

# Kräuteröl selber machen

## Zutaten für 350ml Kräuteröl:

- 1 Glasflasche mit Schraubverschluss
- 2 Zehen **Knoblauch**
- 1 Strauch Rosmarin
- 350 ml geschmacksneutrales **Öl** (z.B. **Bio-Rapsöl**)



## Nach Belieben und Geschmack:

- 2 Lorbeerblätter
- 1 Strauch Thymian
- 1 Chilischote
- 1 TL bunte Pfefferkörner
- oder andere **selbstgeerntete Kräuter**, wie Borretsch, Oregano, Salbei oder Minze.

## Rezept für selbstgemachtes Kräuteröl:

1. Wasche die Glasflasche als erstes mit heißem Wasser aus und lasse sie trocknen. Die Flasche muss komplett trocken sein.
2. Schneide währenddessen die Knoblauchzehen in zwei Hälften und fülle sie in die Flasche.
3. Gib dann den Rosmarin in die Flasche. Die Kräuter müssen unbedingt trocken sein, um Schimmel zu vermeiden.
4. Fülle dann die restlichen Zutaten in die Flasche, die du deinem Kräuteröl zusetzen möchtest.
5. Als letztes füllst du das Öl in die Flasche. Etwas einfacher klappt das mit einem Trichter.

**Tip:** Du kannst die Kräuter auch zerkleinern. Wenn du die Kräuter nicht im Essen haben möchtest kannst du das Öl vor dem Verzehr noch einmal filtern.

Die Kräuter müssen komplett vom Öl bedeckt sein. Mit einem Schraubverschluss kannst du die Flasche **luftdicht** verschließen. Lasse das Öl noch etwa **zwei Wochen stehen und durchziehen**. So entfaltet sich der Geschmack der Kräuter und geht ins Öl über. Erst dann schmeckt es richtig gut.

Lagere dein Öl an einem dunklen und trockenen Ort. Das Öl konserviert die Kräuter für **viele Wochen**: Nach dem Öffnen ist dein Kräuteröl etwa **sechs Wochen haltbar**. Liegen die Kräuter frei in der Flasche, kannst du noch etwas Öl nachfüllen, um Schimmel zu vermeiden.