the pur terroir®

INFUSÃO • HERBAL TEA

KRAUSEMINZE

Mentha spicata

Mentha x piperita f. citrata, volkstümlich als Krauseminze bekannt, verdankt ihren Namen ihren charakteristischen, speerförmigen Blättern. Sie wird in der ganzen Welt angebaut und ist in vielen Kulturen wegen ihres erfrischenden Geschmacks und ihrer möglichen gesundheitlichen Vorteile beliebt.

WIE IST SIE ZUBEREITET?

Mischen Sie 2 Esslöffel Krauseminze-Blätter mit einem Liter Wasser bei 80°C in einem Behälter deiner Wahl (Teesieb, Teekanne oder direkt in der Tasse). Lassen Sie die Blätter für 4-6 Minuten ausruhen, je nach wie konzentriert Sie die Infusion wollen. Die Krauseminze ist ein empfindlicheres Kraut, deshalb empfehlen wir eine kürzere Ziehzeit als üblich und eine etwas niedrigere Temperatur.

INGREDIENZEN

100% Krauseminze aus unserem Gebiet

NÄHRWERTANGABEN

Milchfrei, glutenfrei, koffeinfrei, theinfrei, geeignet für Vegetarier und Veganer.

WIE SCHMECKT SIE?

Die Krauseminze ist, wie der Name schon sagt, voll von frischen Minzaromen und - geschmack. Aufgüsse aus diesem Kraut sind sanft mit einer diskreten, aber erfrischenden Süße.

TRADITIONELL EINGESETZT FÜR

Der erfrischende Geschmack der Krauseminze und der hohe Niveau an Antioxidanten könne Stress reduzieren und den Blutdruck senken. Diese beruhigenden Eigenschaften begünstigen den Verdauungstrakt, indem sie die Magenmuskeln entspannen und Übelkeit und andere Verdauungsprobleme lindern. Sie kann auch zur Regulierung der Hormone beitragen, das Gedächtnis verbessern un das allgemeine Wohlbefinden fördern.

KULINARISCHE NUTZUNG

Viele Ihrer Lieblingsgerichte werden von der Frische der Krauseminze profitieren. Versuchen Sie, sie zu Desserts, gebratenem Gemüse, Suppen oder auch Soßen wie Hummus oder Taztziki hinzuzufügen. Der Krauseminze Eistee oder Limonade beifügen, ist auch eine fantastische Wahl.

WIE IST DAS PROZESS?

Die Pflanzen werden in unserer Gärtnerei biologisch angebaut und unter den am besten angepassten Sorten ausgewählt. Sie sind von Hand in der Nähe der Blütenphase der Pflanze gepflückt, wenn die Konzentration der ätherischen Öle am höchsten ist. Die Blätter werden bei niedrigen Temperaturen getrocknet, nie mehr als 25°C. Die besten Blätter werden von Hand ausgewählt.

PT-BIO-02
Landwirtschafts Portugal

PT-BIO-02
EU-Landwirtschaft

PT-BIO-02
Landwirtschaft außer der EU

Soalheiro