

Kardamom (*Elettaria kardamomum* (L.) Maton)

Kardamom stammt aus Indien - und auch heute noch ist Indien der größte Kardamom-Lieferant der Welt. Die buschig-krautige Pflanze, eine Verwandte des Ingwers, besitzt geschuppte, saftig-grüne Stengel bis zu 1 m Höhe. Die leuchtend grünen, lanzettenförmigen Blätter sind wie Palmwedel angeordnet. Am Fuß der Kardamom-Pflanze sprießen aus einem besonderen ca. 60 cm langen, flach über dem Boden kriechenden Seitentrieb zahlreiche, in einer Rispe stehende blaßgrüne-bläuliche Blüten mit gelbem Rand. Das eigentliche Gewürz sind die kleinen Samenkörner, die in den dreigeteilten Kapseln sitzen. In jedem Fach befinden sich 4-8 enggeschichtete, unregelmäßig vereckte, graubraune bis rötlichbraune Samen von etwa 2-4 mm Durchmesser. Kurz vor der Ernte werden die Kapseln geerntet und getrocknet, in manchen Landstrichen auch gebleicht. Der Name stammt von dem griechischen Wort für Herz und Magen, was auf seine herz- und magenstärkende Wirkung hinweist.

Verwendung

Das überaus feine und charakteristische Aroma und der süßliche, kräftig brennende und an Eukalyptus erinnernde Geschmack machten Kardamom zu einem der beliebtesten und deshalb teuersten und edelsten Gewürze. Mit ihm würzt man hauptsächlich Brot und Backwaren, Süßspeisen, Obstspeisen und süßliche Marinaden. Eine gute Weihnachtsbäckerei ohne Kardamom ist undenkbar. Christstollen, Lebkuchen, Pfefferküsse und andere Weihnachtsgebäcke werden dadurch unnachahmlich verfeinert. Kuchenteig, Brötchen und Brote sollten ebenso mit Kardamom gewürzt werden wie Marzipan, selbstgemachtes Konfekt, Puddinge und Puddingsoßen. Außerdem ist Kardamom in Wurstgewürzmischungen enthalten und Bestandteil vieler Curry-Pulver. Mit Kardamom würzt man Lamm- und Hammelfleischgerichte, Grillspieße mit Innereien, Tomaten- und Zwiebelscheiben, Roastbeef, Hackfleisch, Rippchenbraten, Steaks, Gulasch, Schweinebraten und alle Kalbfleischgerichte. Alle feinen Fische, wie Karpfen, Schleie, Felchen, Seezungen, Heilbutt, Goldbarsch sowie die Krustentiere Hummer, Langusten und Krabben schmecken besser durch eine Prise Kardamom. Die Getränke-Industrie verwendet Kardamom zum Aromatisieren vieler namhafter Liköre. In Arabien wird als besonderes Charakteristikum der Kaffee häufig mit Kardamom verfeinert.

