

Kleine Gewürzkunde



Gewürze sind naturbelassene Pflanzenteile, die den Speisen wegen ihrer natürlichen Geschmacks- und Geruchsstoffe einen besonderen Geschmack verleihen.

Salz, Zucker, flüssige Speisewürze zählen nicht zu den Gewürzen. Überschneidungen gibt es noch zwischen Gemüse und Gewürzen, wobei Gemüse in größeren Mengen zugesetzt werden (z.B. Zwiebeln, Lauch, Kräuter, etc.).

Die würzenden Inhaltsstoffe der Gewürze sind die aromatischen, flüchtigen ätherischen Öle und die scharf schmeckenden Alkaloide.

Geschichte Exotische Gewürze waren in Europa eine Rarität, denn bis in die Neuzeit hinein hatte kein Abendländer Zugang zu den fernen „Gewürzländern“.

Christoph Kolumbus entdeckte im Jahr 1492 Amerika und fand Vanille, Paprika und Piment. Im Mittelalter war Indien der Haupt

lieferant der hochgeschätzten Gewürze. Per See wurde die kostbare Fracht nach Arabien transportiert. Über Land ging es dann nach Alexandrien und von dort per Schiff nach Venedig oder Genua. Lange Zeit waren die Gewürzländer Südostasiens nur auf dem mühsamen Landweg zu erreichen.

Vasco da Gama entdeckte 1498 den Seeweg nach Indien, damit begann die Blütezeit des internationalen Gewürzhandels.

Trotzdem blieben Gewürze für den Normalverbraucher ein nahezu unerschwinglicher Luxus.

1612 gründeten die Engländer die Ostindische Kompanie und beherrschten wirtschaftlich und politisch bald ganz Indien. Damit legten Sie den Grundstein für die heutige umfassende Verbreitung der Gewürze in aller Welt.

Bedeutung und Wirkung Gewürze verbessern nicht nur den Ge-

schmack, sie wirken auch appetitanregend, fördern die Absonderung von Speichel und Magensaft, beeinflussen positiv die Verdauung und enthalten lebensnotwendige Bestandteile, die das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit steigern.

Den Gewürzen Einfluß auf die Gallensekretion (Curcuma, Wermut), die Herztätigkeit (Senf, Paprika, Pfeffer, Chillies) und die Durchblutung (Paprika, Chillies) zugeschrieben.

Gewürze wirken beruhigend auf den Magen-Darm-Trakt (Majoran, Kümmel, Thymian, Fenchel). Außerdem wirken Gewürze antibakteriell und infektionshemmend (Thymian, schwarzer Pfeffer, Nelken). Gewürze sind kostbare Naturprodukte mit unschätzbarem Wert für die Gesundheit.