

نعناع داغ؛ نقطه سبزِ تعادل در بشقاب

13 خرداد 1405

در کنار پیازداغ، نعناع داغ جایگاه ویژه‌ای در آشپزی ایرانی دارد.

این چاشنی که از سرخ کردن برگ‌های خشک نعناع در روغن به دست می‌آید، بیشتر در غذاهایی مانند آش، ماست و خیار، کشک بادمجان و برخی خوراکی‌های سنتی استفاده می‌شود.

از منظر بصری، نعناع داغ نقش «نقطه رنگی متضاد» را ایفا می‌کند. رنگ سبز تیره آن در کنار رنگ‌های گرم پیازداغ یا رنگ سفید کشک و ماست، تعادل بصری ایجاد می‌کند. این تضاد رنگی نه تنها اشتها را تحریک می‌کند، بلکه باعث می‌شود غذا حرفه‌ای‌تر و جذاب‌تر به نظر برسد.

با این حال، نعناع داغ بسیار حساس است. اگر دمای روغن بیش از حد بالا باشد، نعناع به سرعت می‌سوزد و رنگ آن به قهوه‌ای یا حتی سیاه تغییر می‌کند، در نتیجه هم طعم تلخی پیدا می‌کند و هم جلوه تزئینی خود را از دست می‌دهد. بنابراین در هنر استفاده از نعناع داغ، کنترل دما و زمان سرخ شدن اهمیت اساسی دارد.