

HERSTELLUNG VON GHEE

DIE HERSTELLUNG VON GHEE IST EIN RELATIV EINFACHER PROZESS, DER JEDOCH ZEIT UND SORGFALT ERFORDERT.

1. Butter schmelzen:

Hochwertige Butter (bioqualität) wird langsam bei niedriger Temperatur erhitzt, bis sie schmilzt.

2. Klären:

Während des Erhitzens trennt sich die Butter in drei Schichten: Schaum an der Oberfläche, geklärte Butter in der Mitte und Milchfeststoffe am Boden.

3. Abschöpfen:

Der Schaum wird von der Oberfläche abgeschöpft.

4. Filtern:

Die flüssige geklärte Butter wird durch ein feines Sieb oder Käsetuch gegossen, um die Milchfeststoffe zu entfernen.

5. Lagern:

Das klare, goldene Ghee wird in einem sauberen Glasbehälter aufbewahrt und kann bei Raumtemperatur oder im Kühlschrank gelagert werden.

GHEE ENTHÄLT KEIN WASSER, VERDIRBT DAHER NICHT LEICHT UND BEWAHRT DIE URSPRÜNGLICHE FRISCHE UND POTENZ VON KRÄUTERN UND LEBENSMITTELN. DESHALB IST KEINE KÜHLUNG FÜR GHEE ERFORDERLICH.

GUT ZU WISSEN:

IN DER ALTEN AYURVEDISCHEN UND VOLKSTÜMLICHEN ANNAHME NIMMT DIE WIRKSAMKEIT UND DIE HEILENDEN EIGENSCHAFTEN VON GHEE MIT ZUNEHMENDEM ALTER ZU, AUCH WENN SEIN GESCHMACK LEICHT BITTER WIRD. IN VIELEN KLASSISCHEN AYURVEDISCHEN FORMULIERUNGEN WIRD 5 BIS 10 JAHRE ALTES GHEE SEHR EMPFOHLEN.

