

A gyógynövényeket frissen a legjobb felhasználni, de bevált praktikákkal megőrizhetjük frissességüket hosszabb időre is!

Szárítás hagyományos módon

Ha van elég szabad helyünk, szárítással tartósíthatjuk növényeinket. A megtisztított töveket fejjel lefelé, napfénytől védett, meleg, jól szellőző helyen, csokorba kötve 2-4 hétig szárítsuk. A levelek roppanósak és jól morzsolhatóak lesznek, aprítva tároljuk őket.

Szárítás sütőben

A megmosott szárazakat tegyük tepsibe – egy rétegben –, majd 80 Celsius-fokon sütőben szárítsuk nagyjából 4 órán át. A növényt időnként forgassuk meg. Fontos: a sütő ajtaját hagyjuk nyitva, hogy távozhasson a nedvesség!

Sóban, cukorban

A leveleket szórjuk meg sóval vagy cukorral és hagyjuk, hogy kiszáradjanak. Tároljuk őket légmentesen! A gyógynövénytől és ízléstől függ, hogy sót vagy cukrot használunk.

Jégkockában

Daraboljuk fel a leveleket és szórjuk jégkockatartóba (1 teáskanálnyi kockánként). Öntsük le vízzel, fagyasszuk le, majd a kockákat bezacskozva visszatehetjük a fagyasztóba. Egy kockába többféle levelet is szórhatunk, tetszés szerint keverhetjük a gyógynövényeket.

Fagyasztás tasakban

A megtisztított töveket egészben vagy apróra vágva zacskókban is lefagyaszthatjuk. Fagyasztás előtt helyezzük vékony rétegben a növényeket lapos edényre, hogy kicsit száradjanak.

Készítsünk növénykeveréket!

Ha van már jól bevált fűszer- vagy gyógynövénykeverékünk, az apróra vágott leveleket elegyítve zacskóban fagyaszthatjuk. Fagyasztva nagyjából egy évig felhasználható.

Fűszerolaj

A tiszta leveleket aprítsuk fel, majd keverjük olajba (kb. 2 csésze friss fűszernövényt adjunk 1/3 csésze olívaolajhoz). A keveréket felrázás után légmentesen fagyaszthatjuk le. Használat után a megmaradt fűszeres olajt hűtőben tároljuk.

Vajba keverve

Vágjuk össze a töveket és keverjük össze vajjal, ízlés szerint. Fagyasszuk le kockában vagy vajas dobozban.

Fontos! A szárított növényeket légmentesen zárható zacskókban, edényekben maximum egy évig tároljuk. A fagyasztott leveleket csak akkor helyezzük vissza a fagyasztóba, ha azok nem olvadtak ki.

(Forrás: Nagy Adrienn, agrármérnök és a [Zöld\(Örök\)ség](#))