

Vyrábíme bylinkové oleje



Jak na to?

Pro přípravu ochuceného oleje pro studenou kuchyni nakládáme čerstvé nebo sušené bylinky do kvalitního slunečnicového oleje nebo zastudena lisovaného olivového oleje, výborný je však i olej dýňový nebo lněný. Pro výrobu bylinkového oleje pro teplou kuchyni se hodí běžný kvalitní olej, nejlépe slunečnicový.

Používají se nejrůznější bylinky jako bazalka, oregano, šalvěj, estragon, koriandr, majoránka, rozmarýn, saturejka, tymián, kopr, kerblík, petrželka, nebo jejich různé kombinace. Můžeme přidat také česnek, cibuli, jalovec, citron, celý pepř, chilli papričky a další koření podle chuti.

1. **Nejprve dokonale vymyjeme a vysušíme lahve.** Na macerování jsou praktičtější lahve se širším hrdlem.
2. **Do nich vložíme buď čerstvé opláchnuté a osušené bylinky,** nebo snítky sušených bylin. Pokud chceme, aby olej lépe přijal bylinné aroma, rozsekáme celou nať i s květy čerstvých bylinek nerezovým nebo keramickým nožem, suché rostlinky rozemneme.
3. **Bylinky zalijeme olejem až po hrdlo lahve.** Lahve pevně uzavřeme a uložíme na světlé a teplé místo, ale ne na slunce!
4. Bylinky v oleji **necháme louhovat zhruba čtyři týdny.** Pravidelně protřepáváme.

5. Nakonec olej scedíme, přelijeme do uzavíratelných sklenic a uložíme v chladu.

Rychlejší způsob je příprava zahříváním. Do oleje přidáme bylinky, prohřejeme a necháme den až týden louhovat. Poté scedíme a přelijeme do sklenic.

Bylinkový olej můžeme věnovat jako dárek. V tom případě ho slijeme do lahve s úzkým hrdlem a patentním uzávěrem a nakonec do lahve vložíme snítku bylinky.

Vyzkoušejte naše recepty:

Listový salát s bazalkovým olejem

1 listový salát, 2 rajčata, 1 okurka, 100 g balkánského sýra nebo fety, 3 lžíce bazalkového oleje, vinný ocet podle chuti

Salát natrháme na kousky, rajčata a okurky nakrájíme na plátky, sýr na kostky. Vložíme do mísy, pokapeme olejem a octem a promícháme. Necháme hodinu vychladit.

Grilovaný hermelín s bylinkovou bagetou

4 hermelíny, 4 lžíce oreganového nebo jiného bylinkového oleje, 2 rozetřené stroužky česneku se solí, 1 lžička červené papriky, 4 čtverce alobalu 20×20 cm, bageta

Hermelín potřeme olejem, česnekem rozetřeným se solí a trochou červené papriky, vložíme do alobalu a pečlivě uzavřeme. Dáme na cca 10 minut na gril.

Bagetu nakrájíme na plátky a potřeme též bylinkovým olejem. Vložíme na gril těsně před podáváním hermelínu, aby byla křupavá.

Kotlety v bylinkovém oleji

4 kotlety bez kosti, 2 stroužky rozetřeného česneku, plátky citronu, šalvějový nebo rozmarýnový olej, sůl, pepř

Plátky kotlet vložíme do uzavíratelné misky, potřeme česnekem, bylinným olejem a poklademe plátky citronu. Necháme přes noc ledniče. Druhý den sejmeme plátky citronu a kotlety ogrilujeme. Nakonec osolíme a opeříme.