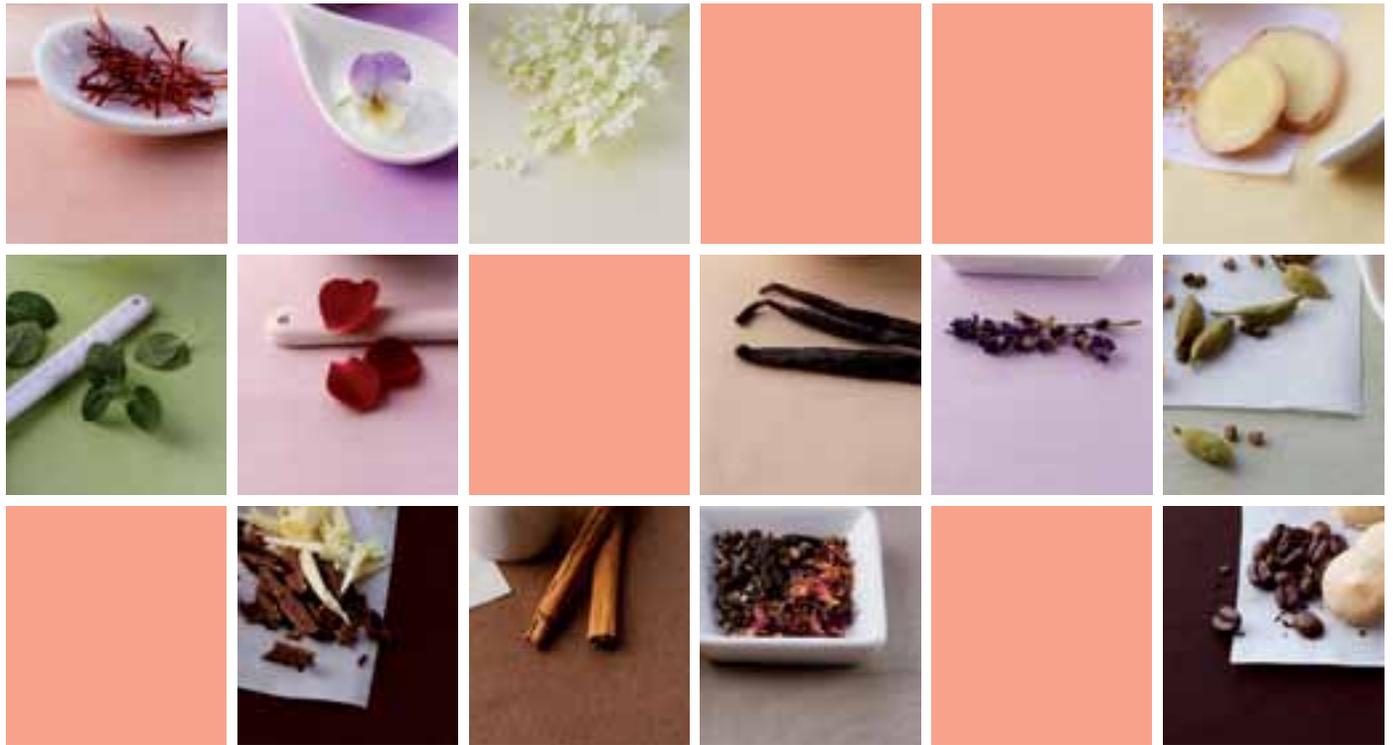


## INHALT

safran	8
kardamom	16
holunderblüte	24
veilchen	32
ingwer	40
minze	48
rose	56
vanille	64
lavendel	72
schokolade	80
zimt	88
pfeffer	96
kaffee	104

*aromen,  
die wir lieben –  
ein feuerwerk  
für  
den gaumen*



Gehen Sie mit uns auf eine kulinarische Entdeckungsreise in die Welt der Aromen: Kaffee, Vanille oder Minze lassen uns vor allem an süße Genüsse denken. Dass sich auch Fleisch, Fisch und Gemüse damit delikater verfeinern lassen, möchten wir Ihnen in diesem Buch zeigen. Wir haben 13 unserer Lieblingsaromen ausgewählt, alle mit einem außergewöhnlichen Duft und Geschmack. Wir stellen Ihnen Blüten vor wie Holunder, Veilchen und Rose, Gewürze wie Safran, Zimt und Kardamom, aber auch Zutaten wie Ingwer, Schokolade und Kaffee. Für jedes Aroma haben wir ein ganz besonderes Menü kreiert, das zeigt, wie unglaublich vielseitig sich diese Aromen einsetzen lassen und einer Speise mit wenig Aufwand das gewisse Etwas geben. Oft fehlen Hobbyköchen die Kenntnis und auch der Mut, gerade so intensive Aromen wie Lavendel, Kardamom oder verschiedene Pfefferarten in ihren Gerichten zu verwenden. Das ist schade, denn sie

bieten Ihnen eine bisher unbekannte, raffinierte Geschmackswelt. In über 90 Rezepten möchten wir Sie einladen, mehr über die einzelnen Aromen und ihre Verwendungsmöglichkeiten zu erfahren, und mit diesem Wissen dann ihre eigene Fantasie anregen, diese Aromen immer wieder neu zu kombinieren. Auch bei unserem zweiten Buch bereicherte die Fotografin Franziska Taube wieder unser Team. Ihre Fotos unterstreichen die originellen und ungewöhnlichen Rezepte. Ihre klare Bildsprache rückt die Sinnlichkeit der einzelnen Zutaten und die Raffinesse der Gerichte in den Vordergrund. Ihre Bilder machen Appetit und Lust, die Speisen sofort nachzukochen. Lassen Sie sich auf diese außergewöhnlichen Geschmackserlebnisse ein, denn ihr Genuss ist ein Fest für die Sinne, ein Feuerwerk für den Gaumen.

# safran

## SAFRAN (CROCUS SATIVUS)

Der Name stammt aus dem Arabischen und bedeutet „gelb“. In der Küche zeichnet sich Safran, das kostbarste aller Gewürze, dadurch aus, dass er Gerichten eine stark gelbe Farbe und ein zart-bitteres, honigähnliches Aroma verleiht. 50.000 feine Blütennarben von *Crocus sativus* müssen von Hand geerntet und getrocknet werden, um 100 g echten Safran zu gewinnen. Doch schon kleinste Mengen haben eine unglaubliche Kraft und die richtige Prise macht aus Risotto, Paella, Meeresfrüchten und Gebäck eine unvergessliche Köstlichkeit.

Safran entwickelt sein volles Aroma am besten durch Wärme. Damit sich Duft und Farbe optimal entfalten können, werden die Safranfäden im Mörser leicht zerstoßen und sollten dann in etwas warmem Wasser, Brühe oder Milch 5–15 Minuten ziehen. Je später man den Safran der Speise zufügt, umso intensiver ist sein Aroma.

Wegen des hohen Preises hat Safran immer dazu verlockt, ihn zu fälschen oder zu strecken. Außerdem gibt es unterschiedliche Qualitäten: die beste ist tiefrot und enthält fast keine gelben Anteile. Die Mengenangaben in den Rezepten sind Circa-Angaben, da die Intensität je nach Qualität stark variiert.



## SAFRAN-EIER-LIKÖR

Etwa 10 Fäden Safran  
250 g Zucker  
5 Eigelb  
300 ml Milch (3,5 % Fettanteil)  
100 ml Alkohol 70 % (Weingeist)

Die Safranfäden mit 1 Teelöffel Zucker im Mörser fein mahlen. Die Eigelbe mit dem restlichen Zucker schaumig schlagen und den Safranzucker unterrühren. Die Masse mit der Milch und dem Alkohol vermischen und für 2 Tage kühl stellen, ab und zu schütteln. Durch ein feines Sieb gießen und in Flaschen füllen. Hält sich gekühlt ca. 3–4 Monate.

## SAFRAN-BUTTER

150 g zimmerwarme Butter  
Etwa 10 Fäden Safran, fein gemörsert  
1 TL Zitronensaft  
Salz, Pfeffer, frisch gemahlen

Die Butter mit dem Safran, dem Zitronensaft und etwas Salz und Pfeffer mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Butter in Schälchen streichen oder in Frischhaltefolie zu einer Rolle formen. In den Kühlschrank stellen. Nach Bedarf zu Fisch, als Aufstrich mit etwas Kresse oder zu Eiergerichten servieren.

## SAFRAN-APFEL-ESSIG

500 ml Apfelessig  
Etwa 10–15 Fäden Safran

Apfelessig und Safranfäden in eine gut verschließbare Flasche füllen, gut schütteln und über Nacht ziehen lassen. Wie normalen Essig verwenden. Hält sich mehrere Monate.

## SAFRAN-GEWÜRZ

Etwa 10 Fäden Safran  
1 TL Fenchelsamen  
1 TL getrockneter grüner Pfeffer  
½ TL Anissamen  
1 TL Koriandersamen

Die Gewürze in einem Glas mischen und nach Bedarf kleine Mengen in einer Pfanne ohne Fett anrösten, anschließend im Mörser zerstoßen. Passt sehr gut zu gebratenem Fisch, Gemüsegratins und Suppen.



# kardamom

KARDAMOM (ELETTARIA CARDAMOMUM)



Traditionell wird Kaffee in den arabischen Ländern mit Kardamom gewürzt. In den meisten europäischen Küchen spielt er, außer als Gewürz in der Weihnachtsbäckerei, keine allzu große Rolle. Dabei lässt er sich mit seinem blumig-warm-würzigen Aroma sowohl in herzhaften wie auch in süßen Gerichten ausgezeichnet einsetzen. Er passt wunderbar zu Süßkartoffeln und anderem Wurzelgemüse, zu Schmor- und Reisgerichten, aber auch zu Äpfeln, Birnen und Orangen. Die würzig duftenden, kugelrunden, schwarzen Samen aus den grünen Kapseln sollten möglichst direkt vor der Anwendung gemörsert werden, da sie an der Luft schnell ihr Aroma verlieren. Allerdings verfügen sie über einen sehr ergiebigen Geschmack und sollten nur in feinsten Dosen eingesetzt werden. Wer eine eher leichte Kardamom-Note bevorzugt, kann die ganzen Kapseln in einem Säckchen oder Teefilter einige Minuten mitziehen lassen und anschließend wieder entfernen.

Übrigens: Schwarzer Kardamom ist ein eigenständiges Gewürz mit kräftigen, pfeffrigen Aromen und kein Ersatz für Grünen Kardamom. Er ist vor allem in der indischen Küche von Bedeutung.

## KARDAMOM-SCHOKOLADEN-PRALINEN

400 g Löffelbiskuit  
125 ml Zimtlikör  
200 g weiße Kuvertüre  
50 g kandierter Ingwer  
¼ TL frisch gemahlener Kardamom  
6 EL Kokosraspel

Die Löffelbiskuits in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Nudelholz fein zerbröseln. Brösel in eine Schüssel geben, den Likör darüber gießen. Die Kuvertüre hacken und in einer kleinen Schüssel im heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen lassen. Den kandierten Ingwer sehr fein hacken. Kuvertüre, Ingwer und den Kardamom unter die Bröselmasse rühren. Aus der Masse mit den Händen etwa 25 kleine Kugeln rollen und 1 Stunde im Kühlschrank fest werden lassen. Die Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett rösten, auf einem flachen Teller verteilen und abkühlen lassen. Anschließend die Pralinen darin wälzen, die Kokosraspel dabei leicht andrücken.

## SALZMANDELN MIT KARDAMOM

20 g Butter  
2 EL flüssiger Honig  
½ TL Kardamomsamen, grob im Mörser zerkleinert  
1 EL Fleur de Sel  
300 g ganze ungeschälte Mandeln

Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Butter und Honig in einem Topf schmelzen. Kardamom, Salz und Mandeln unterrühren. Etwa 2 Minuten rühren, anschließend auf einem Backblech mit Backpapier verteilen.

Im vorgeheizten Backofen 5 Minuten rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen. In einer luftdichten Dose aufbewahrt sind sie etwa 4 Wochen haltbar.

## ARABISCHER KARDAMOM-KAFFEE

1 Kardamomkapsel  
250 g Kaffeebohnen  
½ TL Zucker pro Tasse

Die Kardamomkapsel mit den Kaffeebohnen zusammen in einer Kaffeemühle mahlen. Den Kaffee in einer luftdichten Dose aufbewahren.

Für 1 Tasse Kardamomkaffee 250 ml Wasser aufkochen. Den Zucker zufügen, umrühren und 1 Minute kochen lassen. 1 Teelöffel von dem Kaffeepulver hineingeben und zum Kochen bringen. Dabei umrühren. Kaffee noch zweimal aufkochen, abseihen und heiß servieren.

## KARDAMOM-MANDEL-KROKANT

150 g Zucker  
100 g Mandelblättchen  
2 Msp. frisch gemahlener Kardamom

Zucker mit 50 ml Wasser in einem Topf aufkochen und bei mittlerer Hitze goldbraun karamellisieren lassen. Mandeln und Kardamom unterheben. Die Masse auf einem Bogen Backpapier verteilen. Zügig mit einem zweiten Bogen Backpapier belegen und mithilfe eines Nudelholzes dünn ausrollen.

# Ingwer

## INGWER (ZINGIBER OFFICINALE)

Ingwer ist unglaublich vielseitig und verleiht mit seinem unverwechselbaren Aroma jedem Gericht das gewisse Etwas. Sein zitrusartiger, gleichzeitig aber auch sehr scharfer Geschmack wärmt von innen und gibt vielen Produkten eine neue Würze. Er ist unentbehrlich in asiatischen Gerichten, passt aber zu allen Fleisch-, Fisch- und Gemüsesorten und versorgt auch Süßes mit einem exotischen Frischekick. Ingwer sollte man in der Küche nur als frische Wurzel verwenden, auch wenn das Schälen, Reiben oder Hacken etwas Mühe macht. Außerdem sollte er immer möglichst dünn geschält werden, da die meisten wertvollen Inhaltsstoffe direkt unter der Schale sitzen. Er muss übrigens nicht geschält werden, wenn man ihn in einem Gericht in Scheiben geschnitten nur mitziehen lässt und vor dem Servieren wieder entfernt. Auch gilt: je länger er mitkocht, umso schärfer wird das Essen.



## SÜSS-SAURE INGWER-CHILI-SAUCE

50 g Ingwer  
2 große rote Chilischoten  
1 TL Koriandersamen  
100 ml Reisessig  
200 g Rohrzucker  
1–1 ½ TL feines Meersalz

Ingwer schälen und in Streifen schneiden. Chilischoten waschen, entstielen und in feine Ringe schneiden. Beides zusammen mit den restlichen Zutaten und 200 ml Wasser in einem Topf erhitzen und 10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. In saubere Flaschen abfüllen und im Kühlschrank aufbewahren.

## EINGELEGTER INGWER

100 g frischer Ingwer  
50 g Rohrzucker  
75 ml Reisessig  
1 Pr Salz

Den Ingwer schälen, in hauchdünne Streifen schneiden und in ein sauberes Schraubglas geben. Zucker, Reisessig und Salz in einer Schüssel verrühren, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben. Die Flüssigkeit über den Ingwer gießen, Glas verschließen und gut schütteln. 1 Woche im Kühlschrank ziehen lassen.

## INGWERGELEE

200 g frischer Ingwer  
500 ml Weißwein  
500 g Bio-Gelierzucker 1:1

Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer und Weißwein aufkochen, 5 Minuten köcheln lassen. Den Sud 30 Minuten ziehen lassen, anschließend abseihen. 375 ml Ingwerwein abmessen und mit dem Gelierzucker zum Kochen bringen und unter Rühren 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Sofort randvoll in sterilisierte, verschließbare Gläser füllen, fest verschließen und für 5 Minuten auf den Deckel gewendet stehen lassen.

## INGWERSALZ MIT ZITRONE

50 g Ingwer  
Fein abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone  
150 g Meersalz  
1 TL Wasabi-Pulver

Ingwer schälen, fein würfeln und mit den restlichen Zutaten mischen. Auf eine Platte streuen und einen Tag trocknen lassen. Anschließend in ein Glas füllen und dunkel und trocken lagern. Passt gut zu Geflügel, Fisch und Meeresfrüchten.



# minze

## MINZE (MENTHA SPICATA UND MENTHA PIPERITA)



Minzen mit ihrem süßen Duft und dem gleichzeitig kühlenden und scharfen Aroma gehören zu den weltweit beliebtesten Küchenkräutern. Die beiden kulinarisch bedeutendsten sind die Grüne Minze mit ihrem erfrischenden, süßlich-scharfen Aroma und die Pfefferminze, die sehr viel Menthol enthält und hauptsächlich für Tee und Getränke verwendet wird. Die orientalische Küche kennt vielfältige Verwendungsmöglichkeiten der Minze in Vorspeisen, zu gegrillten Fleischspießen und in Desserts. Außerdem passt sie wegen ihrer leicht kühlenden Wirkung ganz hervorragend zu Eis, Joghurt und Schokolade.

Am besten verarbeitet man Minze frisch, dann kommt ihr herrliches Aroma voll zur Geltung. Sie lässt sich aber auch gut trocknen, ihr Aroma ist dann allerdings etwas schärfer und konzentrierter und es fehlt die Süße der frischen Minze. Um dieses Aroma zu lösen, sollte man die getrockneten Blätter in etwas warmer Flüssigkeit ziehen lassen.

# Erdbeer-tomaten-gazpacho mit minze und blauschimmel-zigarre

- Die Tomaten waschen, die Haut kreuzweise einritzen und den Blütenansatz entfernen. Die Tomaten für etwa 10 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Haut abziehen, die Tomaten vierteln und entkernen.
- Die Erdbeeren abbrausen, abtropfen lassen und putzen. Vier Tomatenviertel und vier Erdbeeren beiseitelegen. Die restlichen Erdbeeren grob zerkleinern und mit den Tomatenvierteln in eine Schüssel geben. Mit Zucker, Limettenschale und -saft marinieren. Vier Minzstiele zur Dekoration beiseitelegen. Die restlichen Minzstiele zugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen, alles gut untermischen und 2 Stunden durchziehen lassen.
- Marinierte Erdbeeren und Tomaten kurz vor dem Servieren in einen hohen Mixbecher geben, Minze entfernen und den Gazpacho fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Chili abschmecken und kalt stellen.
- Für die Zigarre den Blauschimmelkäse mit einer Gabel zerdrücken. Das Weißbrot klein würfeln und unter den Käse mischen. Mit Pfeffer würzen. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen.
- Die Frühlingsrollenblätter ausbreiten, im unteren Drittel eine lange Bahn Käse aufspritzen. Die Seitenränder mit Wasser bestreichen und die Blätter zu einer dünnen Zigarre aufrollen.
- Pflanzenöl in einer Pfanne oder einen Topf etwa 2 cm hoch einfüllen und erhitzen. Die Frühlingsröllchen darin schwimmend goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- Die restlichen Tomatenviertel und Erdbeeren klein würfeln. Die Hälfte der beiseitegelegten Minze in feine Streifen schneiden und mit den Tomaten- und Erdbeerwürfeln mischen. Gazpacho in 4 Gläser füllen, Erdbeeren und Tomaten zugeben und mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Die Zigarre anlegen, Minzstiele zur Dekoration dazulegen und servieren.

## FÜR 4 PORTIONEN

### FÜR DEN GAZPACHO

500 g reife Strauchtomaten

500 g Erdbeeren

1 TL Zucker

Fein abgeriebene Schale und Saft  
von 1 unbehandelten Limette

1 Bund Minze

Salz, Pfeffer, Chili, frisch gemahlen

### FÜR DIE BLAUSCHIMMEL-ZIGARRE

100 g Blauschimmelkäse (z.B. Roquefort oder  
Gorgonzola)

100 g Weißbrot (ohne Rinde)

4 Frühlingsrollenblätter

Pflanzenöl zum Ausbacken

Pfeffer, frisch gemahlen

