

# Schwarzkümmel

nigella sativa

Römischer Kümmel, Schwarzer Koriander, habbat al-barakah (arab.), kalonji (ind.), çörek otu (türk.)

## Kategorie

Gewürze, Hahnenfußgewächse (ranunculaceae)

## Beschreibung

Die einjährige Schwarzkümmelpflanze aus der Familie der Hahnenfußgewächse wird etwa 60 cm hoch und hat neben den gefiederten Blättern blau-weiße Blüten. Aus den Blüten entwickeln sich Samenhüllen mit dunkelbraunen bis schwarzen Samenkörnern, die an Sesam erinnern. Schwarzkümmel ist trotz seines Namens nicht mit Kümmel verwandt.



nigella sativa

## Herkunft

Der Ursprung der Schwarzkümmelpflanze liegt in Südeuropa und dem mittleren Osten. Die Türkei und Ägypten zählen heute auch zu den Hauptanbaugebieten.

## Aroma

Schwarzkümmelsamen erinnert mit seinem Duft an Kräuter, z.B. wilder Oregano. Der Geschmack ist eher pfeffrig, erdig, leicht nussig.

## Verwendung

Schwarzkümmel wird zu Backwaren, Pasteten, Reisgerichten oder gemahlen zu Käsegerichten verwendet. Im Iran benutzt man ihn zum Einlegen von Früchten.

## Einkauf / Aufbewahrung

Schwarzkümmelsamen erhält man vorzugsweise in asiatischen oder türkischen Lebensmittelläden. Ganze Schwarzkümmelsamen behalten luftdicht abgeschlossen bis zu 2 Jahren ihr Aroma.

## Ersatz

Schwarzkümmel kann je nach Gericht versuchsweise durch Kümmel ersetzt werden, ansonsten weglassen.