

Gewürze & Kräuter

Aivar	Kardamom	Relish
Angostura	Knoblauch	Rosmarin
Anis	Koriander	Safran
Basilikum	Kräutergarten anlegen	Salbei
Bohnenkraut	Kräutergarten pflegen	Salz
Chili	Kurkuma	Sambal
Chutney	Kümmel	Schnittlauch
Curry	Lorbeer	Sojasauce
Dill	Majoran	Thymian
Essbare Blüten	Minze	Vanille
Estragon	Muskatnuss	Wacholder
Fenchel	Oregano	Wasabi
Gewürze Geschichte	Paprikagewürz	Ysop
Gewürzmischungen	Petersilie	Zimt
Gewürznelken	Pfeffer	Zitronenmelisse
Ingwer	Piment	Zwiebeln
Kapern	Quendel	



Kräuter und Gewürze erfüllen bei der Erstellung und Zubereitung von Speisen verschiedene Funktionen. Vor allem sollen Sie die Gerichte geschmacklich verfeinern aber auch zum Teil dafür sorgen, das die Nahrung haltbarer wird. Manche Gewürze verändern die Farbe der Mahlzeiten wie z.B. das überaus teure Safran, andere sorgen dafür das die Nahrung besser verdaut

wird, andere haben eine Heilwirkung und wieder andere wie Salz werden vom Körper einfach dringend benötigt.

Manche wirken als Geschmacksverstärker und einige Gewürze regen den Appetit an. Konnten sich früher nur Reiche die ganze Vielfalt der Kräuter und Gewürze leisten, so haben wir heute die Möglichkeit aus dem Vollen zu schöpfen, um sämtliche Aromen zu genießen.

Dies zeigt sich auch im Gewürzverbrauch, pro Person werden ca. 200 gr. in der heimischen Küche jährlich an Gewürzen verbraucht und fast die doppelte Menge nimmt jeder noch zusätzlich durch gewürzte Produkte zu sich. Von den 200 gr. Gewürzen nimmt der Pfeffer mit einem Pro Kopf Verbrauch von fast 60 gr. die Spitzenstellung ein.

Haltbarkeit von Gewürzen:

Gewürze sind in der Regel lange aber nicht unbegrenzt haltbar. Gemahlene Gewürze verlieren Ihr Aroma schneller als ungemahlene Gewürze. Sie sollten bei der Aufbewahrung darauf achten, das die Gewürze gut verschlossen sind, damit Sie nicht andere Gerüche aufnehmen. Auch zuviel Licht wirkt sich negativ auf das Aroma aus.



Kaufen Sie Gewürze deshalb besser in kleinen Dosierungen, damit Sie sich immer auf das Aroma und die Würze des entsprechenden Produktes verlassen können. Gewürze die Sie nur selten nutzen sollte Sie auf dem Markt beim Gewürzhändler Ihres Vertrauens in kleinen Portionen kaufen.

Gewürze wie Ingwer, Kardamom, Muskatnuss, Pfefferkörner und Zimtstangen können Sie prima im Ganzen kaufen und bei Bedarf stückweise zerkleinern und reiben, im Originalzustand halten sich diese Gewürze locker 2 Jahre ohne an Aroma zu verlieren. Anis, Dillsamen, Korianderkörner und Nelken können sogar noch länger(ca. 4 Jahre) aufbewahrt werden. Getrocknete Kräuter

können Sie ca. 1 Jahr lagern und verwenden.

Gemahlene Gewürze beinhalten weniger ätherische Öle, die für den Geschmack und Geruch wichtig sind, deshalb sind sie nicht annähernd so haltbar wie unzerkleinerte Gewürze. Schon nach wenigen Monaten büßen sie an Aroma ein und sollten spätestens nach einem halben Jahr verbraucht sein. Sie können sich dabei auch nicht auf das Haltbarkeitsdatum verlassen, dieses bezieht sich nämlich auf das ungeöffnete Produkt. Am besten kennzeichnen Sie das Gewürz mit Öffnungsdatum, dann haben Sie einen Anhaltspunkt und können das Gewürz nach einem halben Jahr austauschen.

Zusammenfassend noch ein paar Tipps:



Bewahren Sie Ihre Gewürze und Kräuter separat, trocken und in dunkler, kühler Umgebung am besten in speziellen Gewürzbehältern auf. Gewürzgläser und gute Gewürzboards bekommen Sie in jedem guten

Kaufhaus oder Haushaltwarengeschäft.

Gewürze verlieren bei falscher Lagerung schnell Ihr Aroma und auch die Qualität leidet bei langer Lagerung, deshalb ist es sinnvoll nur geringe Mengen an Gewürzen vorrätig zu haben.

Teure Gewürze sollten Sie luftdicht und in licht undurchlässigen Gefäßen verschliessen können. Gewürze die Sie selten brauchen sollten Sie portionsweise verpacken und tiefgefrieren so sind die Gewürze fast unbegrenzt haltbar.

Ganz wichtig ist auch, das Sie nicht direkt mit dem Gewürzbehälter über dem Kochtopf würzen, der Wasserdampf verdirbt das restliche Gewürz. Am besten das Gewürz mit dem Teelöffel portionieren und zum Gericht geben. Salzstreuer, die häufig benutzt werden sollten Sie mit ein paar Reiskörnern auffüllen, der Reis saugt die Flüssigkeit auf, verhindert das

verklumpen und verkleben der Streuöffnung und hält das Salz so streufähig.

Wir möchten Ihnen hier einen Überblick über die Kräuter und Gewürze, Ihre Eigenschaften und Ihre Verwendung geben. Sollten Sie ein Gewürz oder auch Kraut vermissen, so :: [Senden](#) :: Sie uns bitte eine Mail mit den Informationen zum Gewürz, das wir dann hier in die Gewürzliste einfügen werden.

Speisen werden nicht nur mit Gewürzen oder Kräutern gewürzt sondern man nimmt zum Verfeinern von Suppen, Salaten und zum marinieren von Fleisch neben den Gewürzen auch Essig, Öl, Senf und als Beilagen, leckere Saucen, Ketchup und Mayonnaise. Erfahren Sie hier alles über die diversen Essigarten, die Vielzahl der Speiseöl Varianten, die Zusammensetzung und Anwendung von Marinaden und die verschiedenen Methoden um Senf, Ketchup und Soßen herzustellen.