



# 13

mar 2015

## Koriander

Skribent: **Benjamin Larsson**

Koriander, örten som man antingen älskar eller avskyr.

För några år sedan så skulle jag aldrig kunna tänka mig att äta något med koriander, det smakade som parfymerat diskvatten för mig och ja det förstörde nästan varje asiatisk rätt jag beställde ute på restauranger då.

Idag så har det blivit en helomvändning, jag vet inte om det är så att mina smaklökar har förändrats på äldre dagar eller om jag helt enkelt bara var naiv. Koriander är den viktigaste örten i all asiatisk och sydeuropeisk mat jag lagar idag, jag älskar den! Koriandern har odlats i över 3000 år och har omnämnts i bland annat bibeln och romerska skrifter. Och det var just romarna som tog med sig örten till de norra delarna av Europa och spred användningen av den.

I Asien så använder man både korianderfrön och de färska bladen nästan likadant som vi använder persilja i Europa. Korianderfrö är ofta huvudingrediensen i många curryrätter!

Så om du är en sådan som jag en gång var, en antikoriandare så ber jag dig att testa det en gång till! Gör en god Pico de Gallo som tillhör till din Chiligröta så lovar jag att du inte kommer att bli besviken.