Dane aktualne na dzień: 18-11-2026 00:07

Link do produktu: https://rafex.eu/seler-nasiono-ziarno-mielony-100-g-p-213059.html



Seler Nasiono Ziarno mielony 100 g

Cena	**14,00 zł**
Numer katalogowy	**RAFEX005309**
Kod EAN	**05902888166319**
Producent	**Rafex**

Opis produktu

Charakterystyka

Nasiona selera charakteryzują się lekko goryczkowym smakiem, który można zminimalizować przez proces gotowania. Wykorzystywany w wielu potrawach jako subtelny dodatek, który wprowadza do dań wyraźny i intensywny akcent.

Zastosowanie

Ziarna selera wykorzystuje się do wielu potraw kuchni europejskiej. Podnosi walory smakowe dań mięsnych i zup. W połączeniu z ziołami takimi jak kurkuma, imbir i sos sojowy stworzy wyborne i aromatyczne danie.

Przepis na ziołowego kurczaka – **Składniki:**
: filet z kurczaka, oliwa z oliwek, czosnek, cebula, seler nasiono, papryka słodka, sos sojowy, sezam.

Przygotowanie: mięso oczyścić, pokroić w niedużą kostkę. Czosnek przecisnąć przez praskę, cebulę pokroić w piórka, zeszklić na patelni, dodać mięso, obsmażyć na złoto. Doprawić przyprawami, zalać wodą i dusić do miękkości. Zredukować ilość płynu, dodać sos sojowy i wymieszać z sezamem. Podawać z ryżem lub sałatką.

Ciekawostka

Sezam wykorzystywany jest również jako składnik humusu, pasty Tahini oraz chałwy.