

## Karakteristike ulja od sezama, susama

Sezamovo ulje dobiva se prženjem i prešanjem sezamovih sjemenki. Još od antike na orijentu je poznato sezamovo ulje.

Postoje dvije vrste sezamovog ulja – tamno i svijetlo. Tamno sezamovo ulje se dobiva prešanjem sjemenki sezama koje se prvo lagano preprže.

Sezamovo ulje dobiva se prženjem i prešanjem sezamovih sjemenki. Još od antike na orijentu je poznato sezamovo ulje.

Postoje dvije vrste sezamovog ulja – tamno i svijetlo. Tamno sezamovo ulje se dobiva prešanjem sjemenki koje se prvo lagano preprže.

### Sezamovo ili ulje od susama u kuhinji

Svijetlo sezamovo ili susamovo ulje je najbolje upotrebljavati u [salatama](#), a tamno je dobro za različite vrste azijskih jela, jer ima jači i osebujan okus.

Sezamovo ulje otporno je na visoke temperature, što ga čini savršenim izborom pri pečenju i prženju. Koristi se u orijentalnoj i azijskoj kuhinji za prženje i jela iz Wok-a kao i za salate, [slastice](#) uopće za kuhanje i dinstanje. Nerafinirano sezamovo ulje ima bitno nižu [dimnu točku](#) na 177°C.

Sezamovom ulju nisu potrebni nikakvi umjetni konzervansi jer ga od kvarenja čuvaju prirodni konzervansi – sazamol i sazamolin

www.moja-kuhinja.com