

Koření

Charakteristika

Koření jsou čerstvé nebo sušené části tropických i domácích rostlin. Jejich charakteristickou chuť a vůni určují silice, oleje a alkaloidy. Výživová hodnota koření je zanedbatelná, využívá se především pro chuťové vlastnosti a podporu trávení díky dráždivým účinkům.

Dělení koření

Podle složení

- **Jednodruhov**é – obsahuje pouze jednu rostlinu.
- **Směsi koření** – kombinace více druhů bez přidání dalších látek (např. perníkové koření).
- **Kořenicí přípravky** – obsahují kromě koření i sůl, zeleninu, houby, glutamát sodný apod.

Z hlediska výživy

- **Prospěšné** – např. čerstvé nebo sušené natě.
- **Neškodné** – neobsahují dráždivé látky, ale mají výrazné aroma (např. vanilka, skořice).
- **Silně dráždivé** – obsahují dráždivé alkaloidy (např. pepř, pálivá paprika).

Podle části rostliny

- **Z podzemních částí:**
 - zázvor (CV – zázvorky)
 - kurkuma
 - puškvorec
- **Z kůry:**
 - skořice – je to usušená kůra skořicovníku cejlonského (kvalitnější) nebo skořicovníku čínského. Používá se buď celá nebo mletá. Barva usušené kůry je žlutohnědá až červenohnědá. Má příjemnou vůni, nasládlou kořeněnou chuť.
 - (CV – dezerty, koláče, sušenky, pečivo, nápoje, ochucování těst)
- **Z listů a celých rostlin:**
 - bobkový list, majoránka
 - tymián (CV – výroba perníku)
 - citronela (CV – cukrářské výrobky)
 - máta (CV – moučníky, čokolády, likéry, saláty)

- meduňka (CV – dorty s jogurtovou/tvarohovou polevou)
- bazalka, šalvěj, estragon, rozmarýn, saturejka, oregáno
- **Z květů a květních součástí:**
 - hřebíček (CV – perníkové koření, aromatizace náplní a kompotů)
 - kapary
 - šafrán (CV – moučníky a těsta)
- **Z plodů a semen:**
 - **Vanilka** – fermentované plody vanilovníku plocholistého.
 - **Úprava za sucha (mexický způsob)** – tobolky se nechávají zavadnout, pak se střídá slunění a pocení. To se opakuje několik týdnů. Fermentací se mění barva tobolek na hnědočernou, vanilin vykrytalizovává na povrchu a vanilka dostává charakteristickou vůni.
 - **Úprava mokrou metodou (oblasti Indického oceánu)** – sklizené tobolky se ponoří na několik sekund do 80-100°C horké vody, poté následuje fermentace stejná jako u mexického způsobu. Doba fermentace je kratší (4-7 dní).
 - (CV – ochucování zmrzlin, náplní a krémů, výroba likérů)
 - V současnosti je vanilka nahrazována synteticky připraveným vanilínem.
 - **Muškatový oříšek a květ** (CV – náplně, těsta)
 - **Kmín** (CV – slané tyčinky, pečivo)
 - **Nové koření, fenykl, anýz, badyán, kardamom** (CV – perníkové koření)

V cukrářské výrobě (**CV**) se používá převážně mleté koření bez vad a škůdců.