



## Weinkauf St. Georg

Lange Reihe 73  
20099 Hamburg  
Tel./Fax: 040-280 33 87

Mail: [info@weinkauf-st-georg.de](mailto:info@weinkauf-st-georg.de)  
[www.weinkauf-st-georg.de](http://www.weinkauf-st-georg.de)

### Kräuteröl - selbstgemacht



Aus frischen Kräutern und gutem Öl lässt sich ohne viel Aufwand ein gesundes und aromatisches Kräuteröl herstellen, in schöne Flaschen gefüllt ein dekoratives, persönliches Geschenk!

Zum Aromatisieren von Öl eignen sich nahezu alle Würzkräuter. Die ätherischen Öle der Kräuter sind fettlöslich und werden vom Öl aufgenommen und konserviert. Daher sind getrocknete Kräuter ungeeignet.

Die frischen Kräuter werden gewaschen und gut trockengetupft, da verbleibende Wassertropfen das Öl trüben würden. Den Kräuter-Öl-Ansatz mindestens drei Wochen an einem hellen Ort durchziehen lassen. Das aromatisierte Öl durch ein Haarsieb abseihen und in eine saubere, trockene Flasche zurückgießen. Das fertige Kräuteröl sollte am besten gut verschlossen an einem kühlen und dunklen Ort aufbewahrt werden.

### Rezeptvorschläge

In  $\frac{1}{2}$  l hochwertigen Öles (kaltgepresstes Olivenöl) gibt man einige Stängel Thymian, Majoran, Oregano, Salbei, Rosmarin oder andere frische Gartenkräuter.

Alternativ können Knoblauchzehen, geschält und halbiert, bunte oder schwarze Pfefferkörner, Chilischoten, Senfkörner und Lorbeerblätter ein scharfes Würzöl ergeben.

Mit der Schale einer unbehandelten Zitrone lässt sich ein eher geschmacksneutrales Öl (Sonnenblumen-, Raps- oder Sojaöl) aromatisieren.

Die Kräuter oder Gewürze werden in Flaschen gefüllt, mit Öl aufgeossen und ruhen nun gut verkorkt etwa 3 Wochen.

Dann ist das Kräuteröl fertig und wird durch ein feines Sieb gefiltert, in hübsche Flaschen gefüllt und beschriftet.

Es eignet sich für Salatsöfen, Kurzgebratenes oder auch zum Einlegen, beispielsweise von Schafskäse oder getrockneten Tomaten.