

Zitronengras

Mit seinem frischen Aroma das ideale Gewürz zu Fisch, Meeresfrüchten oder zu Fleisch.



Das Gewürz wird auch Citronelle oder Zitronellgras bzw. Lemongrass genannt und ist fester Bestandteil der südostasiatischen Küche. Sein kräftiger, frischer zitronenartiger Geschmack ist auf das im ätherischen Öl enthaltene Citral zurückzuführen.

Einkauf:

Bei uns ist Zitronengras in Asialäden erhältlich. Die Stängel sollten beim Kauf frisch und nicht trocken wirken und keine braunen Stellen aufweisen. In Zeitungspapier eingewickelt hält es sich im Gemüsefach des Kühlschranks mehrere Wochen.

Verwendung:

Im Allgemeinen verwendet man nur den unteren, hellen Teil (etwa 15 cm), es sei denn, die aromatischen Stängel ersetzen beim Grillen oder Braten die geschmacksneutralen Holz- oder Bambusspießchen. Die harten Außenblätter werden entfernt. Möchte man das Zitronengras mitkochen, werden die Stängel im Ganzen flach geklopft und später herausgefischt. Zum Anbraten im Wok schneidet man die Stängel in feine Scheiben.

Zitronengras harmoniert mit Knoblauch, Zwiebeln, Chilis und Koriandergrün und würzt – mittlerweile nicht nur in Südostasien - viele Gerichte: in Suppen, Salaten, Fisch- und Krabbengerichten bis hin zu Curries kommt es zum Einsatz.

Unser Video aus der Küchenpraxis: [Das Zitronengras und seine Verwendungsmöglichkeiten.](#)