

Gewürze

Definitionen

Nach dem deutschen Lebensmittelgesetz sind "Gewürze" möglicherweise getrocknete Pflanzen oder Pflanzenteile, die den Speisen zur Geschmacksverbesserung zugesetzt werden; jedoch dürfen sie nicht mehr als zur Konservierung notwendig technisch bearbeitet oder mit anderen Stoffen vermischt sein. Mischungen verschiedener Gewürze, Mischungen von Gewürzen mit anderen Stoffen oder Zubereitungen, die Gewürze ersetzen, sind keine Gewürze im Sinne des Gesetzes und werden mit speziellen Namen bezeichnet.

Diese Definition ist ziemlich eng gefasst: Viele Zutaten, die dem gleichen Zweck wie Gewürze dienen, sind darin nicht enthalten: Fleischextrakt, Trockenfisch, Fischsauce, Garnelenpaste, Sojasauce, fermentierter Weizen und andere. Das liegt wahrscheinlich daran, dass diese Zutaten (außer Fleischextrakt) heutzutage keine Tradition in Mitteleuropa haben. Auch Salz ist selbstverständlich kein Gewürz im Sinne des Gesetzes. Es sollte auch festgestellt werden, dass das Gesetz keinen Unterschied zwischen *Gewürzen* und *Kräutern* macht, wie es z.B. im Englischen üblich ist.

Obwohl höchstens **vierzig** verschiedene Gewürzpflanzen heute weltweite Bedeutung haben, werden wesentlich mehr regional, in der Region ihres natürlichen Vorkommens, zum Würzen verwendet. Manche davon gelangen auch außerhalb dieses Gebietes in kleinen Mengen in den Handel, und werden in ethnischen Restaurants oder von traditionsbewussten Auswanderern verwendet, andere dienen als Medizin und sind daher in westlichen Apotheken erhältlich. Einige Gewürze, die in den vergangenen Jahrhunderten in Europa in großem Umfang verwendet wurden, sind nun aus der Mode gekommen und sind europäischen Verbrauchern nicht mehr bekannt - zumeist, weil sie von anderen Gewürzen mit ähnlichem Geschmack verdrängt wurden.

Über Inhaltsstoffe

Über die Inhaltsstoffe von Gewürzen sagt man am besten entweder sehr viel oder sehr wenig; es ist das ein sehr großes Feld, das durch oberflächliche Betrachtungen zumeist nur verwirrend dargestellt werden kann. Einige Begriffe, die in meinen Gewürzartikeln immer wieder auftauchen, möchten wir aber trotzdem erläutern.

Die die Würzeigenschaften einer Pflanze bedingenden Stoffe sind immer *Sekundärstoffwechselprodukte*, d.h. sie spielen beim Primärstoffwechsel (dem Aufbau pflanzeigenen Gewebes und dem Auf- und Abbau energieliefernder Moleküle) keine Rolle; somit sind sie für die Pflanze nicht lebenswichtig. In einigen Fällen vermutet man, dass es sich um Abfallprodukte des Pflanzenstoffwechsels handelt, zumeist haben die Duftstoffe allerdings eine Funktion bei der Anlockung potentieller Bestäuber bzw. Verbreiter oder bei der Abwehr von Fressfeinden. Es ist etwas paradox, dass Pflanzen vom Menschen weltweit als Speisезusatz gezüchtet werden, obwohl ihr Duftstoff eigentlich zum Vergrämen pflanzenfressender Tiere produziert wird!

Über gemahlene Gewürze

Letztlich wollen wir auch noch in einer alten Streitfrage Stellung beziehen: Sollte man Gewürze ganz kaufen und erst vor Gebrauch mahlen oder sollte man sich gleich an Gewürzpulver halten?

Für die Verwendung industriell gemahlener Gewürze spricht vor allem, dass die Gewürzmühlen ihr Mahlgut beim Mahlen *kühlen*, sodass ein Verdampfen flüchtiger Aromastoffe besser vermieden wird als in einer umfunktionierten Kaffeemühle. Außerdem mahlen diese Mühlen staubfein, wodurch eine höhere Oberfläche und damit eine größere Ergiebigkeit gewährleistet sind. Dagegen lässt sich anführen, dass genau diese höhere Oberfläche bei längerer Lagerung zu großen Geschmacksverlusten führt, und zwar einerseits durch Verdampfen der flüchtigen Inhaltsstoffe und andererseits durch Oxidation an der Luft.

Der Aromaverlust gemahlener Gewürze ist *kein* akademisches Problem, das nur die empfindlichsten Zungen bemerken, sondern ein dramatisch schneller Prozess: Ganze Gewürznelken kann man jahrelang verwenden, auch wenn ich die Mengen nach einiger Zeit leicht hinaufsetzen sollte; selbst nach fünf Jahren ist mehr als die Hälfte des ätherischen Öls noch vorhanden. Gemahlene Gewürznelken sind bereits nach einem Jahr so geschmacklos, dass man mit ihnen effektiv *nicht* mehr kochen kann. Natürlich kann man die Haltbarkeit von Gewürzen durch geeignete Behälter (trocken, licht- und luftdicht) und gute Lagerbedingungen (kühl) erhöhen, aber wer will schon seine Gewürzdosens festverschraubt und zur Sicherheit in Kunststoff eingeschmolzen im Kühlschrank lagern (abgesehen davon, dass er dann Probleme mit Kondensationsfeuchtigkeit bekäme)?

Deshalb sind gemahlene Gewürze nur bei großem Verbrauch, der einen Neukauf alle zwei bis drei Monate erforderlich macht, wirklich sinnvoll; aber das ist unter Haushaltsbedingungen wohl kaum der Fall. Die meisten Gewürze lassen sich in Kleinstmengen mit einem Mörser (bitte nicht aus Metall!) und ab Teelöffelmengen bequem in der Kaffeemühle (schaffen Sie sich besser eine zweite an, sonst schmeckt Ihr Frühstückskaffee merkwürdig) zerkleinern. Auch wenn das Pulver nicht so fein ist wie gekauft, macht doch die größere Frische diesen Nachteil mehr als wett.

Morphologischer Gewürzindex

In diesem Index sind die Gewürze nach dem in der Küche verwendeten Pflanzenteil angeordnet. Alle noch so spezialisierten Pflanzenorgane lassen sich letztlich auf genau eines der primären Organe Wurzel, Stamm, Blatt oder Blüte zurückführen. Dieser grundsätzliche Vierteilung des pflanzlichen Organismus entsprechend, teile ich diesen Index in vier Abschnitte:

- Wurzeln
- Stängel (Rinden, Wurzelstöcke)
- Blätter (auch Zwiebeln)
- Blüten, Früchte und Samen