

Meerrettich

Schon einmal selbst Meerrettich zubereitet? Die scharfen Wurzeln lassen schnell die Augen überfließen. Aber jede Träne lohnt sich ...!



Herkunft, Charakteristika:

Meerrettich stammt aus Ost- und Südosteuropa, wo er noch heute große Bedeutung hat. Woher die weißfleischige Wurzel ihren Namen hat, ist umstritten. Die einen meinen, er stammt von "mehr" im Sinne von "größerem Rettich" ab. Andere sind der Ansicht, er kommt von "Mähre" (Pferd), wofür auch die englische Bezeichnung "horse-radish" ein Indiz sein könnte. Fest steht, dass Meerrettich seit dem 12. Jahrhundert wegen seines hohen Gehalts an ätherischen Ölen sowie an antibiotisch wirkenden Stoffen als Heil- und Gewürzpflanze bekannt ist.

Verwendet wird von der bis zu 1 m hoch wachsenden Staudenpflanze lediglich ihre tief in den Erdboden reichende Wurzel. Meerrettich gibt es in den verschiedenen Sorten, der Handel unterscheidet jedoch lediglich nach der Herkunft (Badischer, Bayerischer, Spreewälder etc.).

Saison, Einkauf, Lagerung:

Meerrettich ist frosthart und sehr lagerfähig. Man erntet ihn im Herbst, Winter und Frühjahr. Achten Sie beim Kauf darauf, dass die Stangen im Ganzen angeboten werden, denn angeschnittener Meerrettich trocknet zu schnell aus. Im Gemüsefach des Kühlschranks können die langen Wurzeln bis zu 4 Wochen aufbewahrt werden.

Verwendung:

Frisch gerieben schmeckt der Meerrettich perfekt zu gekochtem Rindfleisch, mit Sahne verfeinert passt er zudem ausgezeichnet zu Fisch. Auch gut: in warmen und kalten Saucen und zu hart gekochten Eiern.

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