



HaltBar

Kräuter trocknen

Die Trocknung von Kräutern ist eine wunderbare Möglichkeit, die Aromen frischer Kräuter zu bewahren und sie ganzjährig in der Küche zu verwenden. Einige Kräuter intensivieren durch die Trocknung sogar ihr Aroma.

Die folgenden Methoden zeigen, wie du deine Kräuter trocknen kannst, um deine eigene Kräutermischung oder dein eigenes Kräutersalz herzustellen. Natürlich kannst du auf das Salz auch verzichten, ganz wie du es magst.

Das Verhältnis von Kräutern zu Salz variiert nach deinem Geschmack. Ein guter Richtwert ist ein Verhältnis von 1:10. Du kannst sowohl grobes als auch feines Salz verwenden.

Hinweis zur Lagerung: Lagere deine Kräutermischung/ dein Kräutersalz lichtgeschützt und trocken. Verbrauche deine Mixtur am besten innerhalb eines Jahres, da die Kräuter mit der Zeit etwas an Aroma verlieren.



In schöne Gläser gefüllt und hübsch verpackt eignen sich getrocknete Kräutermischungen oder Kräutersalz ideal als Geschenk!

Gut geeignet sind robuste Kräuter wie

- Rosmarin
- Thymian
- Oregano
- Salbei
- Bohnenkraut

Weniger gut geeignet sind zarte Kräuter wie

- Petersilie
- Schnittlauch
- Basilikum
- Dill

Diese kannst du besser einfrieren

Was passt wozu?

Rosmarin: Braten, Kartoffeln, mediterrane Gerichte

Thymian: Fleischgerichte, Suppen, Saucen

Oregano: Pizza, Pasta, Tomatengerichte

Salbei: Fleischgerichte, Buttersoßen, Gnocchi

Bohnenkraut: Bohnengerichte, Eintöpfe, Lamm





HaltBar

Methode 1: Lufttrocknung

Diese Methode verbraucht keine Energie, benötigt aber eine längere Trocknungszeit

1. **Ernten:** Pflücke die Kräuter wenn sie trocken sind (nicht bei Regen oder Morgentau).
2. **Vorbereitung:** Entferne beschädigte oder verfärbte Blätter. Du kannst die Kräuter zu kleinen Sträußen zusammenbinden und aufhängen oder auf Tellern o.ä. ausbreiten. Trockne die Kräuter an einem warmen, luftigen Ort. Sie sollten dabei keinem direkten Sonnenlicht ausgesetzt sein, da sonst Aromen verloren gehen.
3. **Trocknung:** Lasse die Kräuter für ca. 3-7 Tage trocknen, bis sie rascheltrocken sind.
4. **Verarbeitung:** Streife die Blätter von den Stängeln ab und zerkleinere sie mit den Händen, einem Küchenmesser oder einem Mixer. Mische sie dann nach Belieben mit Salz und fülle das Ganze in Gläser.

Methode 2: Trocknung im Ofen

Diese Methode geht schnell, verbraucht allerdings mehr Energie

1. **Ernten:** Pflücke die Kräuter wie oben beschrieben.
2. **Vorbereitung:** Entferne beschädigte oder verfärbte Blätter. Du kannst die Kräuter entweder im Ganzen trocknen, was später das Abstreifen von den Stängeln erleichtert, oder du zerkleinerst sie vor dem Trocknen. Letzteres verkürzt die Trocknungszeit, das Entfernen der Blätter von den Stängeln ist im ungetrockneten Zustand aber mühseliger.
3. **Trocknung:** Verteile die Kräuter gleichmäßig auf einem Backblech und trockne sie bei 40-50 °C für 2-3 Stunden. Öffne dabei regelmäßig die Ofentür, um Feuchtigkeit entweichen zu lassen oder klemme einen Kochlöffel in die Tür.
4. **Verarbeitung:** Falls noch nicht vor dem Trocknen geschehen, löse die Blätter von den Stängeln und zerkleinere die Kräuter in die von die gewünschte Größe. Mische sie dann nach Belieben mit Salz und fülle das Ganze in Gläser.

Methode 3: Zerkleinerung im Mixer

Hier erhältst du eine sehr feine Mixtur

1. **Ernten:** Pflücke die Kräuter wie gewohnt.
2. **Vorbereitung:** Entferne beschädigte oder verfärbte Blätter. Gib die frischen Kräuter in einen Küchenmixer und zerkleinere sie zusammen mit dem Salz (optional) zu einer feinen Masse.
3. **Trocknung:** Verteile die Mischung auf einem Backblech und trockne sie im Ofen bei 40-50 °C für etwa 1-2 Stunden, bis die Mischung komplett trocken ist. Wende die Mischung dabei zwischendurch einige Male.
4. **Verarbeitung:** Mixe die Masse nach dem trocknen ggf. erneut und fülle sie in Gläser ab.

