

USOS CULINARIOS

La salvia tiene aroma y sabor parecidos al alcanfor, con un dejo amargo y cálido, a veces picante, a especias.

Esta hierba se usa en mezclas de tomillo y mejorana. Tú puedes aprovecharla cuando prepares carne de cerdo, ganso, pato, ternera y cualquier tipo de pescado. La salvia enriquece el sabor de la cebolla, la berenjena, el tomate, la sopa de verduras, los consomés, y los platos con queso y huevo. Además, es especialmente deliciosa cuando se incorpora picada en salsas de nata.

La salvia fresca es preferible a la seca.

Usos medicinales: Estimula la producción de bilis y mejora la digestión de grasas. Contiene aceites volátiles, tuyona, amargos, flavonoides y ácidos fenólicos; es antiséptica y antiinflamatoria. Se usa para problemas menstruales, sudoración e infecciones de las vías respiratorias bajas. El consumo de salvia ayuda a la mujer a controlar los sofocos menopáusicos.

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

SALVIA



producció i distribució de fruites i hortalisses

☎ 971 26 40 15

agroilla@agroilla.com

www.agroilla.com





FLAÓN CON GELATINA DE SALVIA

Estirar la masa sobre la mesa espolvoreada con harina hasta conseguir un grueso de unos 3 mm y cubrir todo el molde. Pinchar la masa con un tenedor, cubrirla con papel de aluminio, para evitar que la masa se levante durante la cocción. Hornear a 190 °C durante unos 30 minutos.

Preparación del relleno

Mezclar con una batidora el requesón, la crema de leche, 6 huevos, 100 g de azúcar, la menta cortada a juliana muy fina y una cucharada de Pernod.

Cocción del Flaón

Poner el molde en una bandeja del horno. Llenarla con el relleno y hornea a 130 °C durante 45 minutos aproximadamente (Pinchar con un palillo para comprobar que esta cocido. Dejarlo enfriar.

Preparación de la gelatina

Escaldar la salvia. Triturarlo con 200 ml de agua. Colarlo y con el jugo obtenido añadir las dos hojas de gelatina, que previamente estaban en remojo. Una vez escurridas, deshacerlas dentro de un cazo sobre un fuego suave. Dejarlo cuajar en un recipiente.

INGREDIENTES

- 500 g de requesón
- 200 g de harina de repostería
- 7 huevos
- 200 g de crema de leche
- 200 ml de agua
- 130 g de azúcar
- 50 g de mantequilla
- 50 g de manteca de cerdo
- 50 g de salvia
- 10 hojas de menta
- 2 hojas de gelatina de 2 g cada una
- Levadura
- Una pizca de Pernod

Preparación de la masa

Pasar la harina por un colador fino, amontonar la harina con forma de volcán, dentro poner 30 g de azúcar, la mantequilla, la manteca de cerdo cortada a dados, un huevo y una punta de levadura. Amasarlo rápido para obtener una masa compacta. Taparla con film y guardarla dentro de la nevera como mínimo 1 hora.