

# Применение специй при ГОТОВКЕ

У меня список специй примерно такой:

- сушеный базилик
- черный перец
- куркума
- мускатный орех
- паприка
- розмарин
- хмели сунели
- и то, что я вспомнить не смогла))

И схема у меня такая: **черный перец + сушеный базилик это база для всего**, а к ней в зависимости от блюда и желаемого вкуса добавляю другие из списка

Например:

**Тушеные овощи** - черный перец, базилик, немного куркумы или мускатного ореха, можно еще паприки

**Рыба** - черный перец, чуть меньше базилика, побольше розмарина и лимон

**Мясо** - черный перец, поменьше базилика, розмарин и хмели сунели

**Салат** - перец, свежий базилик, куркума, имбирь, лимонный сок (не все вместе))

Отдельно вынесу **гарниры**: к ним во время варки можно добавить перец горошком, лавровый лист, сушеный базилик, гвоздику целую

Вообще могу посоветовать сначала готовить все блюда с перцем и еще одной-двумя специями, чтобы не создавать вкусового шума, и затем уже экспериментировать, смешивая большее количество, но в целом золотая формула это не больше 2-3 специй, на мой вкус

Корицу забыла))

Ее я кладу к овсянке и в напитки

Нашла еще список специй по Глебу, сейчас опишу, куда я что обычно клала и это получалось вкусно:

**Куркума** - салат, тушеные овощи

**Орегано** - ээ, ну, так как это душица, то чай и напитки, в блюдах пока не использовала))

**Имбирь** - напитки и салат (мелко порезать или натереть на мелкой терке для салата)  
**Перец** - везде! даже в напитки!)) Горошком кладу к супу или в кастрюлю к варящимся крупам  
**Чеснок** - салаты, тушеные овощи, мясо, к рыбе на мой вкус не очень, супы  
**Кумин** - к мясу хорошо  
**Шалфей** - напитки  
**Бasil** - тоже везде. Черный чай с базиликом очень даже вкусно)  
**Гвоздика** - супы в основном, так как использую немолотую, напитки  
**Перец чили** - можно везде, если мелко порезать, кроме напитков конечно)  
**Кардамон** - использовала в основном в напитках

Автор **заметки**: Ира Bluedog

---

Revision #1

Created 2 November 2023 19:55:40 by matvey033

Updated 2 November 2023 19:57:32 by matvey033