Proč se vyplatí mít doma kmín?

Kmín patří k nejstarším kořením používaným na našem území a v české kuchyni má své pevné místo už po generace. Dodává typickou vůni a chuť chlebu, bramborám, pečenému masu nebo zelí. Málokdo ale ví, že existuje také speciální česká verze – Český kmín, který získal evropské Chráněné označení původu.

Český kmín je výjimečný především svými vlastnostmi. Semena českých odrůd obsahují nejméně 2,8 procenta aromatických silic, díky nimž má výrazné aroma a nezaměnitelnou chuť. Právě vonné silice jsou také důvodem, proč se kmín tradičně používá jako koření podporující trávení a pomáhající při nadýmání.

Český kmín se pěstuje na vybraných místech, zejména na Vysočině, a svou roli v jeho vlastnostech hrají také místní půdní a klimatické podmínky. S českým pěstováním jsou spojeny tradiční dvouleté odrůdy, například Rekord, Prochan nebo Kamín. Od roku 2008 má Chráněné označení původu, které potvrzuje jeho spojení s konkrétním prostředím a tradičním způsobem pěstování.

A kde všude ho využít? Kromě klasického posypání brambor nebo chleba se hodí do zelí, polévek, omáček, pečeného masa nebo domácího pečiva. Výraznou chuť dodá také sýrům, pomazánkám nebo pečené zelenině. Při vaření obvykle stačí půl až jedna lžička celého kmínu na čtyři porce, podle toho, jak výraznou chuť chceme.

Jednoduchý trik na závěr: kmín před přidáním do jídla krátce nasucho opražte na pánvi. Uvolní se jeho vonné silice a aroma bude ještě výraznější.

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanovisky autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunickakvality.cz

KAMPAŇ FINANCOVANÁ S PODPOROU EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPANĚ ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI

ENJOY IT'S FROM EUROPE