



DOMÁCÍ KOŘENÍ 01. 02. 2021

Majoránka nejen do bramboráků. Načerpejte inspiraci s těmito čtyřmi směsmi koření!

Majoránka zahradní je bylinka, kterou si zamilovaly české kuchařky již před několika stovkami let. A nejen ty. S oblibou ji používali lidé i za hranicemi. Údajně ji oceňovali ve starověku jako skvělou léčivku. V lidovém léčitelství se hojně používala a stále používá pro své blahodárné účinky na trávicí procesy v těle a eliminuje plynatost. Majoránku tedy můžete využít nejen k ochucení bramboráků, ale také k přípravě čajů.

Nyní vám představíme **několik aromatických kořenících směsí**, v kterých se vyskytuje **majoránka**. Mají širokospektré použití. Zejména pak na zeleninové pokrmy budou tyto kombinace perfektní. Ve výsledku je ale jen na vás, jaké jídlo těmito skvosty ovoníte a dochutíte.

Majoránka z historického pohledu

Jak již bylo zmíněno, majoránka (svým původem z dnešního Turecka) se ve velkém používala **už ve**

starověku. Římané a Řekové si oblíbovali tuto bylinku z jednoho prostého důvodu. **Věřili, že jim přinese štěstí v lásce,** a tak z ní vili věnce pro nevěstu. Majoránka kromě jiného skvěle posloužila i **na výrobu přírodních olejů a krémů,** jež měly působit jako intenzivní povzbuzovače **sexuální vášně.** Ve staré Anglii si aromatickou rostlinku dokonce pánové **přidávali do šňupacího tabáku.** V české kuchyni se začalo tohle koření objevovat pravděpodobně mezi šestnáctým až sedmnáctým stoletím. Již ve staročeských kuchařkách je možné na majoránku natrefit v různých pokrmech.

Majoránka a její účinky

Můžeme s jistotou říct, že majoránka patří **mezi byliny léčivé,** nejen chutné. Pokud ji přidáte do svých jídel, **budou lépe strávena.** Rostlinka totiž podporuje produkci žaludečních šťáv. Blahodárný bude pro váš organismus i **výluh ze sušené majoránky** (1 lžička bylinky a 200 ml horké vody), který má následující účinky:

- **urychlí rekonvalescenci u respiračních nemocí a nachlazení**
- **působí proti zánětům a má dezinfekční vlastnosti**
- **dokáže zklidnit a uvolní napětí i stres**
- **pomůže proti migrénám i silné menstruaci**
- **bojuje proti nechutenství**



Majoránka jako voňavé a lahodné koření: Směsi, které potěší kdejakou kuchařinku

V české kuchyni se nejčastěji vidí majoránka v kombinacích s česnekem nebo tymiánem. Namíchat si ji ovšem můžete i dle následujících tipů:

- **Toskánská směs koření:** k ochucení salátové zálivky, pečené zeleniny nebo do italských pokrmů se tato kořenící směs bude vždy hodit. Potřebujete tyto suroviny - sušená majoránka: 4 lžice, sušená bazalka: 4 lžice, sušený česnek: 2 lžice, sušené oregano: 2 lžice, sušený rozmarýn: 2 lžice, sušený tymián: 2 lžice, barevný drcený pepř: 2 lžice. Koření uchovávejte v uzavíratelné sklenici.
- **Staročeská směs koření na karbanátky:** tento recept na kořenící směs pochází od Magdaleny Dobromily Rettigové. Říkala mu velmi poeticky „míšeninka“. Koření se hodí zejména do karbanátků. Hlavní ingrediencí je ona slavná sušená majoránka v množství cca tři lžic, poté k ní přidáte trochu muškátového oříšku, mletého zázvoru, mletého černého pepře a mletého hřebíčku. Množství tato věhlasná kuchařka z dob staročeských neřešila. Zkrátka to brala „od oka“.
- **Řecká směs koření:** ta se bude hodit hlavně do typicky řeckých pokrmů, jako je [řecký salát](#), nebo musaka. Okořenit směsí můžete i pomazánky nebo těstoviny. Potřeba budete tyto ingredience - sušená máta peprná: 1 lžička, sušený česnek: ¼ lžičky, majoránka: 2 lžičky, sušená cibule: ½ lžičky, sušená bazalka: ½ lžičky a tymián: 1 lžička.
- **Směs koření na drůbež:** a tuto poslední kořenící směs lze použít především na jakoukoliv drůbež. Smíchejte si tyto suroviny - [majoránka](#): 1 lžička, mletá šalvěj: 2 lžičky, mletý [tymián](#): 1 a ½ lžičky, mletý rozmarýn: ¾ lžičky, mletý muškátový oříšek: ½ lžičky a mletý černý pepř: ½ lžičky. Opět skladujte ve sklenici s víkem na suchém a tmavém místě.

Autor článku: [Iveta Berezkinová](#)