Umíte to s kořením?



Jak správně vybírat koření?

Při nákupu koření se vyplatí věnovat pozornost nejen ceně, ale také jeho kvalitě a balení. **Celé koření si zpravidla uchovává svou vůni a chuť déle než mleté**, protože aromatické látky se z něj uvolňují pomaleji.

Pokud často používáte pepř, kmín, koriandr nebo nové koření, zkuste je kupovat celé a mlít až těsně před vařením. Rozdíl v intenzitě vůně může být překvapivě velký.

U baleného koření si všímejte **data minimální trvanlivosti a neporušenosti obalu**. U koření prodávaného volně zkontrolujte také jeho vzhled a vůni. Zatuchlé, zvlhlé nebo plesnivé koření do kuchyně nepatří.

Mlít, drtit, nebo používat celé?

Každý způsob zpracování má své výhody. **Čerstvě namleté koření má obvykle výraznější aroma**, zatímco celé kousky uvolňují chuť postupně během vaření.

- **Mlýnek na koření** se hodí na pepř, kmín, koriandr nebo nové koření.
- **Hmoždíř** využijete při drcení kardamomu, hřebíčku či menšího množství semen.
- **Celé koření** je ideální do vývarů, omáček, nálevů a pokrmů, které se vaří delší dobu.

Nemáte doma hmoždíř? Vložte koření mezi dva listy pečicího papíru nebo do pevného sáčku a opatrně ho

rozdrťte válečkem.

Náš tip: Zkuste před použitím krátce rozdrtit semínka koriandru nebo římského kmínu. Jejich vůně se krásně rozvine a v hotovém jídle bude výraznější.

Kdy přidávat koření do jídla?

Záleží na jeho druhu i způsobu přípravy. Některé koření potřebuje čas, aby se jeho chuť rozvinula, jiné je lepší přidat až na závěr.

Celé koření, například bobkový list, nové koření nebo celý pepř, přidávejte zpravidla už během vaření. Hodí se do vývarů, gulášů a dušených pokrmů.

Mleté koření často stačí přidat v průběhu přípravy. Například sladkou papriku můžete krátce rozmíchat v tuku, ale pozor na příliš vysokou teplotu. Snadno se připálí a zhořkne.

Jemné sušené bylinky, například bazalku nebo petrželku, je často lepší přidat až ke konci vaření, aby jejich vůně příliš nevyprchala.

Vyzkoušejte krátké opražení

Víte, že některé druhy koření chutnají ještě lépe, když je před použitím krátce zahřejete? **Římský kmín, koriandr nebo hořčičná semínka můžete několik desítek sekund opražit na suché pánvi**, dokud se nerozvoní.

Poté je nechte krátce vychladnout a podle potřeby podrťte nebo umelte. Dávejte ale pozor, aby se nepřipálily.

Jak správně skladovat koření?

Největšími nepřáteli koření jsou **světlo, teplo, vlhkost a vzduch**. Právě jejich působením postupně ztrácí barvu, vůni i chuť.

Dodržujte několik jednoduchých pravidel:

- **Koření uchovávejte v dobře uzavřených nádobách**, ideálně ve skleněných nebo keramických kořenkách.
- **Nedávejte kořenky nad sporák ani těsně vedle trouby**, kde na ně působí teplo a pára.
- **Chraňte je před přímým slunečním světlem.** Nejlepším místem je uzavřená kuchyňská skříňka.
- **Nesypte koření přímo z kořenky nad vroucí hrnec.** Pára může proniknout dovnitř a způsobit zvlhnutí obsahu. Raději si potřebné množství nasypte na lžičku.
- **Nenakupujte zbytečně velké zásoby**, zvláště pokud některé druhy používáte jen výjimečně.

Koření můžete ponechat také v původním obalu, pokud je vhodný pro skladování a lze jej dobře uzavřít.

Jak dlouho koření vydrží?

Možná máte doma sáček mleté papriky, který pamatuje už několik vánočních pečení. Znamená to, že je automaticky na vyhození?

Sušené koření zpravidla neztrácí kvalitu ze dne na den. Pokud je správně skladované, může vydržet poměrně dlouho. Postupně však slábne jeho vůně, chuť i barva.

Orientačně počítejte s tím, že:

- **Mleté koření** si obvykle uchovává dobrou kvalitu přibližně 1–2 roky.
- **Celé koření**, například pepř, hřebíček nebo skořice, může zůstat aromatické přibližně 2–4 roky.
- **Sušené bylinky** často ztrácejí výraznou vůni už během 1–2 let.

Jde pouze o orientační údaje. Vždy záleží na konkrétním koření, kvalitě a podmínkách skladování.

Jednoduchý test: Promněte malé množství koření mezi prsty a přivoňte si. Pokud téměř nevoní, pravděpodobně už pokrm příliš neochutí. Jestliže je však koření plesnivé, zvlhlé, zatuchlé nebo napadené škůdci, bez váhání ho vyhoďte.

A co čerstvé bylinky a zázvor?

Čerstvé bylinky vyžadují trochu jinou péči než sušené koření.

Petrželku, koriandr nebo mátu můžete uchovávat v lednici. Některým bylinkám vyhovuje sklenice s trochou vody, podobně jako řezaným květinám. Jiné vydrží déle volně zabalené do mírně navlhčené papírové utěrky a uložené v uzavíratelné nádobě.

Čerstvý zázvor skladujte v chladničce, ideálně neporušený a chráněný před nadměrnou vlhkostí. Pokud víte, že ho nestihnete spotřebovat, můžete ho také zmrazit. Zmrazený zázvor lze podle potřeby rovnou nastrouhat do čaje, polévky nebo omáčky.

Můžeme bylinky zamrazit?

Rozhodně! **Mražení je skvělý způsob, jak uchovat přebytky čerstvých bylinek.** Petrželku, pažitku nebo kopr stačí očistit, důkladně osušit, nasekat a uložit do uzavíratelné nádobky či sáčku.

Další možností je naplnit bylinkami tvořítka na led a zalít je trochou vody nebo oleje. Takové kostky pak můžete přidávat přímo do polévek, omáček nebo dušených pokrmů.

Po rozmrazení už bylinky většinou nebudou mít původní pevnou strukturu, ale **do tepelně upravovaných jídel se výborně hodí**. Jejich aroma se může mražením částečně změnit, přesto si ho obvykle uchovají lépe než při dlouhém skladování v lednici.

Malá rada na závěr

Nemusíte mít doma desítky kořenek. Důležitější je, aby koření, které používáte, bylo kvalitní a voňavé. **Nakupujte raději menší množství, celé druhy melte až před použitím a nebojte se zkoušet nové kombinace.** I drobná změna v dochucení může obyčejnému jídlu dodat úplně nový charakter.