Glühwein con aceites esenciales, receta

lunes 3 de mayo de 2021

ESCRITO POR SUEN



Tomar vino caliente es una tradición de los países nórdicos y de Europa del Este. El Glühwein -así llamado en tierras germanas- es una de las tantas versiones que existen de esta bebida alcohólica aromatizada con especias y dulzona. En los países germanos es muy típico encontrar puestos callejeros de vino caliente los días fríos. Es una bebida altamente reconfortante, sobre todo cuando pasas unas cuantas horas en la calle bajo temperaturas muy bajas.

Se compone principalmente de vino caliente con especias y es muy popular en Suecia (Glögg), Dinamarca (Gløgg), Alemania, Austria y la República Checa, siendo frecuente encontrarlo también en Suiza y hasta en el norte de Italia. En Italia y Austria lo encontraremos hecho con vino blanco pero en el resto de Europa se consume con vino tinto muy caliente.

Tengamos presente que los aceites que añadamos deben ser exclusivos para ingestión alimentaria. Bajo ningún concepto debemos usar aceites esenciales para masajes o para quemadores de aceites.

Recomiendo usar vino tinto. Se le añade fruta. Sugiero la combinación de naranja, mandarina, limón e higo. Si alguna fruta propuesta no nos gusta podemos evitarla o incluso sustituirla por alguna similar. También añadiremos especias: canela, clavo de olor, cardamomo, vainilla y nuez moscada. Esta combinación de sabores y olores mejora aún más con los aceites esenciales.

Receta para el Glühwein

Ingredientes

- 1/2 litro de agua
- 1 litro de vino de calidad
- 3 clavos de olor
- 1 palo de canela
- 2 estrellas de anís estrellado
- La piel de una naranja y de un limón
- El zumo de una naranja y de un limón
- 2 cucharadas de miel de acacia o de flores
- 1 naranja y 1 limón (los reservamos para añadir al final)

Preparación

Calentar estos ingredientes sin que llegue a hervir, bajar el fuego, tapar y dejar que cueza durante una hora a fuego bajo. Colar para retirar las especias.

Innovación:

Añadimos esencias y los aceites esenciales aptos para la ingestión:

- 10 gotas de esencia de naranja dulce
- 5 gotas de esencia de limón
- 3 gotas de aceite esencial de nuez moscada todas juntas diluidas en un par de cucharas grandes de miel de acacia.

Si no disponemos de aceite esencial de nuez moscada se puede añadir nuez moscada rayada. Incluso podemos sustituirlo por un aceite esencial -cuyo sabor encaje con la bebida- que sea indicado para el tratamiento de alguna dolencia que queramos aliviar.

Cuando, por la temperatura, se pueda catar, admite rectificar de miel o añadir azúcar moreno, si necesario. Cortar una naranja y un limón en cuartos de rodajas. Servir el vino en tazas -nunca en vaso- y añadir un trocito de limón y otro de naranja en cada una. También podemos decorar cada taza con un trocito de palo de canela y una estrella de anís empleados para la cocción. Si nos sobra preparado, es posible conservar este vino en la nevera durante unos días, preferiblemente en una botella de cristal. Sólo habrá que calentarlo a baja temperatura cuando queramos tomarlo.