

FOODSTORY

Die faszinierende Welt der Gewürze



Wenn man an die italienische Küche denkt, kommen einem sofort Bilder von duftenden Pastasaucen, knuspriger Pizza und aromatischen Antipasti in den Sinn. Doch was wäre die italienische Küche ohne ihre Gewürze und Kräuter? Basilikum, Oregano, Rosmarin und Co. sind nicht nur Zutaten – sie sind das Herz und die Seele der italienischen Kochkunst. Heute nehmen wir euch mit auf eine duftende Reise durch die Welt der italienischen Gewürze und zeigen, welche Aromen in den besten Gerichten Italiens stecken.

DAS GRÜNE GOLD ITALIENS

Basilikum ist der Inbegriff italienischer Kräuterküche. Vor allem das „**Basilico Genovese**“ aus Ligurien ist weltberühmt und die Hauptzutat des klassischen **Pesto alla Genovese**. Mit seinem süßlichen, leicht pfeffrigen Aroma passt Basilikum perfekt zu Tomaten, Mozzarella und Olivenöl.

Wo findest du Basilikum?

- Caprese-Salat
- Pesto alla Genovese
- Pizza Margherita

Tipp: Basilikum immer frisch verwenden und erst am Ende zum Gericht geben, damit das feine Aroma erhalten bleibt.

DER DUFT MEDITERRANER SONNE

Ein Klassiker, den man unweigerlich mit Pizza verbindet! **Oregano** hat ein kräftiges, leicht bitteres Aroma und wird oft in getrockneter Form verwendet. Doch auch frisch hat Oregano einen einzigartigen Geschmack und eignet sich perfekt für Fleischgerichte, Tomatensaucen und Marinaden.

Wo findest du Oregano?

- Pizza Margherita

- Pasta al Pomodoro
- Marinierte Oliven

Tipp: Getrockneter Oregano hat ein intensiveres Aroma als frischer – daher sparsam dosieren!

DAS WÜRZIGE EVERGREEN

Rosmarin ist das Kraut der italienischen Berge und gibt Fleischgerichten, Kartoffeln und Focaccia ein unverwechselbares Aroma. Seine Nadeln verströmen beim Garen einen kräftigen Duft, der an warme Sommertage erinnert.

Wo findest du Rosmarin?

- Ofenkartoffeln
- Focaccia al Rosmarino
- Gegrilltes Lamm

Tipp: Verwende Rosmarin beim Braten von Fleisch als ganzen Zweig – das Aroma zieht so sanft ins Gericht ein.

DAS SEELE ITALIENS

In kaum einem italienischen Gericht darf **Knoblauch** fehlen. Ob roh, gebraten oder als aromatisches Öl – Knoblauch sorgt für die richtige Würze und rundet Pastagerichte und Fleisch perfekt ab.

Wo findest du Knoblauch?

- Spaghetti aglio e olio
- Bruschetta
- Meeresfrüchte-Pasta

Tipp: Knoblauchzehen nur leicht andrücken und im Ganzen anbraten, um ein milderes Aroma zu erhalten.

DAS FEURIGE TEMPERAMENT

Wer es scharf mag, kommt um **Peperoncino** nicht herum. Die kleinen roten Chilischoten bringen Schärfe und Lebensfreude in jedes Gericht. Vor allem in Süditalien sind sie aus der Küche nicht wegzudenken.

Wo findest du Peperoncino?

- Spaghetti aglio e olio e peperoncino
- Arrabbiata-Sauce
- Meeresfrüchtegerichte

Tipp: Beim Anbraten in Öl vorsichtig dosieren – die Schärfe verteilt sich schnell!

DAS UNTERSCHÄTZTE TALENT

Salbei ist vor allem in Norditalien beliebt und verleiht Gerichten einen leicht herben, würzigen Geschmack. Besonders bekannt ist das klassische Gericht Saltimbocca alla Romana, bei dem Salbei mit Kalbfleisch und Schinken kombiniert wird.

Wo findest du Salbei?

- Saltimbocca alla Romana
- Gnocchi mit Salbeibutter
- Geflügelgerichte

Tipp: Frischer Salbei schmeckt intensiver als getrockneter und eignet sich hervorragend zum Braten in Butter.

Die italienischen Gewürze sind der Schlüssel zur authentischen Küche Italiens. Sie erzählen Geschichten von sonnenverwöhnten Feldern, sanften Hügeln und leidenschaftlichen Köchinnen und Köchen, die ihre Gerichte mit Liebe würzen. Ob du ein einfaches Pastagericht zauberst oder eine aufwendige Antipasti-Platte anrichtest – mit den richtigen Gewürzen holst du dir das Dolce Vita direkt in deine Küche.
Buon appetito!

Weitere Stories auf waurig.com/stories

