

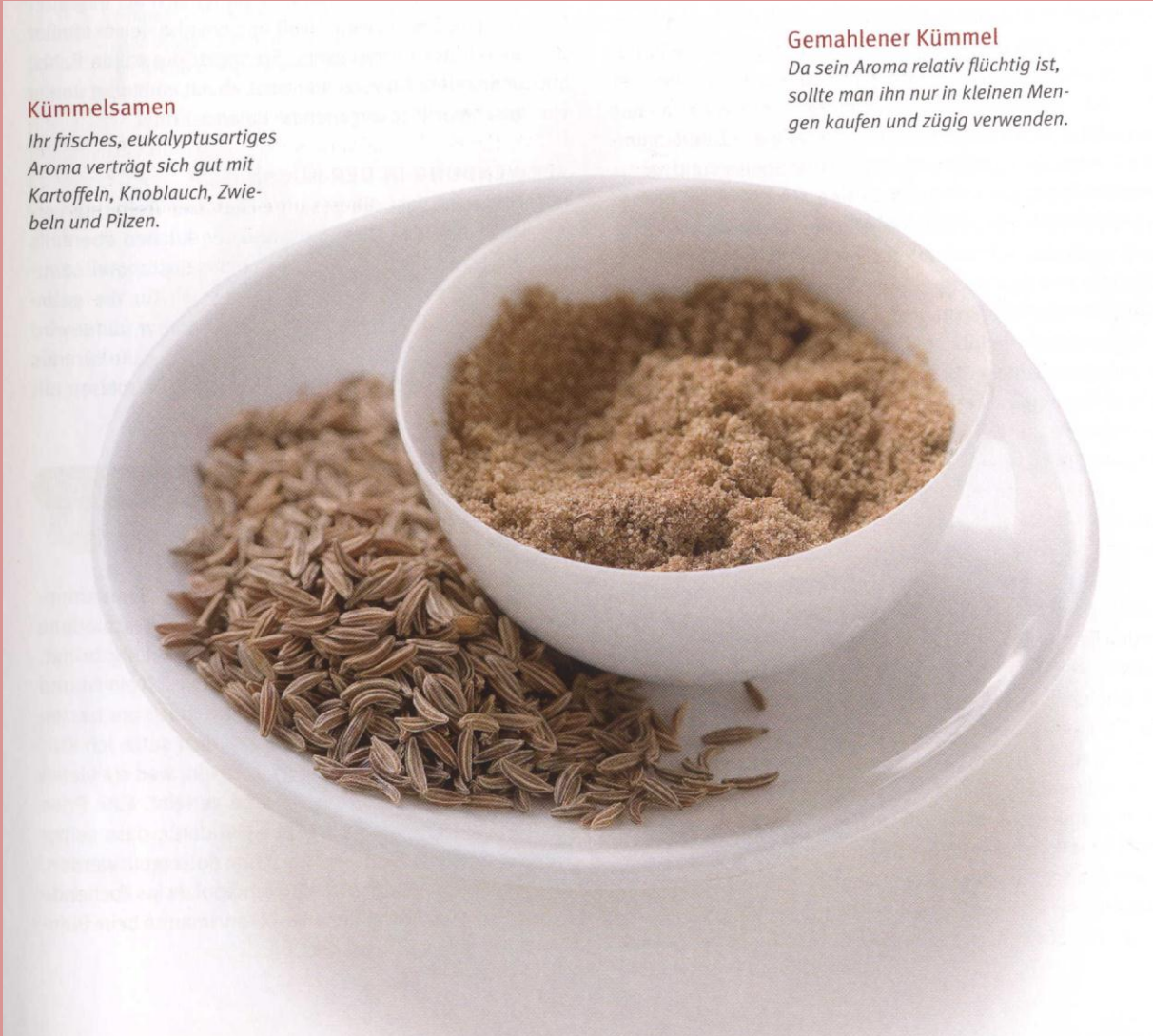
Kümmel

Kümmelsamen

Ihr frisches, eukalyptusartiges Aroma verträgt sich gut mit Kartoffeln, Knoblauch, Zwiebeln und Pilzen.

Gemahlener Kümmel

Da sein Aroma relativ flüchtig ist, sollte man ihn nur in kleinen Mengen kaufen und zügig verwenden.



Kümmel (*Carum carvi*) ist eine zweijährige Gewürzpflanze und wird ca. 60-100 cm hoch. Er gehört zur Familie der Doldenblütler und ist in der ganzen Welt verbreitet. Die großen Anbauggebiete sind in Deutschland, Frankreich, Holland, England und Schweden.

Die etherischen Öle des Kümmels (Carvon, Limonen) sind nicht nur für den typischen Kümmelgeschmack

verantwortlich, sie wirken auch Blähungen entgegen und verdauungsfördernd. Daher wird Kümmel traditionell schwer verdaulichen Gemüsesorten wie Kohl und Sauerkraut zugegeben. Auch in Kartoffelgerichten, Käse und Brot kommt Kümmel (im Ganzen oder gemahlen) zum Einsatz.

Des Weiteren dient Kümmel als Grundlage für die Herstellung verschiedener Spirituosen wie "Kümmel-Schnaps", Aquavit und Allasch.