

Meine Gewürze für die Eurocom von Danny Krimmel

Anis: Der Anis stammt ursprünglich aus Asien und den südöstlichen Mittelmeerländern. In unseren Breiten ist er nur in Gärten anzufinden. Seine süßlich schmeckenden Früchte sind in der Weihnachtsbäckerei und in Schnäpsen (z.B. Ouzo) bekannt. In der Heilkunde hilft Anis bei Husten, Blähungen und bei der Milchbildung.

Basilikum: Das Basilikum ist uns vor allem als Gewürzpflanze bekannt. Besonders zusammen mit Tomaten entfaltet er sein unvergleichliches Aroma. Doch Basilikum ist auch eine Heilpflanze. Er stärkt nicht nur die Verdauungsorgane, sondern beruhigt auch die Nerven, lindert Migräne und leistet gute Dienste in der Frauenheilkunde.

Thymian: Der Thymian ist nicht nur eine interessante Gewürzpflanze, sondern auch eine wichtige Heilpflanze im Bereich Husten und Desinfektion. Es gibt kaum ein Einsatzgebiet, wo der Thymian nicht helfen könnte. Seine größte Stärke liegt jedoch in seiner heilsamen Wirkung auf die Atmungsorgane.

Salbei: Der Salbei gehört zu den Kräutern, die im Mittelmeerraum heimisch sind, bei uns aber auch gut gedeihen. An der richtigen Stelle im Garten gepflanzt wuchert er über mehrere Quadratmeter. Sein Spezialgebiet ist die zusammenziehende und desinfizierende Wirkung. Dadurch wirkt er gut bei Halsschmerzen und ist bei Halsentzündungen aller Art die Pflanze der Wahl.

Pfeffer: Pfeffer ist das mit Abstand am meisten verwendete Gewürz, es ist in jeder Küche zu finden. Er hat verschiedene Reifegrade. Der Reifegrad bestimmt die Farbe und das Aroma bzw. die Schärfe des Pfeffers. Die vorreife Form des Pfeffers ist grün und äußerst mild. Der Vollreife Pfeffer ist weiß und der Aromatischste. Der schwarze ist der überreife Pfeffer und bekommt seine Schärfe durch die Schale, die um den weißen Pfeffer wächst.

Fenchel: Schon seit Jahrtausenden ist die Anwendung des Fenchels in der Heilkunde in vielen Teilen der Welt verbreitet. Selbst in der alchinesischen Heilkunde wurde der Fenchel bereits sehr geschätzt. Samen und Wurzel werden als Heilkräuter verwendet. Die Knolle kann als Gemüse gegessen werden.

Dill: Vor allem als Würzkräut für Gurken und Salate ist uns der Dill bekannt. Er hat jedoch, ähnlich wie sein Bruder, der Fenchel, zahlreiche Heilfähigkeiten. Besonders hervorzuheben ist seine milchfördernde Eigenschaft. Außerdem lindert er die Blähungen von Säuglingen.

Majoran: Majoran ist eine einjährige Pflanze aus der Familie der Lippenblütler. Er kommt meistens nicht wild, sondern nur kultiviert vor. Der Majoran wird vorwiegend als Gewürz in der deftigen Küche verwendet. Hier hilft er auch, die schweren Speisen zu verdauen, denn er stärkt die Verdauungsorgane. Außerdem stärkt er die Menstruation und hilft gegen Erkältungen. Äußerlich angewandt kann er nicht nur die Hautheilung fördern, sondern auch Kopfschmerzen lindern.

Oregano: Er wird auch wilder Majoran genannt, obwohl er nichts mit Majoran zu tun hat. Verwendet wird er hauptsächlich in der italienischen Küche.

Muskatnuss: Früher war die Muskatnuss so unglaublich kostbar, dass sogar Kriege darum geführt wurden. Heutzutage erhält man das exotische Gewürz relativ preiswert.

Muskatblüte: Die Muskatblüte ist der äußere vom Kern befreite Samenschale der Muskatblüte. Der Geschmack der Muskatblüte ist zarter und milder als der der Muskatnuss.

Wacholder: Die Beeren sind harntreibend und eignen sich deshalb zur Bekämpfung von Blasen- und Nierenleiden. Sie werden vor allem bei Wildgerichten und in Sauerkraut verwendet.

Lorbeerblätter: Lorbeerblätter sind die getrockneten, kurzstieligen, lederartigen Blätter des immergrünen Lorbeerstrauchs. Sie verströmen einen kräftigen Geruch, sind fein bitter im Geschmack und sind im Mittelmeerraum heimisch.

Vanille: Vanille ist ein sehr teures Gewürz, das vor allem für Nachtische verwendet wird. Jedoch wird nur das Mark im Inneren der Vanille verwendet. Sie ist eine Kletterpflanze und gehört zur Familie der Orchideen.

Zimt: Zimt ist eigentlich die Rinde eines Baumes, des Zimtbaumes. Zimt hat einen angenehm süßlich feurigen Geschmack und wird gern für Süßspeisen verwendet.

Curcuma: Curcuma gehört zur Gattung der Ingwergewächse. Man verwendet es unter anderem für das Färben von Speisen (gelb). Der Geschmack von Curcuma ist ziemlich schwach.

Schabziger Klee: Schabziger Klee gilt seit dem 19. Jh. als Fett- und Eiweißspalter, wodurch Milchprodukte besser verdaut werden können. Von Natur aus hat es eine hellgrüne Farbe.