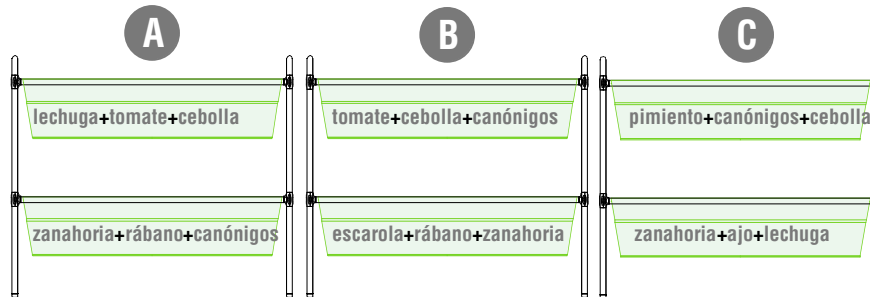


EJEMPLOS DE HUERTO

Un huerto de ensaladas

Podemos diseñar un huerto a medida o inspirarnos en alguna de las siguientes propuestas.



soja germinada
semillas de sésamo
pipas de calabaza

quesos
anchoas
salmón

granada
piña
kiwi

pasta
arroz
patatas

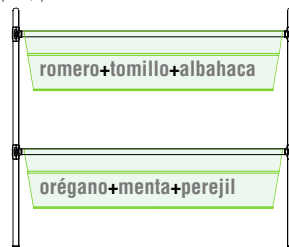
hierbas aromáticas
vinagre de módena
frutos secos

Un huerto aromático

Para poder disfrutar de hierbas aromáticas durante todo el año tenemos dos opciones:

Secarlas. Cortamos las ramas y las dejamos secar en un sitio ventilado con poca luz.

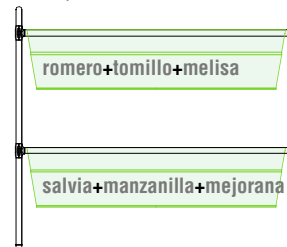
Congelarlas. Separamos las hojas y las depositamos en una bandeja para hacer cubitos de hielo, las cubrimos con agua y las congelamos. Después únicamente tendremos que añadir los cubitos a nuestras salsas, sopas, pastas u otras recetas.



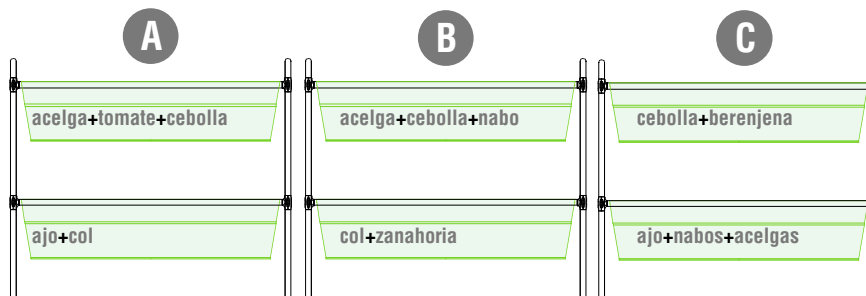
Un huerto para beber

Las hierbas de tipo medicinal, al igual que las aromáticas, se encuentran en los viveros ya preparadas para ser trasplantadas.

Para hacer una infusión únicamente necesitamos una cucharadita de hierbas, secas o frescas, por cada taza que prepararemos. Las hervimos con agua, removiendo bien y las dejamos reposar de 5 a 10 minutos. Después pasamos la mezcla por un colador y si nos apetece podemos añadir un poco de miel o zumo de limón.



Un huerto verde



arroces
purés
sopas

consomé
cremas
salsas

pizzas
pistos
guarniciones

gratinados
asados
tortillas

pasteles
rellenos
tortas