|  |  |
| --- | --- |
| Fotografía de unas canoas y un cobertizo en un lago El aceite de oliva para infusionar.****Posibles sabores del aceite**** Cuando aplicamos calor al aceite todos sabemos que modifica sus funciones organolépticas y nutricionales y dejamos de disfrutar de casi la mayoría de ellas, pues bién si el aporte de calor es mínimo podemos utilizar el aceite de oliva para infusionar y aportar a distintas elaboraciones de todo su sabor sin prencisdir de ningunas de sus cualidades nutricionales.  Para elegir con qué infusionar el aceite de oliva, es importante que sepas con qué quieres usar el aceite. No es lo mismo preparar un aceite especial para ensaladas, que un aceite para pizzas.  El aceite infusionado con ajo, pimienta y laurel es una buena forma de comenzar porque funciona con cualquier platillo: carne roja, blanca, pescado, pasta, y cualquier plato salado que desees realzar. |  |



Como infusionar el aceite de oliva

Si deseas cocinar una receta italiana, infusiona el aceite de oliva virgen extra con albahaca, ajo y sal para conseguir un aceite infusionado delicioso y acorde. Otra opción también es hacerlo con orégano, laurel, y sal.

Para las ensaladas lo más recomendable es usar la piel de un limón para infusionarlo.

Te recomiendo probar distintos ingredientes para hacer la infusión, hasta que encuentres la combinación perfecta para tus platos.

## ****La mejor manera de infusionar el aceite de oliva****

Cuando comencé a instruirme en el arte de añadir sabor al aceite de oliva, confundía lo que diferenciaba un aceite aromatizado de un aceite infusionado. Rápidamente aprendí la diferencia. Aromatizar el aceite de oliva significa añadir las especias al aceite en crudo y dejarlo macerar dos semanas como mínimo. Infusionar el aceite de oliva es algo muy diferente. Te cuento cómo realizarlo:

Añade una taza de aceite de oliva a una olla, y agrega los ingredientes con los que quieras infusionarlo. Por ejemplo, ajo, pimienta, tomillo, o guindillas. Caliéntalo a fuego bajo para que la alquimia se realice sin que se quemen los ingredientes añadidos ni el aceite. Lo fundamental es tener cerca un termómetro de cocina para medir la temperatura del aceite. Una vez que llegue a los 60º, retírala del fuego y déjala reposar una hora.

Una vez hecho esto, cuela el aceite y viértelo en un frasco de vidrio. Entonces podrás disfrutarlo con la comida que desees.

