

Kardamom

Nach Safran und Vanille ist Kardamom bis heute eines der teuersten Gewürze.



Herkunft:

Kardamom ist in Südindien und Sri Lanka heimisch, wo er noch wild vorkommt. Angebaut wird er in asiatischen Ländern, Guatemala, Tansania und Madagaskar. Bereits die Griechen und Römer schätzten ihn als Heil- und Würzpflanze und zahlten hohe Preise. Bis heute ist Kardamom nach Safran und Vanille eines der teuersten Gewürze.

Charakteristika:

Je nach Unterart kann die mehrjährige Staude 3 oder 5 m hoch werden. Das stark bewurzelte Rhizom treibt Scheinstängel mit vielen lanzettartigen dunkelgrünen glänzenden Blättern aus. Die grünlich-weißen Blüten sitzen rispenartig an kriechenden, teils über 1 m langen Stielen. Aus ihnen entwickeln sich grüne, längliche oder rundliche, dreifächerige Kapseln, die beim Trocknen ihr typisches Aroma entwickeln. An der Sonne getrocknete und zu früh oder spät geerntete Kapseln haben eine bleiche, hellgrüne bis weiße oder rötliche Farbe und weniger Aroma.

Kardamom besitzt ein zitroniges blumiges Aroma und erinnert im Geschmack an Kampfer und Eukalyptus.

Saison, Einkauf, Lagerung:

Kardamom ist entweder als ganze Kapsel, als Samen oder gemahlen als rötlich graues Pulver erhältlich. Kauft man sie im Ganzen, erkennt man gute Qualitäten an den grasgrünen, unversehrten Kapseln. Sie bewahren das Aroma der darin liegenden schwarzen, etwas klebrigen Samen. Gemahlene Samen verlieren schnell ihr Aroma.

Man sollte die Kapseln und Samen trocken, kühl und lichtgeschützt lagern, dann halten sie 1

Jahr oder sogar länger. Man sollte sie allerdings innerhalb von 4-6 Monaten aufbrauchen, da sich das Aroma erheblich früher verliert.

Verwendung:

Als Gewürz für Süßes und Pikantes verwendet man die ganzen Kapseln, meist aber die ausgelösten, oft gemahlenen Samen. Man kann die Kapseln im Mörser leicht anstoßen und dann im Ganzen mitkochen, z. B. in Reis. Oder die Kapseln aufbrechen, die Samen rösten und mahlen.

Kardamom ist Bestandteil vieler [Würzmischungen](#), etwa von Garam Masala und Currypulver, würzt aber auch Fleisch, Geflügel, Reis, Desserts und Obst. In Indien ist Kardamom zum Aromatisieren von Tee beliebt, in arabischen Ländern als unverzichtbares Kaffeegewürz, dort wird er in großen Mengen importiert. Bei uns nimmt man Kardamom als Gewürz für Brot und (Weihnachts-)Gebäck. Außerdem aromatisiert Kardamom Likör, in Skandinavien, wo er ebenfalls sehr beliebt ist, auch Wurst, Pasteten und Glühwein. Die nach Zimt duftenden Blätter verwendet man in den Anbauländern gelegentlich auch als Gewürz von Suppen, Saucen und Gemüse.

Schwarzer Kardamom:

Andere Ingwergewächse liefern ein optisch ähnliches, aber nicht austauschbares Gewürz. Der Braune oder Schwarze Kardamom (auch brauner Ceylonkardamom genannt) und der China-Kardamom stammen aus dem östlichen Himalaya und China. Beide haben ein herbes, erdiges Aroma, häufig mit starker Räuchernote, und erinnern an Nadelholz und Kampfer. Schwarzer Kardamom ist Bestandteil von Gewürzmischungen und aromatisiert regional Currys, Fleisch, Geflügel und Reisgerichte.

Und hier finden Sie Rezepte mit [Kardamom](#).