

Ysop

Ysop, welches in unseren Breiten auch als Josefskraut oder Eisop bezeichnet wird, ist als Küchenkraut noch eher unbekannt. Das aus dem Mittelmeerraum stammende Gewürz kann jedoch hervorragend in heimischen Gärten gezüchtet werden und ist vielseitig als Heil- und Würzmittel einsetzbar.

Industriell wird es häufig mit Likören, Hustensäften oder Honig verarbeitet. Ysop gilt als hustenlindernd, kräftigend und harntreibend. Ein Tee aus Blättern und Blüten verspricht besonders gute Heilwirkungen. Doch auch in der Küche sollten Sie das Josefskraut einmal ausprobieren. Der Geschmack von Ysop erinnert ein wenig an Rosmarin und Salbei, mit einem Hauch von Minze und einem leicht bitteren Aroma.

Somit kann es verschiedene Arten von Hauptgerichten und auch Süßspeisen besonders veredeln. Kombinieren Sie Ysop doch mal mit Eintöpfen, Suppen, Fleischgerichten, Salaten, Kartoffeln oder Fruchtböden, z.B. mit Aprikosen oder Pfirsichen.

Passend zu Fleischsalaten und auch Ragout, ebenso wie zu Suppen und Bratengerichten. Es handelt sich um ein aromatisches Gericht, welches in Geschmack und Geruch ebenso ist. Die Verdauungssaftproduktion wird vermehrt.