

# Kochen, essen und geniessen mit Patrick Zbinden

## Kräuter einfrieren

### Anleitung

Das Einfrieren hat den Vorteil, dass innerhalb kürzester Zeit grosse Mengen an Kräutern konserviert werden können. Da die Blätter durch das Einfrieren weich werden und teilweise auch ihre Farbe verändern, lassen sie sich nach dem Auftauen nicht mehr zum Garnieren verwenden. Daher werden Kräuter am besten gleich fein zerkleinert eingefroren.

Dazu werden die gehackten Kräuter in Eiswürfelbehälter gefüllt. Anschliessend die einzelnen Vertiefungen mit Wasser auffüllen. Sobald die sie durchgefroren sind, werden die Kräuter-Eiswürfel in Gefrierbeutel oder -dosen umgefüllt.

Das Beschriften der Gefässe nicht vergessen!

Zur späteren Verwendung können die gefrorenen Kräuterwürfel beim kochen direkt dazugegeben werden.

### Anleitung nach:

G. Lehari  
«Küchenkräuter»  
Ulmer Verlag

### Weitere Bücher zum Thema:

«Einmachen und Einkochen für Dummies»,  
Wiley Verlag

E. Meyer-Berkout  
«Das Einfrier-Handbuch»,  
Heyne Verlag