



Foto: Martin Wiesner

## **NATUR IM GARTEN**

Angelika Ertl-Marko

redaktion@woche.at

### **Gartenkräuter rasch haltbar gemacht**

Jetzt wachsen und gedeihen die Kräuter im Garten. Frisch geerntet und verarbeitet sind sie natürlich am gesündesten. Manche Kräuter können auch haltbar gemacht werden. Dazu einige Tipps.

Probieren Sie doch einmal das köstliche Kräuteröl und den Kräuternessig. Dafür nehmen Sie zwei Handvoll frische Blätter und einen halben Liter kalt gepresstes Olivenöl oder Sonnenblumenöl oder die gleiche Menge eines guten Essigs. Öl verträgt sich nicht mit Wasser, daher müssen die Kräuter trocken sein. Stängel, Blätter und Blüten übergießen Sie in einer verschließbaren Flasche mit Öl oder Essig, bis sie vollständig bedeckt sind. Der Ansatz zieht vier Wochen an einem warmen Platz. Sobald man das Gemisch verwendet, müssen die Kräuter entfernt werden, da sie sonst zu schimmeln beginnen. Salatkräuter wie Petersilie, Schnittlauch, Kerbel und Basilikum verlieren tiefgefroren weniger Aroma als beim Trocknen. Geben Sie die kleingeschnittenen Kräuter in kleine Eiswürfelschalen und gießen Sie Wasser vor dem Einfrieren darüber – bei Bedarf portionsweise verwenden. Tee-Kräuter trocknen Sie am besten an einem dunklen und luftigen Ort – erst vor dem Verwenden zerkleinern.

**Ihre Angelika Ertl-Marko**

**Service-Angebot von „Natur im Garten“ Steiermark:**

Kostenlose Beratung am Gartentelefon Steiermark 03334/31 700, [www.oekoregion-kaindorf.at](http://www.oekoregion-kaindorf.at)