

Kreuzkümmel

Geröstet entfaltet er sein volles Aroma, gemahlen ist er Teil vieler Würzmischungen.



Herkunft:

Kreuzkümmel, auch Cumin genannt, stammt aus dem östlichen Mittelmeerraum, vermutlich aus Ägypten, und wurde bereits in der Antike viel genutzt. Über die Gewürzrouten gelangte er nach Indien, wo er heute aus den Regionalküchen nicht mehr wegzudenken ist.

Charakteristika:

Die einjährige Pflanze erreicht eine Höhe von etwa 50 cm und hat einen längs gefurchten, stark verzweigten Stängel. Die dreigeteilten Blätter sind fadenförmig. Aus den weiß oder rosa blühenden Dolden entwickeln sich Spaltfrüchte. Die Ernte erfolgt 4 Wochen nach der Blüte. Kreuzkümmel ist bräunlich, grünlich oder gräulich, 5 mm lang, gerade oder leicht gekrümmt und hat Längsrippen.

Einkauf, Lagerung:

Kreuzkümmel ist in jedem gut sortierten Supermarkt oder im Asia-Laden erhältlich. Kühl, trocken, dunkel und lichtgeschützt gelagert, bewahrt er viele Monate sein Aroma.

Verwendung:

Kreuzkümmel hat einen intensiven, würzig süßen Duft und einen leicht bitteren scharfen Geschmack – er schmeckt also ganz anders als "unser Kümmel". Im östlichen Mittelmeerraum und in Indien ist das Gewürz sehr beliebt. Es würzt Couscous, Currys, Dals, Suppen, Eintöpfe, Fleisch, Geflügel und Backwaren. Geröstet entfaltet Kreuzkümmel sein volles Aroma, gemahlen ist er Teil vieler Würzmischungen.

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