Ungewöhnliche Inhaltsstoffe erklärt

Im Laufe der Jahre haben Dave und ich es genossen, mehrere einzigartige Produkte zu verwenden, die bei Menschen, die sie noch nie zuvor in der Küche verwendet haben, Verwirrung stiften können. Immer wenn wir darüber sprechen, haben die Leute unweigerlich Fragen. Heute haben wir eine Liste von 4 Gegenständen zusammengestellt, die wir persönlich häufig verwenden, und erklären, was sie sind und wie man sie verwendet. Clear Jel ist eine raffinierte Maisstärke, die insbesondere für Einfrier- und Konservenrezepte besser reagiert; Maisstärke neigt in diesen Situationen dazu, trüb zu werden. Clear Jel wird in Backrezepten im gleichen Verhältnis von Maisstärke (1:1) verwendet. …

Im Laufe der Jahre haben Dave und ich es genossen, mehrere einzigartige Produkte zu verwenden, die bei Menschen, die sie noch nie zuvor in der Küche verwendet haben, Verwirrung stiften können. Immer wenn wir darüber sprechen, haben die Leute unweigerlich Fragen. Heute haben wir eine Liste von 4 Gegenständen zusammengestellt, die wir persönlich häufig verwenden, und erklären, was sie sind und wie man sie

verwendet.

Clear Jel ist eine raffinierte Maisstärke, die insbesondere für Einfrier- und Konservenrezepte besser reagiert; Maisstärke neigt in diesen Situationen dazu, trüb zu werden. Clear Jel wird in Backrezepten im gleichen Verhältnis von Maisstärke (1:1) verwendet. Wie traditionelle Maisstärke und die Alternativen aus dem Reformhaus – Pfeilwurz- und Kartoffelpulver usw. – muss dieses Produkt vor dem Hinzufügen zu anderen Zutaten mit dem im Rezept angegebenen Zucker (oder Mehl) kombiniert werden, um die Bildung von Klumpen zu vermeiden.

Meersalz ist gesünder als normales Kochsalz; Da es weniger Verarbeitung erfordert, hat es auch eine geringere ökologische Auswirkung. Es ist eine natürliche Jodquelle, die zusammen mit anderen Nährstoffen für ein gesundes Sexualleben unerlässlich ist. Ein lokaler Kräuterberater hat uns einmal gesagt, dass man anstelle von Bittersalz auch Meersalz in Ihrem Badewasser verwenden kann.

Tamari gilt als weniger salzig als Sojasauce und wird oft in Reformhäusern angeboten. Sie können salzarme Versionen von Tamari und Sojasauce finden. Tamari-Sauce enthält jedoch Enzyme, die die Verdauung unterstützen und gesunde Darmbakterien fördern.

Orangenschale, Zitrusschale oder Zitruspulver sind alles Begriffe, die sich auf ein ähnliches Produkt beziehen – wir persönlich nennen es vereinfacht „Zitrusschale“. Es wird verwendet, um andere Aromen hervorzuheben und Mehl zu konditionieren. Zitronen-, Orangen- oder Limettenschale hacken und trocknen lassen (oder ein Dörrgerät verwenden) – diese mit einem Mixer oder einer Mühle zu einem Pulver verarbeiten und wie jedes Gewürz oder Kraut im Schrank aufbewahren. 1 EL frische Schale entspricht 1 TL. von getrocknet; während 1 EL frische Schale 6 EL entspricht. Saft. Daher bietet diese eine Zutat im Schrank mehr Möglichkeiten, die Lebensmittelkosten zu senken.

Die eigene Zitrusschale zu Hause herzustellen ist eine fantastische Möglichkeit, sich einer sparsameren Küche zu nähern und gleichzeitig „Abfälle“ (die Schalen) wiederzuverwenden. Die Reduzierung von Salz, Chemikalien und Konservierungsstoffen aus Ihrer Ernährung wird sicherlich auch Ihre Gesundheit verbessern. Wenn Sie mehr über diese Artikel wissen, können Sie sie hoffentlich in Ihrer Küche verwenden.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki