

Gewürznelke



Mag. pharm.
Ingrid Lamprecht

Gewürznelken sind die getrockneten Blütenknospen des Gewürznelkenbaumes *Syzygium aromaticum* aus der Familie der Myrtengewächse. Sie werden geschlossen gesammelt und in der Sonne getrocknet, bis sie

dunkelbraun sind. 300 vor Christus kamen sie durch arabische Händler erstmals nach Europa, wo sie sehr teuer gehandelt wurden.

In der chinesischen Medizin werden sie seit 2500 Jahren verwendet. Wer zu einer Audienz beim Kaiser geladen war, musste eine Gewürznelke kauen, um die Atemluft zu deodorieren.

Gewürznelken enthalten ätherisches Öl, das ihnen das charakteristische Aroma verleiht. Der Geruch ist stark aromatisch und süß, der Geschmack brennend. Gewürznelken wirken anregend und wärmend und werden gegen Übelkeit und als Antiseptikum verwendet. Volksmedizinisch bedeutend ist die Anwendung des Gewürznelkenöls gegen Zahnschmerzen und bei Insektenstichen.

In vielen arabischen Ländern würzt man mit Gewürznelken Fleisch und Reis. In der europäischen Küche nimmt man Gewürznelken vor allem zum Würzen von eingelegtem Obst und Kuchen.

In der Adventszeit werden Orangen und Mandarinen mit Gewürznelken gespickt – man hat so viele Wochen einen haltbaren, duftenden Winterschmuck.

Punschkonzentrat

Zutaten: 4 Orangen, 2 Zitronen, 1 Vanillestange, 1 Zimtstange, 10 Gewürznelken, 5 TL schwarzer Tee, 375g brauner Kandiszucker, 3/8l Wasser, 1 L Rum.

● Die Schale von 2 Orangen und 1 Zitrone mit Zucker, Zimt, Gewürznelken und der aufgeschnittenen Vanilleschote im Wasser 5 min. kochen. Tee und den Saft von allen Früchten zugeben, aufkochen und 5 min. zugedeckt ziehen lassen. Abseihen und mit dem Rum vermischen. Nochmals erhitzen, aber nicht kochen. In eine Flasche füllen und den Extrakt gut verschlossen aufbewahren. Ein Schuss des Extraktes in ein Punschkügelchen geben, mit kochendem Wasser auffüllen und heiß genießen!



Exotisches Chutney

Zutaten: 500 g saure Äpfel, 500 g Marillen, 500 g Kürbis, 300g Zwiebeln, 100 g Schalotten, 2 rote Chillischoten, 4 Knoblauchzehen, 3/8 l Apfelessig, 450 g brauner Kandiszucker, 1 TL Salz, 1 EL frisch geriebener Ingwer, 1 TL Paprikapulver edelsüß, 1/2 TL Gewürznelkenpulver, 1/2 TL Kardamompulver, 1 Zimtstange

- Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Die Marillen waschen, entsteinen, klein schneiden, Kürbis schälen und würfeln. Zwiebeln, Schalotten und Knoblauch abschälen und fein hacken. Die Chillis entkernen und fein schneiden. Alles in einem hohen Topf geben, Essig, Kandiszucker und Gewürze zugeben, aufkochen und alles ca. 2 Stunden bei offenem Topf bei schwacher Hitze unter ständigem Umrühren köcheln lassen. Das Chutney soll so dick sein, dass es nicht mehr fließt. Kochend heiß in Gläser füllen und verschließen.



Zwetschken-Holunder-Kompott

Zutaten: 1 kg Holunderbeeren, 1/2 l Rotwein, 1 kg Zwetschken, 250 g Zucker, 1 Zimtstange, 2 Sternanis, 1 Muskatblüte, 3 Gewürznelken

- Die verlesenen Holunderbeeren im Rotwein zugedeckt 3 Minuten kochen bis sie platzen. Durch ein Tuch gießen und auspressen. Die halbierten Zwetschken, den Zucker und alle Gewürze zum Holundersaft geben, aufkochen und 4 Minuten köcheln. Heiß in Gläser füllen und gut verschließen.



Lebkuchen

Zutaten: 400 g helles Roggenmehl, 250 g Staubzucker, 1/3 TL gemahlener Zimt, 1/3 TL gemahlene Gewürznelken, 50 g Speisesoda, 100 g Honig, 2 Eier, Mehl für das Backblech, 1 Ei zum Bestreichen

- Zucker, Gewürze und Speisesoda vermischen, den Honig erwärmen, mit den Eiern verrühren und dazugeben. Mit dem Roggenmehl zu einem Teig kneten, 1 cm dick ausrollen und ausstechen. Mit einem verrührten Ei bestreichen und auf dem mit Mehl bestäubten Backblech goldbraun backen.