

## **Poradnik: Cynamon Cejloński**

### **1. Wypieki**

- Cynamon cejloński to klasyczna przyprawa do wypieków. Dodaj go do ciast takich jak szarlotka, jabłecznik, keks, makowiec czy ciasto czekoladowe. Nadaje im słodką, korzenną nutę, która urozmaici smak i zapach.

### **2. Desery i koktajle**

- Cynamon świetnie komponuje się w deserach, takich jak lody, puddingi, czy kisiele. Dodaj go do koktajli i smoothie, aby wzbogacić napój o ciepłą przyprawę. Może być także użyty jako posypka do owoców.

### **3. Pieczone mięso**

- Zaskocz swoich gości, łącząc cynamon z przyprawami do pieczonych mięs, zwłaszcza drobiu, dziczyzny (gęś, kaczka) oraz w daniach takich jak szaszłyki czy kebaby. Cynamon w połączeniu z innymi przyprawami (np. kurkumą, pieprzem, czosnkiem) nada mięsu wyjątkowego aromatu.

### **4. Potrawy kuchni orientalnej**

- Cynamon cejloński to niezbędny składnik wielu dań kuchni orientalnej, zwłaszcza indyjskiej, arabskiej czy tureckiej. Dodaj go do dań takich jak curry, hummus, pilaw, biryani, a także do zup i sosów. Cynamon wzbogaca smak potraw, nadając im głębię i lekko słodkawy aromat.

### **5. Zupy i sałatki**

- Cynamon doskonale komponuje się w zupach kremowych (np. dyniowa, marchewkowa) oraz sałatkach owocowych. Może być także używany do sałatek warzywnych, zwłaszcza tych z dynią, marchewką, jabłkami czy gruszkami.

### **6. Gorące napoje**

- Cynamon cejloński jest idealnym dodatkiem do gorących napojów, takich jak czekolada, kakao, kawa, herbata, grzańce i kompoty. Jego ciepły, słodkawy aromat doskonale komponuje się z napojami na zimowe dni.

### **7. Przyprawa do owoców**

- Cynamon wspaniale współgra z jabłkami, gruszkami, śliwkami oraz dynią. Możesz dodać go do owoców pieczonych lub przygotować z nim sałatki owocowe. Jest także świetnym dodatkiem do kompotów czy dżemów.

### **8. Peelingi i maseczki w kosmetyce**

- Cynamon ma właściwości antybakteryjne, dlatego może być używany w kosmetyce. Wykorzystaj go w maseczkach na trądzik, a także w peelingach do ust i pięt. Mieszanka cynamonu z miodem lub jogurtem działa odżywczo i regenerująco na skórę.

### **9. Odstraszanie szkodników**

- Cynamon może być naturalnym środkiem do odstraszania szkodników w domu. Zastosuj go w formie proszku w miejscach, gdzie pojawiają się mrówki, mole czy inne owady. Może być również pomocny w ochronie roślin doniczkowych przed pleśnią i grzybami.

### **10. Aromatyzowanie napojów alkoholowych**

- Cynamon cejloński to doskonały dodatek do napojów alkoholowych, zwłaszcza do grzańca, wina, rumu czy nawet koktajli. Zaparz cynamon w gorącej wodzie, a następnie połącz z alkoholem i odrobiną miodu.

### **11. Dodatki do jogurtów i owsianki**

- Cynamon jest świetnym dodatkiem do jogurtów naturalnych, twarożków, a także do owsianki. Wystarczy dodać szczyptę cynamonu, aby wzbogacić smak i uczynić śniadanie bardziej aromatycznym.

### **12. Przyprawa do kawy i herbaty**

- Dodaj cynamon do kawy, aby nadać jej korzenny, słodkawy smak. Idealnie sprawdzi się także w herbacie, zwłaszcza w połączeniu z imbirem i miodem. To doskonały sposób na rozgrzanie w chłodniejsze dni.

### **13. Zastosowanie w przetworach**

- Cynamon cejloński jest świetnym dodatkiem do dżemów i marmolad, szczególnie tych na bazie jabłek, śliwek, gruszek czy pomarańczy. Nadaje im wyjątkowego aromatu i smaku, który wzbogaca przetwory na zimę.

### **14. Zastosowanie w kuchni wegańskiej**

- Cynamon cejloński doskonale komponuje się w kuchni roślinnej. Możesz używać go do przygotowywania potraw takich jak wegańskie desery (np. ciasta, placki), smoothie, naleśniki, a także do wegańskich dań curry czy daal.

Cynamon cejloński to wszechstronna przyprawa, która nie tylko wzbogaca smak potraw, ale również ma wiele zastosowań w kosmetyce i codziennym życiu. Warto pamiętać, aby przechowywać go w suchym i chłodnym miejscu, aby zachować jego intensywny aromat.