

[Skriv här]

Gör ditt eget örtsalt

Du behöver

- Salt, helst havssalt som har olika nyttiga mineraler från havet (jod och selen bland annat). Fint eller grovt är en smaksak. Grovsalt kan malas i kryddkvarn, medan örtsalt gjort på finsalt i stort sett kan smulas sönder. Tag ungefär lika stor vikt salt som de färska örterna man använder, eller lite mindre om man vill att det skall bli nyttigare (tag ungefär 40/60%).
- Färska örter, kryddväxter likaväl som starksmakande grönsaker, till exempel lök och chili. Om man odlar knölfänkål eller rotselleri kan man använda blad och stjälkar, från purjon kan man skära av och använda de långa gröna bladen som ofta annars slängs!

Så här gör du

- Klipp sönder örterna, hacka lök och kryddiga grönsaker, frys sedan ner om du inte skall tillverka saltet direkt.
- När du gör saltet: lägg örterna i en stor skål blandat med salt. Överst lägger du ett extralager salt ovanpå blandningen.
- Efter någon timme ser du hur hela blandningen saftat sig. Saften skall nu torka ut innan du har ditt örtsalt färdigt. Om man vill skynda på torkningen kan man breda ut alltsammans i en stor djup ugnsplåt och ställa in i ugnen på svag värme (ca 50°C) med ugnsluckan på glänt, men har man gott om tid kan man låta det stå framme i rumstemperatur och torka. Inga småkryp brukar störa processen, men man kan om man vill täcka över med ett hushållspapper eller en ren handduk. När det är halvtorr kan man om man vill fylla blandningen i papperspåsar och ställa undan på ett torrt, luftigt varmt ställe, till exempel skåpet ovanför kylskåpet.
- Den torra blandningen smulas ned, mals i mortel, hushållsassistens eller kryddkvarn. Saltet binder smakämnen bra och ett hemmagjort örtsalt kan hålla i många år. Kämpa inte med att mala allt! Lite grova, segt motsträviga saltade örter går att använda till buljong!

[Skriv här]

Testa att göra olika blandningar

- Rent sellerisalt eller persiljesalt
- Alla sorters löksalt: vitlökssalt, gul/röd/gräslök mm...
- Citronskalssalt (använd bara eko-citroner!)
- Slingerkrasse-salt (Slingerkrasse kallas även indiankrasse)
- En blandning av allt ovan... men du kan också blanda i till exempel:
isop, dill, rosmarin, timjan, basilika, oregano, körvel, kyndel, krasse och ruccola.
Libsticka och salvia är också väldigt bra om man tar med måtta: de blir annars väldigt dominerande.

Blanda inte allt på en gång utan testa att lägga ihop några smaker och se hur de passar ihop! Örtsalt har tillverkats i tusentals år. Förr gjorde man det ofta för att dryga ut det då så dyra saltet (namnen selleri och även petroselinum dvs persilja, kommer av detta). Om du anstränger dig och gör örtsalt nu för tiden gör du det nog för att spara och ta till vara goda nyttiga örter, för att späda ut saltet som vi annars ofta äter för mycket av, och inte minst: för att få många spännande goda smakupplevelser!