

Typy, etiketa a použití



Nejdřív etiketa, potom barva

Odstín ovlivňuje druh semen, pražení i zpracování. Označení bílý nebo černý popisuje použitá semena či typ výrobku, ne automaticky teplotní odolnost.

Nepražený / jemný

Může mít lehčí chuť. Vhodnost k zahřívání musí potvrdit etiketa konkrétního výrobku.

Pražený

Vůně je výraznější. Typicky funguje jako aromatická složka zálivek a hotových jídel.

Bílý / černý

Nejde o spolehlivý údaj o pražení ani kouřovém bodu. Čtete celý název a složení.

Co si neplést

Sezamový olej není totéž co sezamový dresink ani tahini. Dresink obsahuje další suroviny, tahini je pasta z rozemletých semen.

Rozhodnutí v kuchyni



Rozhodovací tabulka

Studený dresink

aromatický typ

vmíchat do zálivky**Nudle a rýže**

pražený typ

přidat po kapkách**Polévka**

výrazný typ

do hotové misky**Zahřívání**

dle etikety

neodhadovat podle barvy

Alergen a skladování

Sezam je povinně uváděný alergen. Kontrolujte složení i upozornění na možné stopy. Olej držte dobře uzavřený, mimo světlo a teplo a dodržte pokyny výrobce po otevření.

Žluknutí poznáte podle zatuchlé, voskové nebo nepříjemně hořké vůně a chuti. Takový olej do jídla nepoužívejte.

Praktická dávka

Začněte jednou čajovou lžičkou do zálivky pro tři porce. Ochutnejte a teprve potom přidávejte; intenzita se mezi výrobky liší.

Recept a pět přímých odkazů



Studené sezamové nudle

Nudle - okurka - mrkev - sójová omáčka - rýžový ocet - sezam

Nudle uvařte, propláchněte studenou vodou a dobře slijte. Promíchejte se zálivkou a zeleninou. Sezamový olej dávkujte podle intenzity výrobku.

Pět produktů pro různé potřeby

Chee Seng bílý 375 ml

Z pražených bílých sezamových semen; aromatický olej do dresinků a dipů.

[OTEVŘÍT PRODUKT](#)

Golden Turtle černý 1 l

Výrazně oříškový olej z pražených semen pro časté dochucování.

[OTEVŘÍT PRODUKT](#)

Oh Aik Guan 150 ml

Malé balení aromatického sezamového oleje na zálivky, marinády a finiš.

[OTEVŘÍT PRODUKT](#)

Oh Aik Guan 650 ml

Větší balení pro pravidelné vaření, dresinky a marinády.

[OTEVŘÍT PRODUKT](#)

Double Pagoda 250 ml

Olej z pražených sezamových semen s výraznou oříškovou chutí.

[OTEVŘÍT PRODUKT](#)

Zdroje: FAO/WHO Codex; nařízení EU 1169/2011; japonské MAFF; etikety konkrétních výrobků.