

Plantas culinarias I

Por M^a Jesús, Salah y Luis

Las plantas culinarias son muy empleadas en la cocina para aromatizar nuestros guisos. Hoy hablaremos del laurel, la albahaca y el orégano

Laurel: La parte que más se usa es la hoja. Los tallos se pueden poner en asados, pero siempre que sean jóvenes. El laurel es empleado en guisos, da gran sabor. Por ejemplo: patatas guisadas, lentejas, judías pintas, conejo al ajillo o pollo en salsa.



Albahaca: La que se usa es la de hoja grande, la pequeña es solo como aromática. La albahaca se usan sus hojas y tallos para salzonar sopas, pescados, pollos o ensaladas. Pero también es una planta culinaria muy usada para preparar salsas combinando con platos que llevan tomate, aceite de oliva, pasta o limón. También se usa para hacer algunos licores.



Orégano: Es una planta muy usada en el mediterráneo. Realza el sabor de la carne de pavo o pollo y de pescados, se puede poner fresco o seco en pastas o pizzas. También se usa mucho en ensalada de tomate. Se puede emplear para aromatizar aceite o vinagre.



Cebollino: Se usa como guarnición o decoración de platos. Se puede añadir fresco y, generalmente, muy picado a sopas y cremas. También da sabor al pescado asado. El cebollino y el queso quedan muy bien juntos.