

USOS CULINARIOS

El tomillo da una especial fragancia campestre a muchos platos y es un ingrediente imprescindible para muchas mezclas de hierbas, sea con salvia y mejorana, o bien, con perejil, romero y laurel. Su penetrante sabor es vital para algunas sopas, panes de hierbas, estofados, guisos al horno, pasteles de carne y croquetas, todo tipo de carnes, salsas, marinadas y patés. Pruébalo para mejorar el sabor de las verduras cocidas con aceite. La caza, la carne de ave y las carnes a la parrilla ganan con tomillo. Va bien con las salsas a base de tomate.

El tomillo seco retiene la mayor parte de su aroma y sabor, y no se torna pajizo.

Usos medicinales: En medicina, le llaman el antibiótico de los pobres. Está recomendado en infecciones de las vías respiratorias al calmar la tos; también estimula la circulación capilar. Su infusión es excelente en gargarismos para la irritación de garganta y úlceras bucales.

HIERBAS AROMÁTICAS

PERIFOLLO
LAUREL
MENTA
HIERBABUENA
RÚCULA
TOMILLO
ROMERO
ESTRAGÓN
CEBOLLINO
CILANTRO
ALBAHACA
HIERBAS CARACOL
RÚCULA SELVÁTICA
HINOJO
BERROS
MACHE
ENELDO
ACEDERA
TARONGIL
HIERBA LUISA
ORÉGANO
SALVIA
PEREJIL
PEREJIL RIZADO

SELECCIÓN DE
RECETAS CON
HIERBAS
AROMÁTICAS



agroilla

producció i distribució de fruites i hortalisses

☎ 971 26 40 15
agroilla@agroilla.com

www.agroilla.com



TOMILLO



ESPIRALES CON SETAS

INGREDIENTES 4 personas

- 325 g de espirales largas (pasta seca)
- Un chorrito y 5 cucharadas de aceite
- 1 diente de ajo machacado
- 2 cucharadas de tomillo fresco picado
- 150 g de setas shiitake frescas en láminas
- 150 g de robellones frescos
- 15 g de setas secas, en remojo, escurridas y cortadas en láminas
- Sal y pimienta negra recién molida
- Parmesano fresco recién rallado para servir

PREPARACIÓN

En una cazuela grande con agua hirviendo, añada las espirales y un chorrito de aceite de oliva. Cueza la pasta unos 10 minutos, removiendo de vez en cuando, hasta que esté tierna. Escúrrala y tápela.

En una sartén grande con aceite caliente, saltee

el ajo y el tomillo fresco durante 1 ó 2 minutos; luego añada las setas y sazone al gusto con sal y pimienta negra recién molida.

Échelos en la cazuela que contiene las espirales. Mezcle unos segundos los ingredientes y sirva con un poco de queso parmesano recién rallado.