

## Muskatnuss

*myristica fragans*

Muskatnussbaum, jaiphal (ind.), pala (mal.)

### Kategorie

Gewürze, Muskatnussgewächse (myristicaceae)

### Beschreibung

Der immergrüne Muskatbaum aus der Familie der Muskatnussgewächse (Myristicaceae) wird in der Natur bis zu 100 Jahre alt und kann bis zu 15 Metern Höhe erreichen. Als Kulturpflanze wird der Wuchs auf bis zu 6 Meter beschränkt, damit die Ernte der Blüten und Früchte vereinfacht wird. Der Muskatbaum liefert gleich zwei Gewürze, nämlich den Samenkern der Früchte (Muskatnuss), und den roten Samenmantel (Macis oder Muskatblüte). Die Reife der Blüte bis zur Ernte dauert neun Monate.

### Herkunft

Der Muskatbaum hat eine Heimat in Neuguinea, wird mittlerweile aber auch in Westindien, Madagaskar, Indonesien, Mauritius und Brasilien angebaut.

### Aroma

Die Muskatnuss riecht leicht süßlich mit einer Spur von Kampfer- und Harzaroma. Der Geschmack erinnert etwas an Nelken und bittersüßes Holz.

### Verwendung

Muskatnüsse werden zum Würzen von indischen Moghul-Gerichten oder arabischen Fleischgerichten verwendet. In Europa wird sie als Würze zu Gemüsegerichten, Pastasaucen oder Eintöpfen genutzt. Vor der Zubereitung wird etwas von der Nuss mit einer speziellen Muskatreibe abgehobelt, damit sich so das frische Aroma optimal entfalten kann.

### Einkauf / Aufbewahrung

Trocken und luftdicht verschlossen ist die Muskatnuss jahrelang haltbar. Aufgrund der flüchtigen Aromastoffe ist die ganze Nuss dem Pulver vorzuziehen.

### Ersatz

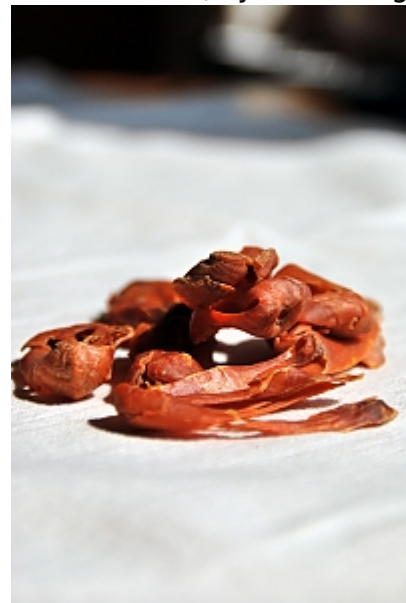
Für das Muskataroma gibt es keinen sinnvollen Ersatz.

### Gesundheit

Das in der Muskatnuss enthaltene Myristicin hat in größeren Mengen lebertoxische Wirkung, deshalb sollte in der Schwangerschaft oder bei Lebererkrankungen auf den Genuss von Muskat lieber verzichtet werden.



Muskatnuss (*myristica fragans*)



Muskatblüte