

Infusiones

Libreta: Técnicas de Cocina

Creado: 30/04/2018 19:55

Actualizado: 30/04/2018 20:04

URLOrigen: <http://www.tranbel.com/assets/infusiones.pdf>

INFUSIONES

La humanidad hizo de las hierbas un remedio natural al que acudía cada vez que precisaba de soluciones. Según explican los tratados, las hierbas son plantas olorosas cuyos tallos, hojas, flores, semillas y raíces se utilizan para aromatizar las comidas o con finalidades médicas. Algunas hierbas podemos encontrarlas en estado silvestre, pero la mayoría son cultivadas y se utilizan o bien frescas o bien secas.

Tipos y Variedades



Romero (*Rosmarinus officinalis*)

Usado desde 500 años A.C., el Romero es nativo del área del Mediterráneo (en donde crece silvestre) y que ahora se cultiva en todas partes. En la antigüedad, este miembro de la familia de la menta se usaba para curar a los desquiciados y el sistema nervioso. Se dice que los estudiantes griegos la usaban como gargantillas para mejorar su memoria durante el período de exámenes. El Romero ha sido usado desde siempre en bodas, funerales y aún para espantar las plagas. Sir Thomas Moore permitía que el Romero creciera en los muros de sus jardines y escribía que hacía esto "no porque sus abejas lo amaran sino porque esta hierba era sacrosanta para los recuerdos y la amistad". El Romero fue una planta de marcada importancia en los tiempos de Shakespeare. Era considerada decorativa por los jardineros y por caballeros de la alcurnia de Lord Bacon.

El Romero es de color verde plateado, las hojas son en forma de agujas y es muy aromático. Su aroma es parecido al limón y al pino. Esta hierba se consigue fresca y seca lo mismo que en polvo. La esencia de Romero se usa para cosméticos y para darle sabor y aroma a las comidas. Se usa en una gran variedad de platos incluyendo las ensaladas de frutas, sopas, vegetales, carne (especialmente la de cordero), pescado y platos con huevos, es excelente en salsas.

Sus aromáticas hojas se usan para dar sabor a los marinados para carnes. De delicioso aroma, reforzador de la memoria y de la circulación, también es popular como ingrediente relajante en los baños con hierbas. Las abejas que se alimentan de las flores de esta planta producen mieles de extraordinaria calidad. Debido a sus cualidades antisépticas y anti-inflamatorias, el ácido rosmárico está siendo estudiado como medio potencial en el tratamiento de síndromes de choques tóxicos.