

Kräuter haltbar machen

Richtigen Erntezeitpunkt abwarten

Die Blätter der Küchenkräuter erreichen kurz vor der Blüte ihr intensivstes Aroma. Am besten ernten Sie an trockenen Tagen am Vormittag, wenn der Tau verdunstet ist und die Sonne die Pflanzen noch nicht stark erwärmt hat. So ist der Gehalt an ätherischen Ölen in Kräutern am höchsten.

Nicht alle Kräuter lassen sich gut trocknen

Manche Kräuter lassen sich gut trocknen und bei einigen Kräuterarten sollten Sie besser eine andere Konservierungsart wählen, um das Aroma besser zu erhalten. Gut geeignet zum Trocknen sind Minze, Melisse, Rosmarin, Thymian, Majoran, Bohnenkraut, Oregano und Salbei.

Getrocknetes Basilikum verliert an Aroma, daher lieber die Blätter in Öl einlegen bzw. zu einem Pesto verarbeiten. Bei Zitronenmelisse geht das zitronige Aroma verloren.

Die Trocknung sollte rasch erfolgen, damit sich möglichst wenige Aromastoffe verflüchtigen.

Zum Trocknen die Kräuter einfach zu Sträuße zusammenbinden und in luftigen, trockenen und schattigen Räumen aufhängen. Auch das Ausbreiten und Trocknen auf Gittern ist gut möglich, dabei sollten Sie die Kräuter öfters wenden. Optimal zum Trocknen ist ein Dörrapparat.

Richtig trocken sind die Kräuter, wenn sich die Blätter zwischen den Handflächen fein verreiben lassen. Bewahren Sie getrocknete Kräuter luftdicht verschlossen an einem dunklen Ort auf.

Größere Mengen von Kräutern einfrieren

Gut zum Einfrieren eignen sich Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie, Dill und Liebstöckel.

Vor dem Einfrieren die Kräuter waschen und dann fein hacken oder Sie können auch z.B. ganze Petersilienzweige einfrieren.

Einlegen und Würzmischungen herstellen

Beim Einlegen bleiben Aroma, Inhaltsstoffe und Farbe gut erhalten – daher ist die Art der Haltbarmachung für die meisten Kräuter gut geeignet. Beispielsweise bleibt das Aroma von

Bärlauch oder Basilikum in Öl deutlich besser erhalten als beim Trocknen.

Zum Einlegen die gewaschenen Kräuter gut trocken tupfen, in Flaschen geben und mit kaltgepresstem Öl auffüllen. Das Kräuteröl können Sie zum Kochen und für Salatmarinaden verwenden. Genauso können Sie Kräuter-Essige ansetzen und ein paar Wochen in der Sonne stehen lassen.

Für ein Kräuterpesto nehmen Sie frische Kräuter, die fein gehackt mit anderen Zutaten wie z.B. Nüssen, einer Prise Salz und hochwertigem, kaltgepresstem Öl vermischt werden. Das Pesto füllen Sie in kleine Gläser und bedecken es mit einer Schicht Öl, damit der Luftsabschluss gegeben ist. So bleibt es ein paar Monate haltbar.

Kräutersalz selber machen

Mit getrockneten Kräutern können Sie ein selbst gemachtes Kräutersalz bereiten. Dazu die Kräuter in einem Mörser mahlen und mit Salz vermischen. Je nach Wunsch kann das Salz grob bleiben oder auch gemörsert werden. Die Kräuter können nach Belieben vermischt und auch das Verhältnis von Salz zu Kräutern kann variiert werden. Gut geeignet sind z.B. Majoran, Petersilie, Liebstöckel, Basilikum, Rosmarin, Thymian, Salbei, Lorbeerblätter usw.

Tipp: Auch essbare Blüten wie Veilchen, Ringelblumen, Pegoenie usw. können Sie als Farbakzente dem Salz zufügen