



Памятка: пример базового набора специй

Из курса Учебника Т—Ж
«Как полюбить готовить»

Специя	Аромат и вкус	Где использовать
Черный свежемолотый перец	Острый, пряный, с легкими древесными нотами	Универсальная приправа для мяса, рыбы, овощей, соусов, супов, маринадов. Многие блюда выигрывают от свежемолотого перца
Обычная и копченая паприка	Сладковатый, мягкий, слегка фруктовый. Копченая придает дымный оттенок	Гуляш, тушеные блюда, картофель, курица, овощи на гриле
Кориандр — семена или молотый	Теплый, лимонно-цитрусовый с легкой сладостью	Карри, плов, супы, маринады для мяса
Тмин	Землистый, ореховый, слегка горьковатый, с теплыми нотами	Индийские карри, овощные рагу, бородинский хлеб
Куркума	Теплый, слегка горьковатый, землисто-древесный, с легкой пряностью	Карри, рис, маринады для курицы и рыбы. Часто добавляют ради яркого золотого цвета
Хлопья чили	Жгучая острота, фруктовые и дымные оттенки в зависимости от сорта	Паста, пицца, супы, рагу, мясо на гриле

Корица	Сладкая, теплая, древесная, с легкой остротой	Выпечка, каши, мясные рагу
Гвоздика	Интенсивный, сладко-пряный, слегка жгучий с оттенком камфоры	Маринады, пряная выпечка, индийские карри, тушеное мясо
Зеленый кардамон	Сладковато-пряный, с оттенками эвкалипта, цитрусов и хвои	Карри, рисовые блюда, пряные тушеные блюда
Орегано	Теплый, травянистый, слегка горьковатый, с камфорными нотами	Пицца, томатные соусы, овощи на гриле, греческие салаты

