

## **Aceite aromatizado a las especias**

**Escrito por Paloma -  
Lunes, mayo 18, 2015**

Hace unos días recibí en mi domicilio una entrega de **Aceite de Oliva Virgen Extra *Picual* y otra de *Royal***, ambas, procedentes de la **Sierra de Cazorla** (de donde es su [D.O.](#), una de mis preferidas), en **Jaén**.

Siempre utilizo el Aceite de Oliva Virgen Extra, da igual que sea para cocinar o freír, que para aliñar crudos. Las propiedades de nuestro **oro nacional** no tienen igual y he de reconocer que cada variedad tiene sus particularidades, su propio sabor, su acidez, aroma, densidad, color...

*Royal* es una variedad autóctona y exclusiva de esta comarca andaluza. Yo no la había probado todavía. Al hacerlo, el más puro sentido de oliva fresca prensada se alojó en mi boca. Suave, afrutado, agradecido... Pensé que sería ideal para aromatizar y es el que elegí (aunque puede valer de cualquier otra aceituna, siempre que el aceite sea bueno). Porque **aromatizar un aceite que no tiene cuerpo, no tiene sentido**.

Hacía tiempo que buscaba el momento para **aromatizar con especias un buen aceite**, de calidad. Había llegado el momento. Ahora debe permanecer en el silencio de una alacena en total oscuridad durante 30 días... después de este tiempo lo sacaré, lo filtraré y os daré los resultados. Prometido! Pero auguro conseguir un aromatizado de muchísima calidad! No puede ser menos, con la materia prima con que lo hago...

El método de ensayo-error es la mejor manera muchas veces de aprender. No vale cualquier aceite para todo. Cuando hablamos de aromatizar, debemos tener una buena base. No se trata de sacar mayor partido a un elemento mediocre, sino de potenciar exponencialmente la sinergia de los elementos y conseguir sabores únicos. Creo que con este aceite concretamente, he dado en el clavo (nunca mejor dicho ;) )!

**Además del sabor, conseguimos extraer las propiedades de las especias con que lo maceramos, otorgando de un caracter casi medicinal a nuestro aceite.** En este caso, hemos usado **laurel**, que es antiséptico y digestivo; **clavo de especia**, que también es antiséptico, digestivo y tónico, utilizándose a menudo junto a la **canela** para la preparación de compotas, dulces y pasteles; **pimienta negra**, tónico y digestivo, se utiliza en los trastornos urinarios y del hígado; el **enebro**, a su vez, es tónico de todas las funciones orgánicas, antiséptico y diurético; el [limón](#), es un antibiótico natural, como ya sabemos.

Gracias a [Aceites Cazorla](#) por darme la oportunidad de degustar este regalo para el paladar y para la salud!

## **Receta Aceite aromatizado a las especias**

Según la forma tradicional

### Ingredientes (para 1 litro de aceite aromatizado)

- 1 litro de aceite de oliva virgen extra (AOVE)
- 2 hojas de laurel
- 3 clavos de especias
- 3 gramos de pimienta negra
- 4 bayas de enebro
- 1 trocito de canela en rama
- 1 cáscara de limón

### Preparación

Ponemos en un recipiente esterilizado que se pueda cerrar herméticamente todos los ingredientes y dejamos macerar durante un mes en algún lugar oscuro, preservado de la luz.

Pasado ese tiempo, filtramos y embotellamos en botellas pequeñas, para ir gastando arreglo a necesidad.

**Nota:** Es un condimento ideal para verduras crudas y cocidas y para carnes a la parrilla.

**Consulta el artículo de "Nutrición y salud":** [Pan, aceite y sal](#)