Sichuanpfeffer

zanthoxylum piperitum

Anispfeffer, Blüten-Pfeffer, Bergpfeffer, Zitronenpfeffer, Japanischer Pfeffer, Chinesischer Pfeffer, Sichuan pepper (eng.), poivre du sichuan (franz.), Hua Jiao (chin.), Sansho (jap.)

Kategorie

Gewürze, Rautengewächse (rutaceae)

Beschreibung

Sichuanpfefferkörner sind die kleinen, rötlichen Beeren des dornigen Pfeffer-Gelbholzbaumes. Die Pflanze aus der Familie der Rautengewächse (Rutaceae) ist nicht mit dem Schwarzen Pfeffer (Piper nigrum) verwandt, sie kann eine Höhe von bis zu 1,5 m erreichen und wird etwa 40 bis 50 Jahre alt. Junge Bäume tragen nach drei Jahren das erste mal Früchte. Aus den Früchten entwickeln sich die Beeren, die noch unreif geerntet und getrocknet werden.Unter
der rötlichen Schale der Beere befinden sich schwarze, glänzende Samen, die das typische Aroma entfalten.Erntezeit
der reifen Früchte des Szechuanpfeffers ist im August, die Früchte werden anschließend bei 40 bis 60 °C getrocknet. Teilweise werden die Fruchtschalen gemahlen und als Gewürzpulver verwendet.



zanthoxylum piperitum



Sichuanpfeffer

Herkunft

Die Pflanzenarten der Gattung Zanthoxylum sind im gesamten asiatischen Raum zu finden, werden aber nicht überall als Nutzpflanze angebaut. Das Hauptverbreitungsgebiet befindet sich vor allem in der Himalayaregion. Zanthoxylum piperitum ist in Korea, Japan und China verbreitet. Als Gewürz wird Sichuanpfeffer vor allem in Zentralchina, Tibet, Nepal, Japan und Korea verwendet.
Weniger große Vorkommen gibt es auch im afrikanischen und amerikanischen Raum.

Aroma

Charakteristisch ist der prickelnde Geschmack, der ein Gefühl der Taubheit auf Lippen und Zunge bewirkt. Die für dieses Empfinden verantwortlichen Stoffe sind verschiedene Amide, die bis zu drei Prozent der Inhaltsstoffe der Samenkapseln ausmachen. Sichuanpfeffer schmeckt kräftig aromatisch pfeffrig und leicht zitronig.

Verwendung

Als Gewürz werden meistens die getrockneten und von den Samen befreiten Fruchtschalen verwendet. Zanthoxylum schinifolium weist aromatische Samen auf, die bevorzugt verwendet werden. Die Schalen sind von rotbrauner oder bräunlicher bis schwärzlicher Farbe und stark gerunzelt.
Sichuanpfeffer wird in der asiatischen Küche als Bestandteil von Gewürzmischungen genutzt oder

© 2026 coquina.de

als pikante Würze zu Fisch- und Fleischgerichten. Vor der Verwendung sollten die getrockneten Körner in einer Pfanne kurz geröstet und dann zermahlen werden. Für eine Marinade können auch ganze Körner verwendet werden.
Im Chinesischen wird die Geschmacksrichtung, die durch die Kombination von Sichuanpfeffer und scharfem Paprika entsteht, als málà, d. h. »betäubend und scharf« bezeichnet. Diese Geschmacksrichtung prägt die Sichuan-Küche. Repräsentative Gerichte sind der Feuertopf (Pinyin Huo guo), Dandan Mian (Dàndàn Miàn, Nudeln mit scharfer Sauce), Würziges Rindfleisch (Shui Zhu Niúròu) und Mapo Doufu (Má Pó Dòufu, Tofu mit Hackfleisch). Sichuanpfeffer ist auch Bestandteil der Gewürzmischung Fünf-Gewürze-Pulver.
Unreife Früchte, Blätter und Blüten der Pflanze werden vor allem in der japanischen Küche eingesetzt. Die jungen und frischen Blätter werden eingeweicht und mit Miso-Paste vermischt als Kinome bezeichnet. Kinome wird oft als Garnierung auf Suppen und anderen Gerichten benutzt. Für die Würzpaste Misansho werden unreife Früchte mit Salz eingekocht. Diese Paste wird vor allem für die Zubereitung von Fisch verwendet, um den Fischgeruch zu mildern.
Sichuanpfeffer findet auch in der traditionellen chinesischen Medizin Verwendung. In Deutschland wird die Pflanze auch als Bonsai gestaltet verkauft. In Samen, Früchten und Blättern der Art wurden Antioxidantien nachgewiesen.

Einkauf / Aufbewahrung

Im Asienläden, Gewürzhandel oder gut sortierten Feinkostladen wird Sichuanpfeffer ganz oder gemahlen angeboten. Da Sichuanpfeffer ätherische Öle enthält, die leicht flüchtig sind, sollte die Variante der ganzen Körner stets vorgezogen werden. In einem dicht verschlossenen Gefäß und vor Sonneneinstrahlung geschützt hält sich Sichuanpfeffer leicht ein Jahr.

Ersatz

Ersatzweise kann auch schwarzer Pfeffer frisch gemahlen verwendet werden.

Gesundheit

In der Diätetik (Ernährungslehre) der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) nimmt Sichuan Pfeffer ebenfalls eine gewichtige Rolle ein, die in den Samen, Früchten und Blättern der Art Zanthoxylum piperitum nachgewiesenen Antioxidantien werden vornehmlich zur Behandlung von Verdauungsstörungen und Bekämpfung von Parasiten verwendet. In Kombination mit anderen Arzneien heilt Sichuan Pfeffer auch Magen- und Bauchschmerzen sowie Brechreiz, er wirkt recht effektiv als Wurmmittel, sollte jedoch nicht während der Schwangerschaft eingenommen werden.
In Japan wird Sichuan Pfeffer als natürliches Antidot gegen Fischvergiftungen geschätzt. Ungeachtet der aus westlicher Sicht mitunter esoterisch anmutenden Erklärungsversuche ist jedoch mittlerweile wissenschaftlich eindeutig erwiesen, dass zahlreiche der insgesamt rund 250 verschiedenen Zanthoxylum-Arten tatsächlich über einige durchaus interessante und gesundheitsförderliche Inhaltsstoffe enthalten. Dazu zählen in erster Linie Alkamide zur Stärkung des Immunsystems, früher als Antibiotika verwandte Amide sowie die bei der Behandlung von Parkinson und Hirnhautentzündungen hilfreichen Alkaloide.
Äußerlich angewendet hilft Sichuanpfeffer mit seiner stimulierenden und antiseptischen Wirkung auch bei Hauterkrankungen.

Geschichte

Zusammen mit Ingwerwurzeln wurde das Gewürz in der chinesischen Küche bereits zum Schärfen verwendet, bevor die ersten Chilipflanzen aus Südamerika nach Asien kamen. Die ersten Aufzeichnungen, in denen das Gewürz erwähnt wird, stammen aus dem 11 Jh. v. Chr. Besonders in der nordchinesischen Provinz Sichuan (früher: Szechuan) war das Gewürz sehr beliebt und wurde zum Zubereiten von traditionellen Eintöpfen, Suppen und Fleischgerichten genutzt. Bis heute trägt er deshalb den Namen der Region.
Früher mochte man vor allem seinen Geruch, und zwar so sehr, dass man ihn in Lehm einrührte und daraus Häuser baute für die Konkubinen des Kaisers. Außerdem sollte der Pfeffer die Wärme halten und böse Geister abwehren. Diese Hütten hießen darum »Pfeffer Häuser«.

© 2026 coquina.de