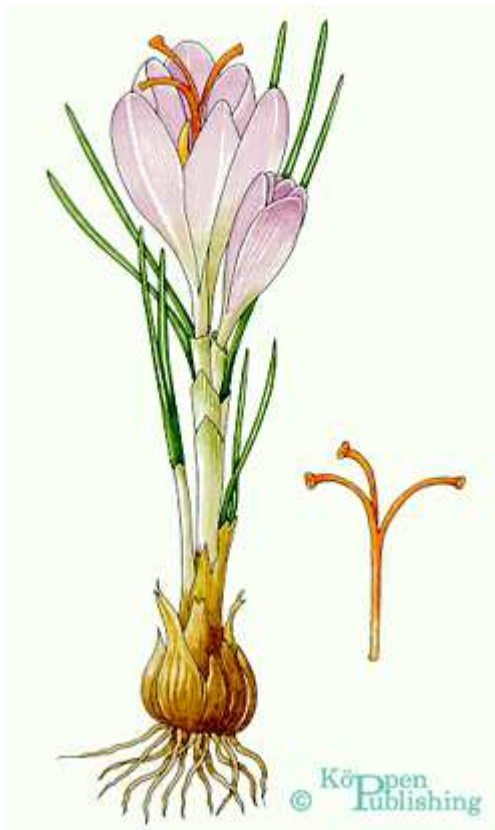


Safran - *Crocus sativus*, Schwertliliengewächse, m



Andere Namen:

Suppengelb, Gelbe Würze

Andere Sprachen:

Arabisch: Za'faran

Chinesisch: Fan-Hung-Hua

Englisch: Saffron

Französisch: Safran

Hindi: kesar

Italienisch: Zafferano

Japanisch: Safuran

Niederländisch: Saffraan

Norwegisch: Safran

Portugiesisch: Acafrao

Russisch: Schafran

Schwedisch: Saffran

Spanisch : Azafrán

Beschreibung

Aussehen:

Knollenpflanze

Blätter : 6 bis 9 schmale Blätter.

Blüte : unmittelbar aus der Knolle kommen die Blüten mit einem gelben Staubbeutel, weißen Staubfäden und orangefarbenen Narben, deren lange Narbenschkel dicht mit Papillen besetzt sind.

Blütezeit : Oktober/November.

Verbreitung:

Ursprünglich in Griechenland.

Wachsen im Mittelmeer-Gebiet, Südeuropa, Kleinasien, Indien, Pakistan, China.

Der beste Safran kommt aus Spanien (Coupe und La Mancha).

Geschichte:

2 300 v. Chr. in der Stadt Azupirano am Euphrat erstmals erwähnt.

Wurde nachweislich bereits 1 000 v. Chr. in Persien (Iran) verwendet.

Wird im Alten Testament und bei Homer erwähnt.

In Spanien bauten Araber im 9. Jhdt. in großem Stil Safran auf Feldern an.

Im Mittelalter wurden Safranfälscher (überliefert aus Nürnberg) mit ihrer Ware auf dem Scheiterhaufen verbrannt oder lebendig begraben.

Bemerkungen:

Arabisch Za`faran = gelb sein.

Safran war von jeher das teuerste aller Gewürze. Es werden - je nach Qualität - zwischen 80 000 und 200 000 Blüten benötigt, um 1 kg Safran zu gewinnen (allerdings schwanken die Angaben der Fachleute; einige sind der Meinung, daß auch schon 70 000 ein Kilo ergeben). 0,01 g färben drei Liter Wasser gelb.

Nicht verwechseln mit der Herbstzeitlose: die ist giftig!

Nach der griechischen Mythologie wächst S. immer dort, wo Juno und Jupiter sich liebten und ihre wollüstigen Ausdünstungen die Erde befeuchteten; folglich nahmen die Griechen auch an, daß der Genuß von S. die Potenz steigere. Auch Plinius ist der Meinung "er bewirkt Schlaf, hat gelinde Wirkung auf den Kopf und reizt den Geschlechtstrieb".

Im alten Rom war Safran Symbol großen Reichtums: ein Luxusgut; so wird berichtet, daß der Kaiser Heliogabalus in Safranwasser badete und Nero zum Zeichen seines Triumphes Safran auf die Straßen streuen ließ.

Die Mönche benutzten Safran als Farbe bei der Kolorierung von Handschriften.

Bekannt ist das Kinderlied: „Backe, backe Kuchen...

Safran macht den Kuchen geel“.

Wirkstoffe:

0,4 - 1,3% ätherische Öle: hauptsächlich Safranal (gibt den Geruch), Cineol, Pinen (in geringer Menge);

zu 4% Bitterstoff Picocrocin (Geschmacksstoff) und Crocin (Farbstoff), Terpenaldehyde.

Außerdem: 7% Fett, 6% Pektin.

Anbau

Garten/Haus : ausdauernd, winterhart

Safran kann in den Gebieten gezogen werden, wo Wein reif wird.

Vermehrung : findet ausschließlich durch Rhizome (Wurzeln) statt.

Die Wurzelknollen werden im Frühjahr 5 - 10 cm tief mit einem Abstand von 10 cm

gepflanzt.

Im Garten : es wird ein nährstoffreicher, nicht zu nasser Boden benötigt .

Krokusse blühen erst im Herbst.

Im Haus : in Blumentöpfen leicht zu halten; benötigen täglich 5 Stunden Sonnenlicht.

Pflege : jäten, hacken, wässern.

Ernte:

Die Blütennarben können im Herbst ausgezupft werden.

Diese Ernte hat aber wohl nur einen Sinn der Kuriosität willen, denn man wird nur wenige Fäden ernten.

Man beeinträchtigt den Bestand durch die Entnahme der Blütennarben nicht, denn die Samen sind steril; S. pflanzt sich ausschließlich durch seine Wurzeln fort.

Aufbewahrung:

Warm und trocken, luftdicht verschließen. Weil Safran außerdem lichtempfindlich ist, darf das Gefäß nicht lichtdurchlässig sein.

Verwendung

Gesundheit:

Gilt als krampflösend, anregend und herzstärkend.

Gebrauch:

Wird auch bei der Herstellung von Likören (Chartreuse), in der pharmazeutischen und kosmetischen Industrie verwendet.

Verwendungs- und Handelsform: die Staubfäden, auch pulverisiert.

Geschmack: die Fäden haben einen eigentümlichen Geruch und schmecken zart-bitter und leicht scharf.

In der Küche:

Kuchen und Gebäck, Fischsuppe (Bouillabaisse), mit Reis (Paella, Risotto, Pilaw), Soßen für Meeresfrüchte.

Im gesamten Mittelmeerraum eines der wichtigsten Gewürze.

Verträglichkeit: gut mit Rosmarin, Salbei und Lorbeerblättern.

Rezepte

Safran-Soße

Muschel-Safran-Suppe

Fasan - Spanisch