



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
Product placement [O výživě](#) 3. 8. 2021 | Vím, co jím a piju

Co potřebujete vědět před nákupem koření?

URL článku: magazin/clanky/o-vyzive/Co-potrebuje-vedet-pred-nakupem-koreni__s10010x20064.html

Správný výběr a přidání kvalitního koření může zvýšit chuť pokrmu s malým úsilím a minimálními náklady. Pokud kupujete kvalitní koření, nebudete ho muset na vaření používat tolik, protože bude mnohem účinnější a bez přidaných nezdravých příměsí.



Kvalitní koření je základ chutného a zdravého

jídla

Jistě v kuchyni používáte čerstvé a kvalitní potraviny, aby výsledná chuť připraveného jídla byla lahodná. Použijete plesnivou zeleninu do salátu? Namažete žluklé máslo na čerstvý upečený chléb? Samozřejmě že ne. Stejně tak používejte také [čerstvé a kvalitní koření](#).

Koření v řetězcích potravin může ležet na pultech a ve skladě více než rok a zastaralé koření ztrácí chuť a aroma. Také tlak na nízkou cenu může způsobit, že prodávané koření není tak kvalitní a obsahuje přidané škroby, soli, stabilizátory chuti a další „nevhodné přísady“.



Koření a směsi koření doporučujeme nakupovat u specializovaných výrobců koření, kde máte jistotu, že obdržíte čistě přírodní koření z nejkvalitnějších surovin.

Toto vše beze zbytku naplňuje [Maminčino koření](#), kde pečlivě kontrolují všechny dodavatele koření a všechny směsi připravují dle svých originálních receptur bez přidané soli, glutamátu sodného, chemických konzervantů, lepků, olejů, škrobů, cukrů, aromat a barviv.

Není koření jako koření, paprika jako paprika, kmín jako kmín...

Kvalita koření je u různých výrobců velmi rozdílná a je třeba dávat si dobrý pozor co nakupujete. Ukážeme si rozdíl na dvou základních kořeních, které používá snad úplně každý.



U papriky se jako hodnocení kvality používá hodnocení barvivosti podle ASTA. Hodnoty se pohybují na stupnici od 40, 60, 80, 100, 120... Čím je číslo vyšší, tím je paprika kvalitnější. Je velký rozdíl koupit papriku s hodnocením ASTA na

spodní hranici, nebo [papriku ASTA 180](#), která je zpracovaná z velmi kvalitní odrůdy papriky s minimálním množstvím semen.

Další koření, kde se často nepozastavíte, že může mít rozdílnou kvalitu je kmín. Hlavní složkou kmínu, která tvoří vůni a chuť, je silice, která se může pohybovat mezi 2 až 7 %. A to je rozdíl, který v kuchyni opravdu poznáte. Mohli bychom pokračovat dál, přes pepř až po skořici, či šáfrán. Aby mělo jídlo dokonalou chuť a aroma, je opravdu nutné používat kvalitní koření.

Jak koření skladovat?

Pokud koupíte kvalitní koření, byla by škoda jej znehodnotit špatným skladováním. Zakoupené koření doma uskladněte do uzavíratelné nádoby, která je vzduchotěsná, pokud použijete skleněnou nádobu, musí být uchována v tmavé skříňce bez přístupu světla.

Také neukládejte koření nad sporákem, byť se to může zdát jako ideální a pohodlné místo. Vlhkost z vaření bude způsobovat hrudkovitost koření a následné zplsnivění.



skříňce.

[U Maminčina koření](#) si můžete zakoupit koření i v exkluzivním balení, které je již vhodné pro dlouhodobé skladování. Je baleno v černém uzavíratelném sáčku, tím je chráněno proti světlu a vlhkosti, tudíž Vám odpadnou starosti s kořenkou a místem ve



Děkujeme partnerům projektu Léto aktivně a zdravě

PARTNEŘI PROJEKTU:



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER:



MEDIÁLNÍ PARTNEŘI:



Copyright © 2023

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz