

Safran

Safran (Lat. *Crocus sativus*), auch Gelbe Würze oder Suppengelb genannt.

Safran sind die getrockneten Blütennarben einer ursprünglich in Vorderasien beheimateten Krokusart aus der Familie der Liliengewächse. Heute wird die hellblau-violett blühende Pflanze vor allem in den Mittelmeerländern, in Österreich und in Ostasien angepflanzt. Die besten Sorten kommen übrigens aus Spanien und Frankreich. Während der 15 Tage dauernden Blüte werden täglich die roten Narben der geöffneten Blüte mit der Hand abgezwickt. Danach werden sie möglichst rasch getrocknet. Für 1 g Safran braucht man 100000 bis 200000 Blütennarben, kein Wunder, dass Safran das teuerste Gewürz der Welt ist.

Schon der Grieche Homer berichtet, dass für Safran jeder geförderte Preis bezahlt wurde. Im Mittelalter war er dreimal so teuer wie Pfeffer. über seine Herkunft streiten sich nach wie vor die Wissenschaftler. Sizilien, Indien und das Heilige Land stehen zur Diskussion. Sicher ist nur, dass Safran den Arabern seinen Namen verdankt. Denn von ihnen stammt die Bezeichnung "za'fran".

Geschmack & Aroma

Safran schmeckt aromatisch herb, zartbitter bis würzig und hat eine starke Gelbfärbung.

Verwendung

Safran ist in Fäden oder gemahlen in kleinen Döschen erhältlich. Man verwendet ihn für pikante, helle Soßen, Bouillons, mediterrane Reisgerichte, wie spanische Paella, arabische Pilafs, Lamm- Geflügel- und Fischgerichte, wie Bouillabaisse oder spanische Zarzuela. Aber auch süße Gerichte, wie Pudding, Grießbrei, Rühr- und Hefeteig sowie Plätzchen, bekommen durch eine Prise Safran ein besonderes Aroma und eine leuchtend gelbe Farbe.

Lagerung

Luftdicht verschlossen und dunkel aufbewahren. Safran ist sehr lichtempfindlich.

Küchentipp

Das beste Aroma bekommt Safran, wenn man die Fäden in einem Mörser aus Keramik zerreibt. Den Safran danach an die Speisen geben und den Mörser mit Garflüssigkeit säubern. Anstelle des Mörsers kann man sie auch mit einem Teelöffel zerdrücken. Besonders gleichmäßig verteilen sich die Farbstoffe von Safran in den Speisen, wenn man die Fäden zuvor in heißem Wasser etwas einweicht und dann zusammen mit dem Einweichwasser ans Gericht gibt. Das Pulver kann man gleich in das Gericht streuen. Hochwertige Safranfäden sind kräftig rot und fühlen sich leicht fettig an.