózsabors

Braziliában és Argentínában őshonos. Brazil borsnak, és rózsabogyónak is nevezik. Íze édeskés, hasonlít a borókabogyóéra. Nincs benne piperin, ezért nem csíp. Teljes aromáját a szemek szétválasztásakor kapjuk meg.

Őrölve, vagy mozsárban törve adjuk ételeinkhez. Saláták, szárnyasok, halak, édességek ízesítésére használják. Nagy mennyiségben fogyasztva bőrvizketést, emésztési problémákat, hányingert okozhat.



Sáfrány

Évszázadokon keresztül a Föld legnépszerűbb, legrégebbi, és legrágább fűszereként tartották. Először a rómaiak és az arabok kezdték el termesztani. A sziglice nevű kék virág bibéjéből nyerik. 1 gramm szárított fűszerhez 200 növény bibéjét használják fel, ezért a világ legrágább fűszere. Szálakban, vagy por formájában árusítják. Ételek ízesítésére, színezésére használják. Fontos összetevője a paellának, milánói rizottónak és a sáfrányos süteményeknek, szószoknak, mártásoknak. Görcsoldóként, emésztési zavarok ellen, köhögés ellen használják. Csökkenti a koleszterinszintet, jótékony hatással van a szív- és érrendszeri betegségekre.



Sáfrányos szeklice

Afrikából származik, de nálunk is több helyen termesztik. Más néven magyar pirositónak, vagy magyar sáfránnak is nevezik. Nyíláskor a virága narancsszínű, megszáradás után pedig lángvörös lesz. Íze kesernyős, illata gyenge. Fűszerként a fészekből kiszedett szirmokat használják.

Festékanyagnak is használják. Két festőanyaga van, az egyik a vízben oldódó safflorsárga festékanyag, a másik pedig a vízben nem oldódó safflórörös festékanyag. Tészták, húskeverékek, mártások, rizsételek, sajtok, sütemények, gyógyteák, borok ízesítésére és színezésére használják. Színezőanyagként főleg a borászatban és a gyógyszerészetben használják. A szín és a hatóanyag megvédése miatt jól zárható, nem átlátszó üvegben kell tárolni.

Csökkenti a magas vérnyomást, segít a vércukorszint szabályozásában, tisztítja a májat és az epét. A népi gyógyászatban a sáfrányos szeklicéből készült teát erős köhögés, és fulladás ellen használták.



Snidling

Metélőhagyma, vagy pázsithagyma néven is ismert. Szinte minden háziasszony fűszerkertjében megtalálható fűszernövény. Íze frissen a hagymáéra, és a fokhagymáéra emlékeztet. Bab-, burgonya-, borsó-, uborka-, burgonya-, francia-, hús-, és virslisalátába használják. Húsleveshez, sültetkhez, halakhoz, tojáskételekhez, sajtokhoz, mártásokhoz is kiváló. Diétás ételekhez is fogyasztható.

Főzéskor a zsege, finom íze elillan, ezért csak nyersen, frissen szedve, finomra vágva használjuk. Szárítva hosszú ideig eltartható és tárolható, mert felveszi az étel nedvességtartalmát.

Gyomorerősítő, és étvágygerjesztő hatású. Magas C-vitamin, és vastartalma van.



Szecsui bors

A szecsui borsot más néven japán borsnak is nevezik. Ázsia egész területén termesztik. Nevével ellentétben nem a borsfélék, hanem a rutafélék családjába tartozik. Fűszerként a terméshéjat használják, ami csipős és aromás ízű, citromos illatú. Gyakran keverik gyömbérrel és csillagánizzsal. A kínai ötfűszerkeverék egyik alkotóeleme. Érdekessége a szecsui borsnak, hogy egy időre kellemesen elszibbasztja a nyelvet. Csak kis mennyiségben használjuk, mert nagy mennyiségben fogyasztva mérgező.

Jól záródó hűvös, sötét helyen tárolják.

A termés héja emésztést serkentő, vizelethajtó, méregtelenítő hatású. A levél kivonata izomlazító, gyulladáscsökkentő, koleszterincsökkentő, idegrendszer védő hatású.



Szegfűbors

Nyugat-Indiában, Közép-Amerikában és Jamaicában honos fa bors nagyságú termése. Íze a borséra, illata pedig a fahéj és a szegfűszeg keverékéhez hasonlít. Kereskedelmi forgalomba egészben, és őrölve is megtalálható.

Pácokhoz, szószokhoz, vagdalt húshoz, pástétomokhoz, halételekhez, húsarukhoz, és kolbászarukhoz használják. Enyhébb hatása miatt a borsérzékenyek és a diétázók is fogyaszthatják. Likőröket és szeszes italokat is ízesíthetünk vele.

Erős aromája miatt keveset kell belőle használni, mert könnyen elnyomja más fűszerek ízét, és illatát. Jól elzárva tartandó. A szegfűborsból készült tea felfúvódás és gyomorgyengeség kezelésére alkalmas.



Szegfűszeg

A szegfűszeg az egyik legrégibb és legkedveltebb aromájú fűszer. A 12-20 méter magasra megnövő fa ki nem nyílt bimbóit fiatalon leszedik, majd a napon megszárazítják. Így kapja barnás színét. Kellemes, fűszeres illatú, de kesernyés, kisé égető ízű. A fűszerek közül a szegfűszeg tartalmazza a legtöbb illóolajat. A jó minőségű szegfűszeg szétnyomva olajat enged, vízbe téve pedig lesüllyed, vagy fejjel lefelé helyezkedik el.

Befőttek, kompótok, szószok, savanyúságok, sültetk, vörös és savanyú káposzták ízesítésére használják. Örölve méz-eskalácsba, és fűszeres tésztákba adják. Fahéjjal kombinálva a forralt borokat is ízesíthetjük vele. Olaját az illatszert és likőrpárbant használják fel. Görcsoldó és fogfájást csillapító hatása van.



Szerecsendió

A szerecsendió az Indonéz szigeteken őshonos 20 m magasra is megnövő örökzöld fa termése. Kellemesen aromás, de erős fűszer, ezért óvatosan kell használni. A termésből kifejtett magot szárítva, egészbe, vagy őrölve használjuk.

Indiában a garam masala keverék egyik összetevője. Az indiaiak főleg az édességek ízesítéséhez használják a szerecsendiót. Az európai konyhában hús és zöldséglevesekhez, mártásokhoz, burgonyás ételekhez, főzelékekhez, vagdalt húshoz, halakhoz, és vad ételekhez használják. Süteményekhez adagolva mérsékelten használjuk, mert csípőssé teheti.



Szerecsendió virág

Az eredetileg élénkpiros maglepel szárításkor elveszíti élénk színét, de erős íze megmarad. Kisebb tömegének köszönhetően értékesebb a szerecsendió magjánál. Íze és illata emlékeztet a szerecsendió magjára, de annál jóval aromásabb. A sáfrányhoz hasonlóan szép, aranylós színt kölcsönöz ételeinknek.

Húslevesekhez, tejszínes levesekhez, szárnyasokhoz, húsos ételekhez, desszertekhez, forró csokoládéhoz használják. A szerecsendió virágot három osztályba sorolják. Az első osztályú virágot használják fűszernek, a második és harmadik osztályú virágot pedig tartósítószerkezhöz, és kozmetikai szerekezhöz használják fel.



Tarkabors

A tarkabors válogatott borsszemek keveréke. Fekete, fehér, zöld, és a rózsabors keveréke. A fekete bors napon szárított fűszer, a fehér bors az érett héj nélküli mag. A zöld borsot ugyan akkor szedik, mint a feketét, de ecetes, vagy sós lében pácolják. A rózsabors édeskés ízű fűszer.

Levesekhez, sültékhöz, halhoz, gombához, salátához, tésztához, pörköltökhöz, burgonyás ételekhez használják. A tarkabors nagyon kedvelt fűszer, mivel gyakorlatilag mindenhez illik.



Tárkonylevél

A tárkony Ázsiából, és Távol-Keletről származik, sokáig a kígyómarás gyógyítására használták. Kesernyésen csípős ízű, jellegzetesen fűszeres illatú konyhanövény. Az erdélyi és a francia konyha egyik jellemző fűszere. Frissen, vagy szárítva használják.

Levesekhez, főzelékekhez, ragukhoz használjuk. A burgonya, zöldborsó, és a zöldbab főzelékeket is ízesíthetjük vele. A tárkonyt a diétázók is kedvelik.

Tárkonyecetet is szoktak belőle készíteni. A tárkonyfűre annyi ecetet kell önteni, hogy ellepje, hagyni kell néhány napig, hogy átvegye a tárkony illatát, majd le kell szűrni. Az elkészült ecettel a korábban felsorolt ételeket lehet ízesíteni. A provence-i fűszerkeverék, és a mustárnak fontos alapanyaga. Adagolásával óvatosan kell bánni, mert erős aromája miatt elveheti az étel igazi ízét.

A tárkonyból készült tea vesetisztító, epehajtó, és étvágyfokozó hatású. Magas vérnyomás ellen is fogyasztják.



Turbolya

A turbolya a francia konyha kedvelt fűszere, de már a rómaiak is használták. Illata az ánizsra emlékeztet, íze édeskés, levele a petrezselyem zöldjéhez hasonlít. Íze bár eltér a petrezselyemtől, a hasonlóságok miatt édes petrezselyemnek is nevezik.

Baromfi ételekhez, mártásokhoz, báránsültekhez, zöldség és csontleveshez, gombás, és tojásételekhez használják. Kora tavaszi, zenge hajtásaiból salátát is készítenek. Később a levelek rágóssá, és keserűvé válnak. A turbolya vértisztító és gyomorerősítő hatású, összetörve zúzódások és vérálfutások kezelésére alkalmas. Teája emésztőszervi-, légző-, vese-, és hólyag megbetegedések ellen használják.



Wasabi őrlött

Japánban, Ázsia vizes élőhelyein vadon nő, más néven vizitormának is nevezik. Világos színű gyökér, japánban is igen drága. Kellemesen csípős, aromás fűszernövény. Kereskedelmi forgalomban por alakba, vagy tubusos krém formájában kapható. A wasabigyökér a mustár, káposztafélék, és a torma rokona.

Szushihoz, nyershalas ételekhez, és még sok más japán ételhez használják. Fogyasztása jó hatással van az emésztésre, fertőtlenítő hatású.

Wasabi por használata:

A wasabi port és a vizet: arányban keverjük össze, majd 10 percig hagyjuk állni, hogy az aromák kibontakozhassanak. Egyszerre mindig csak annyit készítünk, amennyit azonnal el is fogyasztunk.



Zellermag

Dél-Európában elterjedt, közismert konyhanövény. Levelét, magját, és gumóját szokták felhasználni.

Levesekben, salátákban, főzelékekben, mártásokban, hús- és tojásételekben használják. Fogyasztható nyersen is. Az ételekbe rakva óvatosan kell bánni vele, mert fanyar íze hamar elnyomhatja más ételek ízét. A diétázók előszeretettel használják, mert a fűszertelen ételeknek ízt ad.

Idegerősítő, és nemi hormonképző hatása van. A zeller-gyökért krémlevesek alapanyagaként, mártások ízesítésére, salátákhoz, illetve köretekhez használják. A zellermag különleges, erős aromája különleges ízt ad a savanyúságoknak. Húsok, vadhúsok pácolásához, sós süteményekben kömény-mag helyett is használható.



Zöld kardamom

A zöld kardamom mag Közel-Keleten és Indiában ismert, és népszerű fűszer. A kardamom külső héja nem túl aromás, apró magokat tartalmaz. Az apró magoknak erős, intenzív ízük van. A zöld hüvelyek rés és hasítás nélküliek, így az ízeket remekül megőrzik. Jól záródó üvegben a kardamom hüvelyek gyakorlatilag örökre frissek maradnak.



Zsálya szárított zöldfűszer

A Földközi-tenger mentéről származik, kesernyésen aromás ízű fűszernövény. Már a középkorban is kedvelt fűszer, valamit gyógynövény volt. Kereskedelmi forgalomban szárított, aprított formában található meg. A szárított zsályát jól zárandó edényben kell tartani. Szárított leve a ruhák közé rakva rovarűzőként is alkalmas.

Kacsához, libához, pulykához, vadhúsokhoz, töltelékekhez, halakhoz, pástétomokhoz, sajtokhoz, és főtt tésztákhoz használható.

A zsálya forrázata torokgyulladás, szájbetegségek, kezelésére alkalmas. Belsőleg hatva pedig bélhurut, és izzadás ellen nagyon jó hatású. A zsálya levele segít a bőrön lévő foltokat halványítani.



FŰSZER ÉS FŰSZERKEVERÉK LEXIKON

A kiadvány a Fűszeráruház kínálata alapján készült.
A tartalma szabadon felhasználható, szerkeszthető a forrás feltüntetésével.

Fűszeráruház

Kecskemét, Wesselényi u. 5.
www.fuszeraruhaz.hu

A kiadvány a Fűszeráruház kínálata alapján készült.
A tartalma szabadon felhasználható, szerkeszthető a forrás feltüntetésével.

Fűszeráruház

Kecskemét, Wesselényi u. 5.
www.fuszeraruhaz.hu

FÜSZERKEVERÉKEK

Aglio Olio fűszerkeverék

Az aglio olio fűszerkeveréket bátran ajánljuk olasz ételek, mártások, szószok, raguk készítéséhez.

Összetétel:

chili, fokhagyma, petrezselyem



Almáspite fűszerkeverék

Finom fűszerkeverék, almás, gyümölcsös sütemények, és piték készítéséhez. A benne lévő fahéj remekül kiemeli az alma ízét.

Összetétel:

fahéj, szegfűszeg, szegfűbors



Argentín fűszerkeverék

Sertés és marhahúsból készült ételek ízesítésére, grillezéshez, roston sütéshez, és pácoláshoz ajánlott. Kiváló még a mexikói ételek elkészítéséhez is.

Összetétel:

só, fokhagyma, oregano, feketebors, cayenne bors



Azték fűszerkeverék

Idézzé fel az ősi Mexikó ízeit ezzel az azték fűszerkeverékkel. Az európai konyhára nagy hatással volt az azték konyha fűszerezése. Sertés és marhahúsból készült ételek ízesítésére, grillezéshez, roston sütéshez Használhatjuk a húsok pácolásához. Mexikói jellegű ételek kihagyhatatlan fűszerkeveréke. Az aztékok kukoricából készült ételek, különféle húsok, vadhúsok, halak, gombafélék, cukkini ízesítésére használták.

Összetétel:

tengeri só, bors, vöröshagyma, paprika, fokhagyma, koriander, mustármag, petrezselyem, kakukkfű



Ázsiai saláta fűszerkeverék

Dobjon össze egyszerűen és gyorsan egy finom salátát. Csak szórja ezt az inycsiklandozó fűszerkeveréket a saláta alaphoz, és már kész is.

Az elkészült ázsiai salátát fogyaszthatja főételként, vagy köretként is húsokhoz.

Összetétel:

bazsalikom, mentalevél, mogoró, korianderlevél



Bárány fűszerkeverék

Szeretne egy igazán finom báránysültet készíteni? Próbálja ki ezt a kifejezetten bárányhússal készült ételek ízesítéséhez összeállított bárány fűszerkeveréket.

Összetétel:

tengeri só, vöröshagyma, tárkony, szegfű, bazsalikom, majoranna, kakukkfű, feketebors, babér, petrezselyem, rozmarin



Barbecue fűszerkeverék

Nagyon népszerűek a barbecue fűszerkeverékek, Észak-Amerikából ismertek.

Használhatjuk szárnyasok, marha, és sertéshúsok ízesítéséhez. Egyaránt alkalmas pácoláshoz, és utólagos ízesítéshez is. Sütés, illetve grillezés előtt ajánlott 1-2 nappal bepácolni vele a húst, és lefedve hűtőszekrényben érlelni.

Összetétel:

tengeri só, paprika, majorana, rozmarin, zeller, kömény, curry, fokhagyma, füstsó



Cajun fűszerkeverék

A tex-mex és a kreol konyha egyik legismertebb étele a cajun. Kellemes, aromás fűszerkeverék. Ennek elkészítéséhez ajánljuk a cajun fűszerkeverékünket. A hagyományos összetevők segítségével egyszerűen és gyorsan készíthetünk sertés, vagy marhahúsból készült grill ételeket, rostonsülteket. Kiváló még a hal, és csirke sütéséhez is.

A cajun fűszerkeveréket húsokhoz magába, bedörzsölve, olajjal elkeverve, borban, ecetben, illetve tömény alkoholba elkeverve is használható.

Összetétel:

só, fokhagyma, hagyma, kakukkfű, oregano, bors, mustármag, római kömény, chili



Chili con carne fűszerkeverék

A chili con carne, vagyis a chilis bab egy közkedvelt, mexikóinak tartott étel. Eredetileg az Egyesült Államok déli területein készítették. Régen a szegények ételének tartották.

Könnyen elkészíthető, kiadós és ízletes étel. Kezdő „szakácsok” is sikerrel elkészíthetik.

Összetétel:

tengeri só, paradicsom, chili, fokhagyma, hagyma, paprika, oregano, római kömény, bors



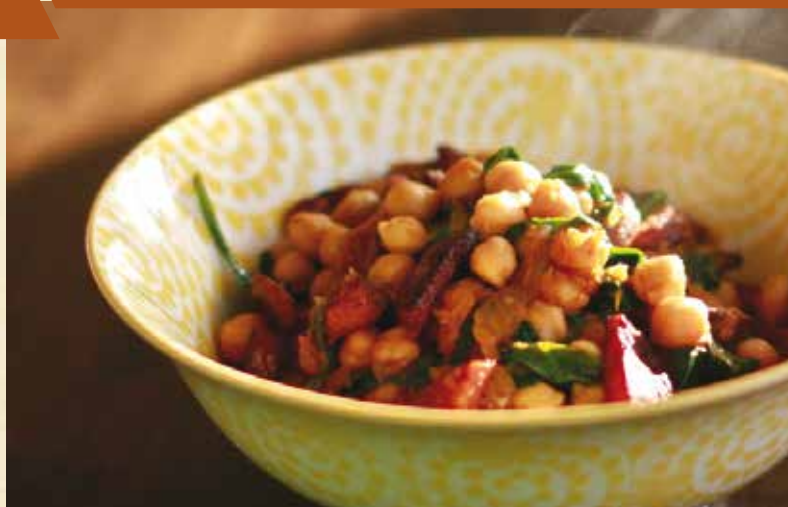
Chorizo fűszerkeverék

A chorizo a mexikói és a spanyol, főként az asztúriai konyha egyik jellegzetes kolbászterméke, amely nagyon hasonlít a magyar füstölt kolbáshoz.

Disznóhúst és zsírt darálnak egybe, majd ezt paprikával, fokhagymával, vöröshagymával, egyéb fűszerekkel ízesítik. Bélbe, vagy gyomorba töltik, és megfűstölik. Mexikóban a chorizónak több ezer receptje van. „Ahány ház, annyi szokás.” Próbálja ki ezzel a fűszerkeverékkel is.

Összetétel:

őrölt chili paprika, római kömény, bors, fokhagyma, további fűszerek és adalékok



Curry csípős fűszerkeverék

A curry világszerte egyre kedveltebb étel lett. Ennek egyszerű elkészítéséhez ajánljuk ezt az eredeti recept szerint készült különleges fűszerkeveréket.

Összetétel:

kurkuma, koriander, görögszénamag, sárgarépa, tengeri só, gyömbér, chili, mustármag, római kömény, cayenne bors



Curry madras indiai fűszerkeverék

A curryt leggyakrabban az indiai konyhával azonosítjuk. Más azonban az indiai, és más a nyugati kultúrában. Indiában minden szakácsnak megvan a saját curryje. Ezeket frissen készítik, és általában tartalmaz koriandert, görögszénát, római köményt, chillit, kurkumát, fokhagymát, kardamont, fokhagymát, gyömbért, édesköményt és szegfűszeget. Nyugaton a curry sárga keveréket jelöl, por formájában használják. A curry Európában a 17-18. században terjedt el. A curry lehet sárga, zöld, piros. Az eredeti keverékben nem volt chili. Ezért létezik egyáltalán nem csípős, enyhe, és csípős változatai. Mártásos, szószos egytálételekhez ajánlott. Ezek készülhetnek húsos, zöldséges, vagy halas változatban. A sokféle fűszer miatt egy kevés is elég az ízesítéshez.

Összetétel:

kurkuma, koriander, görögszénamag, sárgarépa, tengeri só, gyömbér, chili, mustármag, római kömény, cayenne bors



Cseréptálban sült fűszerkeverék

Marha és sertéshúsból készült ételek ízesítésére ajánljuk. Jól használható pácoláshoz, roston sütéshez, és grillezéshez is.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, pritámpaprika, fokhagyma, bazsalikom, kömény, turbolya, lestyán, majoranna, zsálya, petrezselyem, tárkony, bors, babér



Csevapcsicsi fűszerkeverék

A csevapcsicsi többféle darált hús keverékéből az igazi. Ujjnyi rudacskákat formázva belőle süthetjük grillen, vagy serpenyőben is. Ha nem rudacskákat, hanem kis lepényeket készítünk a masszából, akkor kapjuk belőle a pleskavicát. A csevap mellé hagyományosan darabolt lila vagy vöröshagymával tálaljuk.

Összetétel:

só, vöröshagyma, fokhagyma, fehérbors, majoranna, kakukkfű, petrezselyem



Csirkekirály fűszerkeverék

Csirkehúsból készült ételek ideális kiegészítője, legyen az sült, főtt, vagy párolt.

Összetétel:

tengeri só, rozmaring, fokhagyma, zsálya, majoranna, tárkony, zöldségek



Csirkesaté fűszerkeverék

Kelet-Ázsia és Délkelet-Ázsia ízei egy csomagban.

Ázsiai ételek alatt általában Kelet, Délkelet-Ázsia országainak a konyháját értelmesszük, azaz Hong-Kong, Thaiföld, Tajvan, Indonézia, Szingapúr, Vietnám, Fülöp-szigetek, Dél-Korea, Malajzia, Kína

Összetétel:

barnacukor, citrompor, fokhagyma, kókuszreszelék, feketebors, indiai citromfű, limelevél, korianderlevél, kurkuma



Csodagrill fűszerkeverék

Agrillfűszer nemcsak aszabadtéri sütés során nélkülözhetetlen, de kitűnő zamatot ad a sütőben sült pecsenyének is.

Sertéshúsok, marhahúsok, esetleg halak remek fűszere grillezésnél, roston sütésnél illetve pácoláshoz egyaránt.

Összetétel:

tengeri só, bors, hagyma, paprika, petrezselyem, bazsalikom, rozmarin, kakukkfű, majoranna, zeller, szegfűbors, koriander, zsálya



Fajita fűszerkeverék

A jellegzetes mexikói húsok fűszerkeveréke.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, fokhagyma, paprika, oregano, curry, bors, cayenne bors, koriander, bazsalikom, kukoricakeményítő



Fasírt fűszerkeverék

Agrillfűszer nemcsak aszabadtéri sütés során nélkülözhetetlen, de kitűnő zamatot ad a sütőben sült pecsenyének is.

Sertéshúsok, marhahúsok, esetleg halak remek fűszere grillezésnél, roston sütésnél illetve pácoláshoz egyaránt.

Összetétel:

tengeri só, bors, hagyma, paprika, petrezselyem, bazsalikom, rozmarin, kakukkfű, majoranna, zeller, szegfűbors, koriander, zsálya



Flecken fűszerkeverék

Sertéshúsból készült ételek finom ízesítéséhez.

Keverjük el olajban a fűszerkeveréket, majd pácoljuk be vele a hússzeleteket. Sütve, és grillezve is kiváló.

Összetétel:

tengeri só, kömény, hagyma, fokhagyma, feketebors



Forralt bor fűszerkeverék

Forralt bor fűszerkeverék a hideg téli estékre. Készíthető száraz, édes, fehér, vagy vörös borból.

A forralt bor előnye, hogy a gyengébb minőségű borból is finom italt lehet készíteni egy kis fűszerrel, és némi ízesítéssel.

Összetétel:

fahéj, szegfűszeg, szerecsendió virág, gyömbér, hibiszkusz



Fűszervaj fűszerkeverék

Szeretne egy puha, omlós steaket? Vagy egy kis zamatos sült húsról vágyik?

Készítsen egy különleges fűszervajatezzel a fűszerkeverékkel. Keverje ki vajjal, és kenje be vele a húsokat, akár sütés közben is.

Összetétel:

tengeri só, zöldségkeverék, hagyma, fokhagyma, kakukkfű, majoranna, petrezselyem

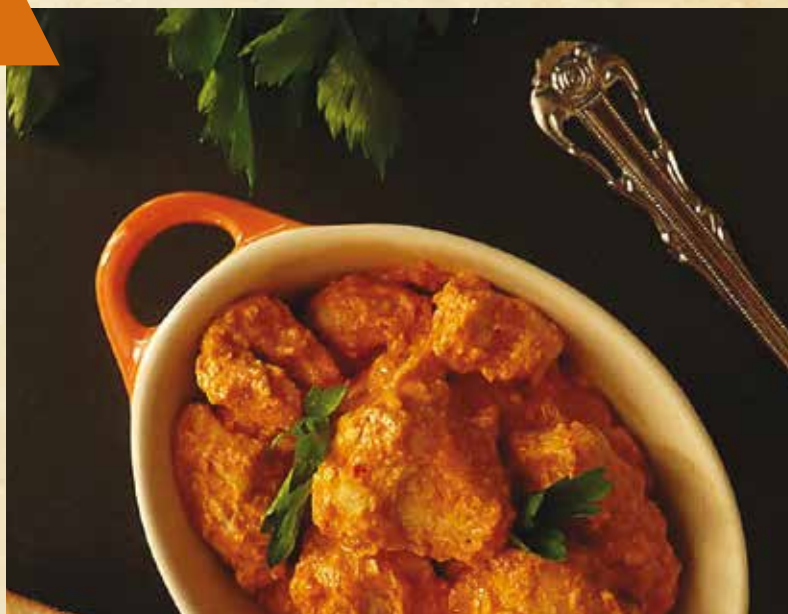


Garam masala őrölt, kicsi

A Garam masala a „meleg” fűszerek közé tartozik. Az Ayurvéda szerint, a „meleg” fűszerek növelik a test belső melegét, a „hideg” fűszerek pedig segítenek csillapítani ezt a belső meleget. A főzés vége felé szokták az ételekhez adni. Zöldséges ételek elkészítéséhez javasolt.

Összetétel:

koriander, római kömény, pimento paprika, szerecsendió, feketebors, kardamon, szegfűszeg, édeskömény, babérlevél



Grillpác báránnyhoz

Báránhúsból készült húseletek grillezéshez és pácolásához ajánljuk ezt a fűszerkeveréket.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, tárkony, szegfűbors, bazsalikom, majoranna, feketebors, babér, kakukkfű, petrezselyem, rozmarin



Grillpác tuniszi fűszerkeverék

A tuniszi grillpácot elsősorban sertés és marhahúsból készült ételek ízesítésére, roston sütéshez, grillezéshez, és pácoláshoz ajánljuk.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, fokhagyma, chili, fahéj, bors, petrezselyem, szegfűbors, római kömény



Grillzöldség fűszerkeverék

A grillzöldség fűszerkeverék kiváló ízesítője minden roston, nyárson, vagy grillen sült zöldségeknek.

Összetétel:

só, barnacukor, hagyma, rozmarin, bazsalikom, borsikafű, kakukkfű, fokhagyma, tárkony



Gulyás fűszerkeverék

A magyaros ételek, főképpen a gulyásleves és a pörkölt alapfűszere.

Hogyan készül a jó gulyás?

Ismerősök és barátok véleménye szerint, a jó gulyás hátszínből készül. Legalább annyi zeller van benne, mint krumpli. Tegyük bele sok lestyánt, és karamellizáljunk bele cukrot.

Összetétel:

tengeri só, paradicsom, paprika, hagyma, kömény, zöldségek, burgonyapehely, fokhagyma



Gyros fűszerkeverék

A gyros egy forgatásos eljárással készített görög húsétel, amely valószínűleg az Oszmán Birodalomból származik. A szó eredeti verziója, a török döner („forgó”) szóra vezethető vissza. A gyros ennek a tükörfordítása.

A gyrost gyakran pitában tálalják szendvicsként, ilyenkor különböző zöldségekkel és öntetekkel ízesítik.

Összetétel:

tengeri só, oregano, paprika, fokhagyma, bazsalikom, bors



Hagymamix

Szereti a hagymát? Hagymát hagymával enne? Akkor pontosan Önnek való ez az egyedi hagymamix.

Kenyérfélék készítéséhez is kiváló. Ötféle finom, szárított hagyma egy zacskóba összezárva. Próbálja ki!

Összetétel:

vörshagyma, snidling, fokhagyma, póréhagyma, medvehagyma



Harissa arab fűszerkeverék

A harissa Tunéziában használt csípős chilis fűszerkeverék, ami gyakran paszta alakban kapható. Az észak-afrikai konyha kedvelt ízesítője, főleg kuskuszokhoz és tagine-okhoz használják, másfelől asztali fűszer. Kínálatunkban őrölt fűszerkeverékként találja meg.

Hogyan készíthet belőle mégis egyszerűen hagyományos pasztát? Tegyen hozzá mozsárban zúzott, vagy darabolt chilit ízlés szerint. Ezután csurgasson hozzá extra szűz olívaolajat folyamatosan adagolva, és kevergetve. Máris kész a hagyományos harissa.

Összetétel:

koriander, tengeri só, chili, paprika, fokhagyma, menta, római kömény, kömény



Jamaikai steak fűszerkeverék

A jamaikai konyha alap ízei egy fűszerkeverékben. Kiváló ízesítője húsoknak és halaknak.

A jamaikai steak fűszerkeverék a „jerk”, az egyik legtipikusabb jamaikai fűszer alapösszetevőin túl, azokhoz harmónikusan illeszkedő fűszerek egyvelege.

A „jerk” egyébként jellegzetes, helyi fűszerekből készült keverék, melyet húsok pácolásához használnak.

Összetétel:

só, barnacukor, hagyma, fokhagyma, korianderlevél, majoranna, bors, petrezselyem, fahéj, szerecsendió, szegfűbors, kakukkfű, snidling, chili



Kacsasült fűszerkeverék

A kacsasült fűszerkeveréket ajánljuk egyéb szárnyas húsból sült ételek ízesítésére is.

Összetétel:

tengeri só, paprika, hagyma, curry, petrezselyem, bors, zsálya, kakukkfű, oregano, rozmaring, szerecsendióvirág



Kebab fűszerkeverék

A kebab arab eredetű húsétel. Általában birkahúsból készül, és erősen fűszerezett. Nyársra, vagy pálcikára húzva, nyílt tűzön sül. Hagymával kínálják.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, fokhagyma, korianderlevél, koriander, bors, chili, gyömbér, római kömény, szerecsendió



Keksz fűszerkeverék

A keksz fűszerkeveréket használja bátran sütemények, gyümölcssaláták ízesítésére.

Összetétel:

fahéj, szegfűszeg, szegfűbors, koriander, szerecsendió, csillagánizs, gyömbér



Kínai fűszerkeverék

A kínai ételek ízesítője. Remek kiegészítője húsos és zöldséges ételeknek egyaránt.

Összetétel:

só, paprika, hagyma, gyömbér, curry, koriander, petrezselyem



Kínai hétfűszer fűszerkeverék

A kínai ételek jellegzetes fűszerkeveréke. Használható halakhoz, húshoz, zöldségekhez és rizses ételekhez.

Összetétel:

fahéj, csillagánizs, szegfűszeg, édeskömény, szecsuáni bors, gyömbér, kardamon



Kínai ötfűszer fűszerkeverék

A rendkívül jellegzetes, eltéveszthetetlen ízű fűszerkeverék Kína déli részéről származik, évszázadok óta használják.

Csillagánizs, édeskömény, szegfűszeg, szecsuáni bors és fahéj (pontosabban annak egy változata, a cassia) alkotja, néha kerül hozzá gyömbér, esetleg édesgyökér.

Az öt fő alkotóelem- az ellentétek komplementaritását hangsúlyozó jin-jang elmélethez hűen- harmónikusán illeszkedik: savanyú, édes, keserű és sós hatások kerekítik egymást.

Összetétel: csillagánizs, fahéj, szegfűszeg, ánizs, édeskömény



Kínai wok fűszerkeverék

Egyszerű és gyors főzés a wokban. Kiváló húsos, tésztás és zöldséges ételekhez. Ehhez ajánljuk ezt a fűszerkeveréket.

Összetétel:

koriander, fahéj, édeskömény, szegfűszeg, gyömbér, kapormag, ánizs, csillagánizs



Köménymagos sertéssült fűszerkeverék

Egy tradicionális sertéssült fűszerkeverék grillezéshez és roston sütéshez. De használhatja a húshoz pácolásához is.

Összejövetelek, közös sütögetések alap fűszerkeveréke.

Összetétel:

tengeri só, kömény, fokhagyma, zöldségliszt, feketebors, koriander, hagyma



Lazac steak fűszerkeverék

Egy fantasztikus fogás gyorsan, egyszerűen a lazac steak fűszerkeverék segítségével. Tengeri halak elkészítéséhez ajánljuk.

Összetétel:

só, fehérbors, zöldbors, kurkuma, citrompor, mustármag, curry, citromhéj, kapor, petrezselyem, fokhagyma



Magyaros fűszerkeverék

A magyaros ízek, magyaros ételek kedvelőinek ajánljuk ezt a fűszerkeveréket. Jellegzetes magyar fűszerek, fűszernövények fűszerkeveréke. Használható pörkölteket, gulyásokat, sültéket készítéséhez.

Összetétel:

tengeri só, paprika, vöröshagyma, fehérbors, fokhagyma, bazsalikom, tárkony



Magyaros grillpác fűszerkeverék

Ezt a finom és látványos fűszerkeveréket sertés és marhahúsból készült ételek ízesítésére, grillezésére, roston sütéshez és pácoláshoz ajánljuk.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, pritaminpaprika, paprika, fokhagyma, bors



Marokkói csirke fűszerkeverék

Szárnas ételek elkészítéséhez ajánljuk ezt a karakteres, arab fűszerkeveréket.

Összetétel:

só, fokhagyma, római kömény, fahéj, paprika, gyömbér, koriander, szegfűszeg, cayennebors, sáfrányos szeklice



Marokkói fűszerkeverék

Egy különleges ízvilágú fűszerkeverék az arab ízek kedvelőinek. Ez a marokkói fűszerkeverék, kiváló ízesítője lehet arabos jellegű sültnek, grillezett húsnak és zöldségeknek, valamint a jellegzetes marokkói egytálételeknek is.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, fokhagyma, chili, fahéj, bors, petrezselyem, szegfűbors, római kömény



Mediterrán fűszerkeverék

Szeretne egy könnyed nyári vacsorát? Vagy egy finom salátát?

Próbálja ki ezt az igazi mediterrán ízvilágot, mely még az illatával is a nyarat idézi.

Összetétel:

tengeri só, fehérbors, zöldbors, kurkuma, citrompor, mustármag, curry, citromhéj, fokhagyma, kapor, oregano, rozmaring, kakukkfű, bazsalikom, tárkony



Memphisi oldalas fűszerkeverék

Amerikai ízek sertés-vagy marhaoldalásba oltva. Az amerikai konyha, sőt az úgynevezett tex-mex konyha a mexikói konyhával mutat rokonságot, ám az ételek kevésbé csípősek és gyorsabban elkészíthetőek, mint az eredeti mexikói változat.

Összetétel:

barnacukor, só, bors, paprika, mustármag, hagyma, fokhagyma, kömény, chili, zeller, oregano



Mexicana Mix fűszerkeverék

A Mexicana Mix fűszerkeverék jól használható sertés és marhahúsból készült ételek ízesítéséhez, grillezéshez, roston sütéshez és pácoláshoz.

Összetétel:

paprika, bors, sárgarépa, chili, vöröshagyma, koriander, mustármag



Mézessütemény fűszerkeverék

Készítse el egyszerűen és gyorsan a téli, karácsonyi időszak legkedveltebb süteményét.

Fűszerkeverékünk a tradicionális összetevőket tartalmazza.

Összetétel:

fahéj, szegfűszeg, szegfűbors, koriander, szerecsendió, szerecsendióvirág



Milánói mártás és pizzaszós alap

Szeretne egyszerűen és gyorsan valami olaszosat főzni? Próbálja ki ezt a nagyon paradicsomos alapú fűszerkeveréket. Elsősorban olaszos tészták, rakott és csőben sült zöldségek, lepények készítéséhez ajánljuk. De használhatja paradicsomos hidegmártásokhoz is.



Mucho Macho fűszerkeverék

Sertéshúsok és marhahúsok kiváló fűszere grillezéshez, roston sütéshez, vagy akár pácoláshoz.

A mexikói konyha remek kiegészítője.

Összetétel:

tengeri só, bors, chili, hagyma, petrezselyem



Nasi goreng fűszerkeverék

Indonézia és Délkelet-Ázsia rizségeinek jellegzetes fűszerkeveréke. A Nasi goreng (sült rizs) egy igazán különleges, illatos rizsétel. Elkészítéséhez ajánljuk ezt a nagyszerű fűszerkeveréket. Már csak egy kis jázminrizs és illatos gomba hiányzik hozzá...

Összetétel:

vöröshagyma, só, paprika, paradicsom, zöldségkeverék, kurkuma, koriander, snidling, póréhagyma, gyömbér, fokhagyma, római kömény, zeller



Olasz zöldfűszerkeverék

Az olasz fűszerkeveréket használhatjuk szószok, mártások, és húsok ízesítésére is.

Jellegzetes mediterrán fűszerek keverékéből készült.

Összetétel:

oregano, bazsalikom, kakukkfű, rozmaring, majoranna, borsikafű, zsálya



Ördöghozta csirke fűszerkeverék

Egy igazi, különleges fűszerkeverék a különleges csirke ételek kedvelőinek. Ezt az egyedi fűszerkeveréket használhatja sütéshez, pácoláshoz, utólagos ízesítésre is.

Összetétel:

tengeri só, pritamin paprika, bors, fokhagyma, petrezselyem, curry, majoranna, chili, rozmaring



Örmény fűszerkeverék

Sertéshúsból, bárányhúsból, és kecskehúsból készült ételek ízesítésére, grillezéshez, roston sütéshez ajánlott.

Összetétel:

paprika, curry, fokhagyma, tengeri só



Paella spanyol fűszerkeverék

Szeretne egy igazi spanyol rizses ételt főzni? Ezzel a paella fűszerkeverékkel egyszerűen és gyorsan elkészítheti a méltán híres spanyol paellát.

Összetétel:

vöröshagyma, paradicsom, pritamin paprika, cayennebors, petrezselyem, sáfrány



Pástétom fűszerkeverék

Egy igazán különleges, fűszeres keverék pástétomok készítéséhez, ízesítéséhez.

Összetétel: gyömbér, szerecsendió, szegfűbors, fehérbors, koriander, fahéj, babér



Pastrami fűszerkeverék

Különleges fűszerkeverék patrami készítéséhez. Ha szereti a szendvicseket, ez a fűszerkeverék kihagyhatatlan a konyhából.

Összetétel:

koriander, oregano, bors, majoranna, paprika



Piri-piri fűszerkeverék

Kiválóan ízesíthető vele minden roston, nyárson, grillen sültött illetve párolt hús.

Pikáns, tüzes íze kiváló sertéshez, szárnyasokhoz, és halakhoz.

Összetétel:

chili, fokhagyma, limelevél, oregano, tengeri só, citrompor.



Pulyka fűszerkeverék

A pulyka fűszerkeveréket elsősorban pulyka, és szárnyasokból készült sültékek fűszerezéséhez, pácolásához ajánljuk.

A pulyka sütésénél ügyeljünk arra, hogy a hús ne száradjon ki. A finom és omlós pulykasült titka a megfelelő elkészítésben rejlik. Ezután már magától elkészül a sütőben. Néha azért locsoljuk meg a kisült saftjával.

Összetétel:

tengeri só, paprika, feketebors, fokhagyma, majoranna, gyömbér, mustármag, rozmaryn, kakukkfű



Provence grillpác fűszerkeverék

Ugye máris érzi a levegőben szálló kakukkfű, levendula és olíva illatát? Sétáljon végig a levendulaúton ezzel a fantasztikus fűszerkeverékkel, és idézze fel Provence illatát!

Összetétel:

bazsalikom, kakukkfű, rozmaryn, majoranna, tárkony, petrezselyem, szurokfű, levendula



Pusztamix fűszerkeverék

Egy kis igazi magyaros fűszerkeverék: a pusztamix keverék egyesíti magában a jellegzetes magyar ízeket, némi pikáns, jellegzetesen csípős íz világgal fűszerezve.

Összetétel:

tengeri só, hagyma, pritamin paprika, fehérbors, chili



Provence-i fűszerkeverék

A Provence-i fűszerkeverék Dél-Franciaországból származik. Sültékekhez, ragukhoz, salátákhoz aprított, vagy nyers formában is kiváló.

Összetétel:

kakukkfű, petrezselyem, tárkony, majoranna, rozmaryn, bazsalikom, szurokfű, levendula



Rák és hal fűszerkeverék

Szeretne egy kis tengeri finomságot készíteni? Próbálja ki ezt a különleges rák és hal fűszerkeverékünket, melyet a csodás mediterrán ízek ihlettek.

Kiváló a grillezett és panírozott halak rákok ízesítéséhez.

Összetétel:

tengeri só, kapor, koriander, mustármag, gyömbér, bors, szegfűbors, babérlevél, citrom



Rizs fűszerkeverék

Szeretne köretnek egy különleges rizs ételt? Próbálja ki ezt a különleges rizs fűszerkeveréket. A sok egzotikus zöldség és fűszer igazán különleges ízt biztosít ennek a speciális rizs fűszerkeveréknek.

Összetétel:

tengeri só, zöldségkeverék, hagyma, paprika, kurkuma, curry



Rostély fűszerkeverék

A rostélyos egy igazán különleges húsetel. Készülhet marha vagy borjú hátszínből. Elkészítése nem igényel nagy szakértelmet, viszont a megfelelő fűszerezés elengedhetetlen.

Összetétel:

tengeri só, fokhagyma, fűstó, hagyma, bors, rozsmaring



Sáfrányos.citromos kebab fűszerkeverék

Szeret grillezni? Szereti a fűszerezett grillhúsokat? Akkor feltétlenül próbálja ki ezt a különleges ízvilágú darálthús fűszerkeveréket. Kihagyhatatlan a mediterrán ízek szerelmeseinek.

Összetétel:

só, hagyma, fokhagyma, babérlevél, bors, sáfrány, citrom



Sajt és túró fűszerkeverék

Körözettek, túrós ételek, sajtkrémek, friss sajtok ízesítésére. Olíva olajjal, ecettel keverve kiváló salátafűszer. Főzelékek fűszerezésre nagyon alkalmas.

Összetétel:

petrezselyem, fokhagyma, snidling, zeller, hagyma, zellergyökér, curry



Saláta fűszerkeverék

Egyszerű és könnyű vacsorák elengedhetetlen eleme egy finom saláta. Elkészítéséhez használja fűszerkeverékünket, mely csupa izgalmas és illatos zöldfűszerrel készült. Használhatja bármely zöldségekből készült saláta ízesítésére.

Összetétel:

petrezselyem, paprika, kaporlevél, snidling, zöldségek



Sambamix fűszerkeverék

Sertéshúsból és marhahúsból készült ételek ízesítésére, grillezéshez, roston sütéshez, pácoláshoz ajánljuk.

Összetétel:

tengeri só, paprika, bors, kömény, koriander, mustármag, hagyma, petrezselyem és zeller

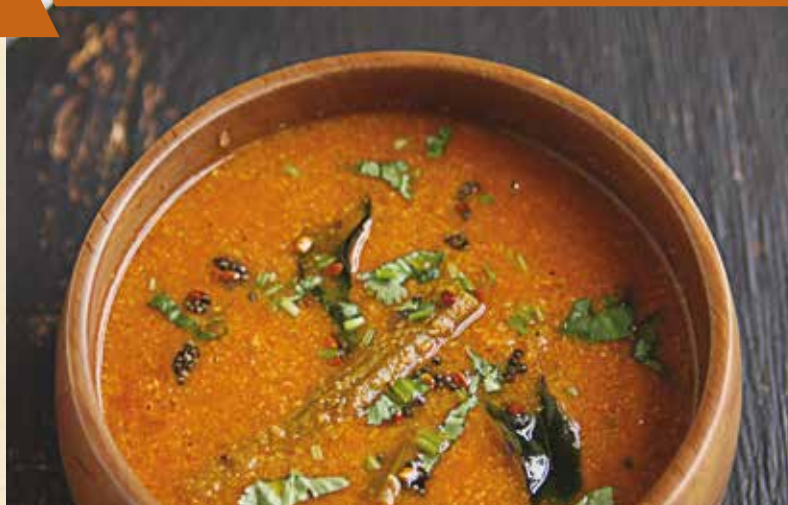


Sambar fűszerkeverék

Szeretne egy eredeti indiai ételt készíteni? Próbálja ki a dél-indiai konyha egyik jellegzetes fűszerét. Ajánljuk főzelékek, lencse ételek és párolt ételek ízesítéséhez.

Összetétel:

koriander, sárgaborsó, római kömény, feketebors, gyökér, kurkuma, mustármag, asafoetida



Steak dekor fűszerkeverék

A steak dekor igen látványos és ízletes fűszere sertéshúsból, marhahúsból készült ételeinknek. Kiválóan alkalmas grillezéshez, roston sütéshez. A durvára darált összetevők látványosan díszítik a húsokat.

Összetétel:

tengeri só, paprika, kömény, feketebors, fokhagyma, vöröshagyma, majoranna, gyömbér, mustármag



Steak fűszerkeverék

Kiváló fűszere sertéshúsból, marhahúsból készült ételeinknek. Alkalmas grillezéshez, és roston sütéshez.

Összetétel:

tengeri só, paprika, kömény, feketebors, fokhagyma, vöröshagyma, majoranna, gyömbér, mustármag



Sültburgonya fűszerkeverék

Ki ne szeretné a sültburgonyát? Köretként húsokhoz, önálló ételként tojással, sajtokkal, önmagában is ízletes.

A sültburgonya fűszerkeverék burgonyából készült ételeink ízesítője.

Összetétel:

tengeri só, paprika, koriander, fehérbors, szerecsendió



Sültcsirke fűszerkeverék

A sültcsirke fűszerkeveréket szárnyashúsból készült sütek ízesítésére, pácolására ajánljuk.

Összetétel:

paprika, feketebors, fokhagyma, majoranna, gyömbér, mustármag, rozmaryn



Sülthal fűszerkeverék

Ezt a különleges hal fűszerkeveréket használhatja grillezett és sült halak fűszerezéséhez is. A hozzávalókhöz keverve ízesítheti vele a rántott hal bundáját is. Próbálja ki, ha már unja a paprikás lisztet!

Összetétel:

tengeri só, petrezselyem, paprika, vöröshagyma, feketebors, fokhagyma, mustármag, curry, rozmaryn



Szecsuáni fűszerkeverék

A kínai és ázsiai konyhák elengedhetetlen, közkedvelt fűszerkeveréke.

Összetétel:

só, fahéj, csillagánizs, szegfűszeg, édeskömény, bors, koriander, korianderlevél, fokhagyma



Tandori masala fűszerkeverék

A masala az indiai húsételeknél általában azt jelenti, hogy fűszeres szószban készült. A tandori masalával készült húsokat narancssárgára, pirosra festik az aromás hozzávalók.

Összetétel:

tengeri só, paprika, koriander, hagyma, fokhagyma, római kömény, gyömbér, hibiszkusz, citrom, kardamon, bors, fahéj, édeskömény, babér



Szicíliai steak fűszerkeverék

Mint minden steak fűszerkeverék, ez is elsősorban sertés- és marhahúsok grillezéséhez, roston sütéséhez vagy pácolásához megfelelő, de a szezonális grillezett zöldségekhez is kiváló kiegészítő.

A szicíliai konyha nagyon egészséges és széles választékot kínál mind a húsevőknek, mind a vegetáriánusoknak. Legjellemzőbb elemek az olívaolaj és a tengeri herkentyűk, halak, rákok, a tenger gyümölcsei.

Összetétel:

tengeri só, bors, hagyma, chili, fokhagyma, oregano, szegfűbors, római kömény



Texas steak grill fűszerkeverék

A texas steak grill fűszerkeverék használható sertés és marhahúsból készült ételek ízesítéséhez, grillezéshez, roston sütéshez és pácoláshoz. Ne hagyja ki!

Összetétel:

barnacukor, tengeri só, bors, hagyma, fokhagyma, kömény, chili, oregano, cayennebors



Taco fűszerkeverék

Az igazi taco a tenyérnyi tortilla lepény megtöltött, félbehajtott változata. A taco fűszerkeveréket adjuk a megpirított darált húshoz.

Összetétel:

őrölt római kömény, további fűszerek, só, fokhagyma



Texasi füstös fűszerkeverék

Grillezéshez, roston sütéshez ajánljuk ezt az egyedi ízvilágú texasi füstös fűszerkeveréket. Sertés és marhahúsból készült sülték fűszerezéséhez, pácolásához.

Összetétel:

cukor, só, fűstsó, bors, koriander, mustármag, hagyma, fokhagyma, kömény, chili



Thai fűszerkeverék

A thai jellegű húsételek ízesítésére alkalmas fűszerkeverék. Sertés és marhahúsból készült ételek ízesítésére, grillezéshez, roston sütéshez és pácoláshoz is ajánljuk.

Összetétel:

só, hagyma, fokhagyma, gyömbér, bazsalikom, chili, római kömény, kardamon, feketebors, cukor, paprika, kurkuma, korianderlevél



Tzatziki fűszerkeverék

A fűszerkeveréket ajánljuk még mediterrán jellegű sült húshoz, és használhatjuk görög saláta ízesítéséhez is.

Összetétel:

fokhagyma, oregano, pritamin paprika, bazsalikom, só



Zahtar fűszerkeverék

A zahtar jordániai fűszerkeverék, de használják Észak-Afrikában és Törökországban is, főleg sült bárányhoz. Pasztává alakítható: egy kis olívaolajjal, olajbogyót pácolnak benne, sütés előtt a lepénykenyér (khoubiz, pita) tetejét kenik meg vele.

Ezen kívül ajánljuk zöldséges salátákhoz is.

Összetétel:

szezám, sumach, kakukkfű



FÚSZER ÉS FÚSZERKEVERÉK
LEXIKON

A kiadvány a Fűszeráruház kínálata alapján készült.
A tartalma szabadon felhasználható, szerkeszthető a forrás feltüntetésével.

Fűszeráruház

Kecskemét, Wesselényi u. 5.
www.fuszeraruhaz.hu