

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.