

---

# Vegeta - info

Dodano: 2000-08-20 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 1925 razy.

Vegeta i jej podobne mieszanki spotykane w handlu składają się ze zmieszanych w nieznanym nam proporcjach soli, glutaminianu sodu, sproszkowanych suszonych warzyw oraz ewentualnie przypraw ziołowych.

Skład tej warzywno ziołowej mieszanki jest bliżej nieokreślony i myślę, że mało stabilny. Dodając czegoś takiego do potrawy, rezygnujemy w gruncie rzeczy w części z wpływu na jej smak, zdając się na producenta przyprawy. Ponadto sproszkowane warzywa i przyprawy tracą szybko swój aromat i smak, więc to czym Vegeta "poprawia" smak to głównie glutaminian sodu.

Jeżeli ktoś lubi smak glutaminianu, to lepiej kupić go i używać oddzielnie do potraw do których się nadaje, np. do kuchni chińskiej.

Podobnie, jeżeli chcemy smak potrawy poprawić przez dodatek suszu warzywnego, lub przypraw ziołowych, to lepiej użyć takiego suszu zrobionego przez siebie, lub nawet kupnego, lecz nie sproszkowanego i użyć go w tej postaci. Podobnie z przyprawami ziołowymi. Osobiście nigdy prawie nie zjem gotowych mieszanek ziołowych, lecz każdą z przypraw dodaje oddzielnie.

Należy też pamiętać, że w takich gotowych mieszankach poszczególne składniki starzeją się w różnym tempie, więc z upływem czasu ich smak się zmienia na różne sposoby. Jeżeli te same przyprawy mamy oddzielnie, to nawet jeżeli jedna z nich trochę zwiędnie, to można jej dodać trochę więcej, czego nie da się zrobić z gotową mieszanką.

Osoby, które lubią Vegetę i dodają ją prawie do wszystkiego, uzależniły się po prostu smakowo od glutaminianu sodu, a w gruncie rzeczy niszczy naturalny smak produktów i upodabniają rozmaite potrawy do siebie.

Tak więc w dobrej kuchni nie ma miejsca na Vegetę, chociaż nie neguje jej użyteczności na biwakach etc., gdzie używa się często gorszej jakości produktów i nie ma wielkiego wyboru przypraw.

Pomijam tu zdrowotne aspekty spożywania dużej ilości sodu, który w Vegecie znajduje się zarówno w soli, jak i glutaminianie, a co już było kilkakrotnie na tej liście dyskutowane.

Władysław

From: wlos@tele.com.pl (Władysław Los)