

Przyprawy i zioła: Szczypta smaku

Każdy entuzjasta gotowania pragnie, aby jego potrawy były nie tylko pyszne, ale również wyjątkowe i niezapomniane. Właśnie dlatego w kuchni używamy ziół i przypraw, aby nadać naszym daniom fantastyczny aromat i niepowtarzalny smak. Jak łączyć zioła i przyprawy, aby nasze potrawy stały się smaczne i zdrowe? Jaki wpływ mają na nasz organizm? Tego i wiele innych ciekawostek na temat ziół i przypraw będzie można się dowiedzieć podczas kolejnych warsztatów Akademii Smaku Siemens „Zioła i przyprawy”. W trakcie spotkania, nasza ekspertka Anna Krasucka, dietetyczka i założycielka Akademii Odżywiania dla Zdrowia „Pięć Smaków”, autorka popularnych artykułów o tematyce zdrowotnej, opowie nam więcej o smaku i aromacie ziół i przypraw oraz o ich dobroczynnym wpływie na nasze zdrowie. Przyprawy towarzyszą człowiekowi od zarania dziejów. Były stosowane już 50 tysięcy lat p.n.e. w marokańskim Agadirze. Zioła używane były nie tylko do udoskonalania smaku potraw, ale także do leczenia. Wiedzę i umiejętności wykorzystania ziół oraz przypraw zdobywali uczestnicy szóstych warsztatów Akademii Smaku Siemens. Specjalistka żywieniowa – Anna Krasucka – zdradziła tajniki łączenia przypraw. Warsztaty obfitowały w wiele zaskakujących połączeń smakowych. Uczestnicy mogli spróbować pysznych potraw, jak quiche z farszem z sera koziego oraz karmelizowaną, czerwoną cebulą czy kaczkę z karmelizowanymi burakami i gruszką w sosie rodzynekowym. Niespodzianką smakową były lody z zielonym pieprzem stanowiące dodatek do czekoladowego sufletu z ziołami. Podczas warsztatów uczestnicy poznawali nie tylko tradycyjne, ale i niestandardowe sposoby łączenia przypraw z potrawami. Nauczyli się, jak wydobywać aromat suszonych przypraw, kiedy dodawać świeże zioła i jak korzystać z przypraw w pudrze. Anna Krasucka zapoznała uczestników z właściwościami wielu przypraw. Opowiadała, m.in. o tym, w jakich sytuacjach powinniśmy zrezygnować z tych rozgrzewających (np. cynamonu czy czosnku). Blogerzy mieli także okazję poznać smak i zastosowanie przypraw mało znanych w Polsce, np. pieprzu syczańskiego. Dodatkową atrakcją podczas warsztatów Akademii Smaku Siemens były historie kulinarnych podróży Anny Krasuckiej. Zdolności prelegentki specjalistki sprawiły, że uczestnicy mogli przenieść się w czasie i przestrzeni oraz dosłownie „poczuć” zapachy najbardziej egzotycznych zakątków świata.