

Basilikum

Der appetitanregende Star der italienischen Küche ist mittlerweile auch in unserer Küche ein Muss! Kein Wunder, bei diesem pfeffrig-süßen, aromatischen Geschmack!



Herkunft, Charakteristika:

In Vorderindien beheimatet, ist Basilikum seit dem 12. Jahrhundert in Mitteleuropa verbreitet und wird heute überall, sowohl in den Tropen als auch in den gemäßigten Breiten, angebaut. Das hocharomatische Gewächs mit seinem pfeffrig-süßen, aromatischen Geschmack gehört zu den wichtigsten Küchenkräutern. Es wächst mit vierkantigen Stängeln bis zu 50 cm hoch und verästelt sich dabei stark. Weiße Lippenblüten stehen an den Zweigenden in Scheinquirlen übereinander. Die gegenständigen Blätter sind gestielt, länglich bis oval und ganz leicht gesägt.

Basilikum wirkt harn- und schweißtreibend und beruhigend. Da es Blähungen unterbindet, wird es gern Hülsenfrüchten und Kohlgerichten beigelegt.

Saison, Einkauf, Lagerung:

Zum Würzen eignen sich frisch die ganzen Blätter, getrocknet das gerebelte, auch gemahlene Kraut. Basilikum ist im Sortiment eines jeden Supermarkts meistens in Töpfen zu finden, da die frischen Blätter außerordentlich druckempfindlich sind und sich beschädigte Stellen leicht verfärben. Da fast alle Basilikum-Sorten die Wärme lieben, sind sie ideale "Zimmerkräuter". Geerntet werden stets ganze Blatttriebe und nicht einzelne Blätter. Wichtig ist, dass immer ein Teil der Blätter an der Pflanze bleibt, da sie nur dann erneut austreiben kann. Frischer Basilikum kann gut in Öl aufbewahrt werden: jede Lage Blätter mit Salz bestreuen, mit Olivenöl bedecken und das Gefäß gut verschließen. Während der Lagerung dunkelt das Gewürz nach (es wird schwarz), zeigt aber keinen Aromaverlust.

Verwendung:

Basilikum, Tomaten und Knoblauch - eine Geschmackskombination, die einfach unschlagbar ist und fast unzählige Variationen ermöglicht hat. Angefangen von der Tomatensauce mit Zwiebeln, Knoblauch und viel frischem Basilikum bis hin zum Klassiker Tomatensalat mit Mozzarella und natürlich frischem Basilikum. Auch beim Pesto, der klassischen italienischen Pasta-Sauce, ist frisches Basilikum die Hauptzutat. Basilikum ist aber nicht nur für Tomatensauce und Pesto ein Muss, es ist auch Bestandteil der "Herbes de Provence". Wichtig ist, beim Kochen immer nur einen Teil mitzugaren, der Rest wird vor dem Servieren frisch dazugegeben.

Sorten:

Wildes Basilikum ist eine robuste Pflanze mit pimentähnlichem Aroma, das gut zu warmen Speisen passt.

Zitronenbasilikum verströmt einen erfrischend zitronigen Duft. Ideal für frische Blatt- oder Tomatensalate oder auch zu Desserts.

Grünes Buschbasilikum hat ein gutes, kräftiges Aroma und wird in Griechenland oft als Zierpflanze gehalten.

Anisbasilikum wird in Persien, Thailand und Vietnam vor allem als Gewürz für Süßspeisen eingesetzt.

Thai-Basilikum sieht ähnlich wie Anisbasilikum aus, doch seine Blütenstände sind eher rot als purpurfarben. Die Blätter haben ein leicht süßliches Anisaroma und sind fester Bestandteil der vietnamesischen und thailändischen Küche.