













Här presenterar vi några av de färska grönsaker som är vanliga i thailändsk matlagning. Det thailändska namnet är utskrivet inom parentes.

	<p>Koriander (Phak chii)</p> <p>Hela grönsaken används i soppa och wok Roten används i currypasta; det behövs bara litet. Rötterna kan koka med i soppa. Bladen kan strös färska över sallad</p>
	<p>Chili (Prik)</p> <p>Sydostasiatisk chili är stark, men det kan variera vilken sort olika personer tycker är starkast. Inom samma sort är den röda mogna chilin starkare än den gröna. Lao chili som är liten och orange är mycket stark. Det finns också bird chili som är liten och grön som är mycket stark. Ta bort fröna om du inte vill ha stark mat</p>
	<p>Sötbasilika Sweet basil (Bai horapa)</p> <p>Söt anisliknande smak, ger typisk doft av thaimat Används ofta i soppa/gryta med currypasta. Kan också användas i wokrätter. Bladen kan användas färska i sallad</p>
	<p>Starkbasilika Holy basil (Bai grapao)</p> <p>Används ofta i wokrätter. Kan också användas i soppa eller gryta.</p>

	<p>Citrongräs Lemon grass (Ta khrai)</p> <p>Smakar citrus. Koka upp den i vatten och drick vattnet som juice, varmt eller kallt. Den inre delen hackas eller skivas och används i soppa eller gryta. Eller krossa stjälken och låt den koka med i soppa eller gryta, ta bort innan servering. Används till currypasta. Används i sallad med sardin.</p>
	<p>Galanga Galangal (Kha)</p> <p>Smakar som ingefära och peppar Skrapas och rivs och används i currypastarätter och soppor/grytor, särskilt i kycklingsoppan Tom kha gai</p>
	<p>Äggplanta Eggplant (Ma köa bock)</p> <p>Det finns många olika sorter och former Smaken är besk Använd i soppa/gryta eller i wok</p> <p>Ärtäggplanta Baby Eggplant (Ma köa phong)</p> <p>Tag loss "ärtorna" och låt koka med eller woka ca 5 min i soppan/grytan eller woken</p>
	<p>Vattenspenat Chinese morning glory (Pak boon jine)</p> <p>Mild smak Används till wok och i nudelsoppa</p>

	<p>Långbönor Long green beans (Thua fak yao)</p> <p>Används i wok eller soppa och gryta Kan ätas naturell t.ex. i sallad</p>
	<p>Acacia (Cha om)</p> <p>Bladen används i omelett eller soppa. Se upp för taggarna på stjälkarna</p>
	<p>Krachai Galingale/Kaemper (Krachai)</p> <p>Mild ingefärssmak Används hackad i köttfärsbiff Hackas och stöts i currypasta Används i wok En bit kan koka med i gryta och tas bort före servering</p>
	<p>Kinesisk gräslök Chinese chive/leek leaf (Bai gui chai)</p> <p>Mild smak Används i pad thai och annan wok Används i "gräslökskaka" Kan göras som inlagd grönsak</p>
	<p>Gurkmeja Turmeric (Kumen)</p> <p>Frisk smak Färgar starkt, använd kökshandskar vid tillagningen Används till currypasta</p>

	<p>Salladslök Spring onion (Ton hom)</p> <p>Mild löksmak Används i wok Äts naturell i t.ex. sallad</p>
	<p>Pandangblad Pandanus leaves (Bai toey)</p> <p>Används som smaksättning med vanilj i desserter, särskilt kokosnötsdesserter</p> <p>Används som wraps för att slå in mat</p>
	<p>Papaya (Malaka)</p> <p>Omogen frukt skalas och strimlas och blandas i mortel till papayasallad</p> <p>Används till wok med ägg</p> <p>Används till sursoppa</p>

Flera av grönsakerna kan frysas in. De läggs sedan i maten innan de tinat.

Chili fryses hel.

Galanga, citrongräs, krachai och ingefära fryses skivad. Koriander och spring onion hackas.

När det gäller sweet basil och holy basil plockas bladen i en plastpåse och fryses.

