



VYUŽITIE LEVANDULE V KUCHYNI

Je veľmi dôležité vedieť, či je vami používaná levanduľa vhodná na konzumovanie – **jedlé sú iba kvety a listy levandule úzkolistej** (*Lavandula angustifolia*, *Lavandula officinalis*). Vždy sa ubezpečte, či vaša bylina nemá chemický postrek.

Listy levandule sa v malom množstve hodia k rybám, pečenému mäsu i do šalátov. V zimnom období sa dá z jej kvetov pripraviť chutný voňavý čaj, levandulový sirup a výborný je aj levandulový med.

LEVANDULOVÁ LETNÁ LIMONÁDA

Levandulu zaliať 1dcl vriacej vody a nechať cca 10 minút lúhovať. Výluh precediť do džbánu, vmiešať med a citrón a doliať perlivou vodou alebo sódou. Do hotovej limonády ponoriť na ozdobu pár stebiel levandule a kôlička citrónu. Na záver pridať kocky ľadu, všetko ešte raz premiešajte a podávajte. Na zdravie!

LEVANDULOVÝ CUKOR

- čerstvé kvety levandule úzkolistej
- kryštálový cukor

Čerstvé levandulové kvety a cukor (príp. trstinový cukor) vrstevíme v nádobe postupne cukor a umyté vysušené kvety, kým nie je úplne plná. Nádobu uzavrieme a dáme odležať (aspoň 1 mesiac).

Použitie: Levandulovým cukrom sladíme koláče, dezerty, domáce sušienky, muffiny, limonády, bylinkové alebo ovocné čaje.

Náš tip: Môžete pridať vanilkový cukor alebo vanilkový lusk pre arómu.

PROVENSÁLSKE DOMÁCE KORENIE

Ingrediencie

- 3 lyžice sušeného tymianu
- 2 lyžice sušenej satirejky
- 1 lyžica sušeného oregana
- 3 lyžičky sušeného rozmarínu
- 2 lyžičky sušenej majoránky
- 1 lyžica sušených kvetov levandule úzkolistej

Postup: Zmiešať všetky prísady dohromady a pomlieť v mlynčeku (možno rozdrviť aj v mažiari) a skladovať vo vzduchotesnej nádobe pri izbovej teplote.



Žiaci z 2. špeciálnej triedy pri výrobe levandulového cukru