

KRUIE, SPESERYE, SMAAKMIDDELS EN GEURMIDDELS

12

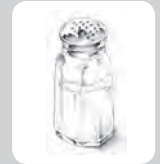
In hierdie hoofstuk sal jy leer om ...

Jou kennis en begrip van kruie, speserye, smaakmiddels en geurmiddels te demonstreer:

- Verskille tussen kruie en speserye
- Verskillende soorte kruie en speserye
- Beginsels vir die gebruik van kruie en speserye
- Geurmiddels
- Kruidery
- Soorte asyn
- Olies

1

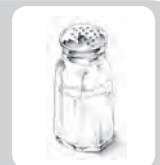
Inleiding



Die rol van die sjef is om goed gegeurde voedsel voor te sit en dit kan verkry word deur slegs sout oor die voedsel te strooi of 'n meer komplekse kombinasie van geurmiddels te gebruik. Kruie en speserye word wêreldwyd algemeen in voedsel gebruik. Dit word hoofsaaklik in voedsel gebruik om geur en aroma aan geregte te verleen en dit 'n kenmerkende smaak te gee. Kruie en speserye word van plante verkry. Kruie en speserye word ook vir hulle medisinale waarde en vir ontgiftig (detox) gebruik.

2

Geurmiddels



'n Geurmiddel is iets wat 'n nuwe smaak aan voedsel gee en die natuurlike smaak verander. Geur is die sensoriese indruk wat ons van voedsel verkry en word deur die smaak en geur van die voedsel bepaal. Die geur van voedsel kan deur natuurlike of kunsmatige geurmiddels verander word. Dit kan die geur van natuurlike voedsel verander of verbeter, soos om hoender met suurlemoen te geur.

2.1 Verskil tussen kruie en speserye



Die belangrikste verskil tussen kruie en speserye is die deel van die plant vanwaar dit verkry word. **Kruie** is die geurige blare van 'n nie-houtagtige plant. Die geur kom van die olie wat in die blare gestoor word en wat vrygestel word wanneer die kruie gekap, gekneus of verhit word. Die kruie kan vars of gedroog gebruik word, maar is die geurigste wanneer dit vars is. Dit kan vir die gaarmaak van voedsel gebruik word en word in groter hoeveelhede as speserye gebruik. Kruie word dwarsoor die wêreld gekweek.

Speserye is die wortels, stamme, stingels, blomme, vrugte of saad van houtagtige of nie-houtagtige plante. Speserye is gewoonlik sterker gegeur en meer kragtig as kruie, daarom word speserye in kleiner hoeveelhede gebruik. Speserye word gewoonlik in hulle droë vorm, heel of gemaal, gebruik. Droë poeiers het die sterkste geur. Speserye word meer algemeen in die Verre Ooste en in tropiese lande aangetref.

Sommige plante is beide kruie en speserye. Koljander blare sowel as die sade (koljander sade) word gebruik.

2.2 Verskillende soorte kruie

KRUI	BESKRYWING EN GEUR	GEBRUIK	OORSPRONG
Basieliekruid 	Soet basieliekruid is soet met 'n naeltjie-agtige geur. Pers basieliekruid het 'n peperagtige smaak.	In pestos, met tamaties, tamatiegegeurde disse en pasta souse, pizzas, Mediterreense (Italiaanse) geregte, gekeurde olies.	Antieke Egipte, Indië, Persië.
Lourierblaar 	Geurige boomblare met 'n effense soet smaak. Die vars blare smaak soos balsem en heuning; dit het 'n skerp, speseryagtige smaak en is aromaties.	Gebruik vars / gedroogde blare. Marinades, aftreksel, patees, bredies, kerries en vulsels, pekeling. Gebruik in bouquet garni.	Mediterreense streek, Turkye.
Grasui 	Seisoenaal, lyk soos die groen blare van uie. Dit lyk soos groen stokkies wat hol is van binne. Dra perspienk blomme in die somer. Verloor geur wanneer dit gedroog word.	Sny blare in slaaie, sop, souse, doopsouse, sagte kase, pastas, omelette en as garnering.	Europa, Brittanje.
Koljander / Cilantro / Danja 	Dwarsdeur die jaar beskikbaar. Aromatiese blare met 'n soet reuk, die stingel kan gebruik word.	Kerries, piekels, roerbraai, vleisdisse, slaaie, souse en as garnering.	Antieke Egipte, Suid-Europa.
Dille 	Dwarsdeur die jaar beskikbaar. Veeragtige blare met 'n unieke speseryagtige anys- en sitrusgeur.	Gebruik met vis, eiers en aartappels, piekels, slaaie, sop, roomkaas en as garnering.	Mediterreense streek, Rusland, Swart See.
Vinkel 	Dwarsdeur die jaar beskikbaar. Dit het veeragtige blare. Ruik soos liquorice, soortgelyk aan anys.	Voeg by groenboontjies, slaaie, vis, hoendervulsel, meng met roomkaas. Braai / bak die vinkel bolle.	Mediterreense streek, Suid-Europa.






KRUI	BESKRYWING EN GEUR	GEBRUIK	OORSPRONG
Salie 	Immergroen struik. Lang, smal gryserige blare met 'n mosagtige, rokerige aroma.	Ryk vet vleis, vark, kaas, piekels, southappie brood, geurde botter vir pasta, diepgebraaide blare vir garnering.	Mediterreense streek.
Tiemie 	Klein, smal, gryserige, groen blare met 'n aromatiese, skerp / byt smaak. Gebruik met stingel vir die beste smaak.	Potjiekos, kasserolgerigte, marinades, souse, deel van bouquet garni.	Mediterreense streek.

Belangrike woorde

Fines herbs is 'n tradisionele Franse, fyn gekapte kruiemengsel wat bestaan uit pietersielie, kervil, grasui en dragon. Dit kan vir eiers, gestoomde vis en hoender, souse en gestoomde groente gebruik word.

2.3 Verskillende soorte speserye

SPESERYE	BESKRYWING EN GEUR	GEBRUIK	OORSPRONG
Gemengde speserye/ Wonderpeper	Dit smaak soos 'n mengsel van neutmuskaat, kaneel en naeltjies. Dit is 'n donkerbruin, ertjiegrootte bessie van die pimentboom (wonderpeper) wat gemaal is.	Piekervis, bredies en kasserolgerigte, sheba en blatjang. Kan gebruik word in soet en sout disse.	Jamaika, Suidelike Mexiko.
Anyssaad 	Dit is 'n klein groen, grys saad . 'n Effense matige liquorice smaak.	Koek, gebak, geur alkoholiese drankes, speseryagtige koek.	Egipte.
Kardemom 	Warm, effens pikante, suurlemoenagtige, bloekomgeur. Dit kan as 'n poeier, gedroogde peule of los sade aangekoop word.	Kerries, geurige rysdisse, koffie, fyngebak, rolletjies, roomys.	Indië.
Rissies/ Brandrissie 	Baie sterk en skerp/brandsmaak	Oosterse- en Chinese voedsel, kerrie, sambals, takos, souse en harissa pasta.	Sentraal Amerika, Suid-Amerika.
	<ul style="list-style-type: none"> Rissiepoeier is gemaak van gedroogde, gemaalde saad wat die skerpste/sterkste deel van die rissie is. Daar is verskillende variëteite (soorte) rissiepoeiers wat verskil in brand en geursterkte. Rooipeper het 'n warm rooi-oranje kleur. Lyk soos 'n smal, gepunte rissie, maar is nie so sterk soos rissies nie. Dit word gemaak van die saad van die plant. 		

SPESERYE	BESKRYWING EN GEUR	GEBRUIK	OORSPRONG
Peper 	Peper is gemaalde peperkorrels (bessies). Heel peperkorrels het 'n ware pepersmaak – sterk, met 'n housterige aroma en 'n skerp, byterige smaak. Peper is die mees gebruikte spesery in die Westerse kookkuns. Dit het 'n warm, sterk, skerp smaak. Wit peper is die matigste.	Wit peper vermeng beter met voedsel en souse, terwyl swart peper uitstaan as gevolg van sy kleur.	Tropiese Indië.
Saffraan 	Die duurste spesery met 'n sterk heuningagtige geur en 'n helder oranje kleur. Dit word van gedroogde meeldrade van die saffraan crocusblom gemaak.	Rysdisse, souse, sop, nageregte en lekkers.	Suid-Europa, Suid-Wes Asië.
Steranys 	Dit is 'n stervormige vrug met 'n skerp anys geur.	Chinese kos, bredies, sop.	Sjina, Viëtnam.
Borrie 	Warm, effense skerp geur. Dit word gemaak van die wortel van 'n plant wat soos gemmer lyk. Die plant het 'n geel rand en is oranje aan die binnekant.	Word gebruik as smaakmiddel en kleur in bredies, bobotie, souse, piekels en blatjang.	Indië, Suid-Oos Asië.
Vanielje 	Vanielje het 'n soet geur en aroma. Dit is 'n geurmiddel wat onttrek word uit die saadpeule van 'n orgidee. Vanielje orgidee groei in tropiese klimaat: Indonesië, Madagaskar, Meksiko, Sentraal- en Suid-Amerika en Wes-Indië. Vanielje word verkoop as: <ul style="list-style-type: none"> • 'n hele peul • poeier • pasta (smeer) • ekstrak • essens. 	Vanielje word gebruik vir nageregte, koeke, lekkers, roomys, jogurt, melk, vla en souse.	Meksiko.

6.1 Olyfolie

Olyfolie is 'n Mediterreense produk. Dit word van olywe gemaak wat aan olyfbome groei. Daar is verskillende soorte olyfolies. Die graad van verwerking asook die kwaliteit van die olie word deur die naam van die olie aangedui, bv. 'extra-virgin' olyfolie, 'virgin' olyfolie en suiwer olyfolie. 'Extra-virgin' olyfolie is die hoogste graad olyfolie wat beskikbaar is. Hierdie olie word slegs een keer koud gepers. Die tweede beste olyfolie is 'virgin' olyfolie. 'Extra-virgin' olyfolie kan vir slaaie, slaaisouse, die soteer van groente, bredies en soppe en vir die doop van brood gebruik word.

Belangrike woorde

Koud gepers: is ook bekend as koue ekstraksie. Dit beteken dat die olie nie tydens die prosessering verhit was nie. Die olie sal dus die aroma, natuurlike anti-oksidente en minerale behou. Die temperatuur vir koue pers moet onder 30 °C wees.

'Virgin olie': dui daarop dat die olywe gepers word om die olie te onttrek. Geen hitte of chemikalieë word tydens die proses gebruik nie.

6.2 Sonneblomolie

Sonneblomolie is die olie wat hoofsaaklik vir gaarmaak doeleindes gebruik word. Die olie word van sonneblomsade gepers. Sonneblomolie kan hoë gaarmaaktemperatuur weerstaan. Die olie is lig in smaak en voorkoms. Sonneblomolie is vir die eerste keer in Mexiko geproduseer.

6.3 Canola olie

Jare gelede was Canola olie van 'n kultivar van raapsaad of veldmosterd gemaak. Die naam Canola is afgelei van die woorde: 'Canadian oil, low acid'. Daar is 'n Canola plant gedurende die 1970's in Kanada gekweek en die Canola olie word vandag uit Canola sade onttrek. Hierdie olie bevat geen cholesterol nie en het 'n hoë rookpunt.

6.4 Druiwepitolie

Druiwepitolie is 'n Italiaanse produk. Die olie word uit die pitte van verskillende druiwesoorde gepers. Die pitte is 'n byproduk tydens wynproduksie. Druiwepitolie is ideaal vir voedsel wat by hoë temperatuur gaargemaak word en kan vir roerbraai, marinades, slaaisouse, mayonnaise of as 'n basis vir gegeurde olie, bv. basiliekruidolie gebruik word.

6.5 Avokadopeerolie

Avokadopeerolie het 'n neutagtige geur en word uit die avokadopeer gepers. Avokadopeerolie kan vir die gaarmaak van voedsel gebruik word of as 'n basis om olies te geur. Avokadopeerolie is vir die eerste keer in Chili geproduseer.



Kookolie