

## Curry-Set - sl3

### Gewürze aus Sri Lanka

Die Gewürze und Kräuter stammen von einer Gesamtanbaufläche von etwa 314 Morgen Land. Die Bebauung erfolgt in Mischkulturen und die Bearbeitung mit der Hand. Angebaut werden über 40 verschiedene Sorten, die jeweils zu anderen Zeiten von den Bauern und ihren Familien geerntet werden. Gelegentlich beziehen die Produzenten einige Gewürze, die in Sri Lanka nicht angebaut werden aber für bestimmte Mischungen nicht fehlen dürfen, auf dem Markt. So entsteht eine große Produktpalette, die viele uns geläufige aber auch eine umfassende Auswahl an asiatischen und orientalischen Gewürzen und Gewürzmischungen beinhaltet. Die Verarbeitung erfolgt in Negombo. Die Gewürze werden gereinigt und gewaschen, und dann mithilfe einer Solaranlage getrocknet. Anschließend müssen sie sortiert bzw. abgemischt und fachgerecht verpackt werden. Vor der endgültigen Verpackung für den Export erfolgt noch eine abschließende Qualitätskontrolle.

### Curry-Set in Palmblattbox

#### Projektpartner

PODIE, Sri Lanka  
sl3

#### Inhalt

1x Currymischung, mild, 50 g,  
1x Currymischung, mittelscharf, 50 g,  
1x Currymischung, scharf, 50 g,  
1x Curryblätter, 5 g

Currymischung: Koriander, Gelbwurzel, Fenchel, Ingwer, Pfeffer, Dill, Kardamom, Nelken, Zimt, Kreuzkümmel, Muskat

Die Currymischung ist ideal für Ihre Reis-, Lamm- oder Hühnchengerichte. Probieren Sie die unterschiedlichen Schärfegrade einfach aus!

### Informationen über Curry

Currypulver ist eine britische Erfindung, um den Geschmack indischer Speisen mit geringem Aufwand zu imitieren. Ein typisches Currypulver sollte seinen Geschmack hauptsächlich von geröstetem Kreuzkümmel, geröstetem Koriander, schwarzem Pfeffer, Chilis und geröstetem Bockshornklee erhalten. Oft werden auch Ingwer, Linsenmehl, Salz und süße Gewürze wie Zimt, Gewürznelken und grüner Kardamom zugefügt.

Eine gute Currymischung sollte dunkel aussehen. Die Mischungen des industriell gefertigten Currypulvers ist oft übertrieben gelb, da sehr viel färbendes Curcuma zugefügt wird.

## Curry-Set - sl3

Currypulver ist kein traditionelles Rezept, daher gibt es keinen Konsens über die zu verwendenden Zutaten, und es steht jedem Händler frei, seine eigene Mischung anzubieten. Es gibt Mischungen aus bis zu 60 Bestandteilen. In Indien werden Gewürzmischungen meist für jedes Gericht einzeln zusammengestellt und sofort verbraucht. So gehört Curry weniger zur indischen als zur britischen oder internationalen Küche.

**Allergiker-Hinweis:** gf, ef, hf, mf, nf, v

### Weitere Informationen zu den ausgewiesenen Inhaltsstoffen

#### **Gelbwurzel - Curcuma ( auch Kurkuma, Indischer Safran, Gelbwurz )**

Verwendet wird der Wurzelstock - dieser riecht im frischen Zustand aromatisch und schmeckt herb, harzig und leicht brennend. Getrocknet entwickelt er ein würziges Aroma, das sich bei längerem Lagern aber bald in muffig und erdig verwandelt. Auch die gelbe Farbe ist infolge ihrer Lichtempfindlichkeit nicht besonders lagerungsbeständig. Curcuma ist in Indien ein sehr wichtiges Gewürz - der Gebrauch lässt sich fast 4000 Jahre zurückverfolgen, bis zur vedischen Kultur Indiens. Im heutigen Indien verwendet man Curcuma immer noch für fast jede Art von Speise, beispielsweise für gekochte Hülsenfrüchte, in Kartoffel- oder Reisgerichten. Die starke Färbekraft der Curcuma erscheint jedem ein Ärgernis, der mit Curcuma verunreinigte Küchengeräte reinigen muss - besonders bei Polypropylen-Schneidbrettern sind Wasser und Bürste oft nicht ausreichend. Es geht aber auch viel einfacher: Da der Farbstoff nicht lichtecht ist, verblasst er nach nur einer Stunde im direkten Sonnenlicht gänzlich.

#### **Kreuzkümmel**

Verwendet werden die Früchte, oft Samen genannt. Kreuzkümmel schmeckt und riecht stark aromatisch. Das charakteristische Aroma ändert sich beim Braten und Rösten. Das Gewürz ist weltweit sehr beliebt, nur in Europa kennt man es weniger, obwohl es bei den alten Römern recht bekannt war. Kreuzkümmel ist das Charaktergewürz der indischen Küche, besonders im Südteil. Die Früchte werden ungemahlen verwendet und vorher häufig in Öl (oft zusammen mit Zwiebel) gebraten oder auch trocken geröstet. Hülsenfrüchte aromatisiert man gerne mit in Butterfett gebratenem Kreuzkümmel. Kreuzkümmel ist auch im Nahen und Mittleren Osten sehr beliebt.

#### **Kardamom**

Verwendet werden die Samen. Kardamom riecht und schmeckt süß und aromatisch, sehr angenehm. Wenn die Samen gemahlen werden, verlieren sie ihr Aroma jedoch recht rasch - daher sollte man nur ganze Kardamomkapseln kaufen. Diese quetscht oder zerstößt man vor Gebrauch. Die sattgrünen Kapseln sind wesentlich hochwertiger als die blassgrünen oder gar weißlich-gelben, die durch Sonnenlicht nach der Ernte gebleicht werden. Kardamom gehört zu den ältesten Gewürzen und ist heutzutage in Sri Lanka, Indien und im Iran sehr beliebt.

#### **Koriander**

Verwendet werden die Früchte, die frischen Blätter und nur in Thailand die Wurzel. Früchte und Blätter besitzen völlig verschiedene Aromen und können einander daher nicht ersetzen. Die Früchte riechen und schmecken warm, nussartig und würzig. Korianderkraut hat ein sehr starkes Aroma. Trockenes Rösten oder Braten der Früchte in Fett, wie in Indien und Sri Lanka üblich, verstärkt und modifiziert das Aroma.

#### **Ingwer**

## Curry-Set - sl3

Getrockneter Ingwer weist einen ganz anderen Geschmack auf als frischer. Er ist eher aromatisch als scharf und eine optionale Zutat zum Currypulver. In Europa hat getrockneter Ingwer einige Anwendung für würziges Gebäck und vermag auch viele pikante Suppen und Saucen der europäischen Küche zu bereichern.

### **Gewürznelke**

Verwendet werden die Blütenknospen. Sie haben einen intensiven, stark aromatischen und süßen Geruch und schmecken stark und brennend. Nelken sind ein uraltes Gewürz: In Sri Lanka, Nordindien, im Mittleren Osten und vielen arabischen Ländern verwendet man sie vor allem in Fleischspeisen.

### **Ceylonischer Zimt**

(auch Zimt, Echter Zimt, Ceylon-Zimt): Verwendet wird die Rinde junger Zweige. Zimt riecht und schmeckt stark aromatisch, süß, angenehm, warm und kaum bitter. Im Curry ist Zimtpulver enthalten.

### **Schwarzer Pfeffer**

Pfeffer ist unter den Gewürzen darin einmalig, dass seine Früchte in vier verschiedenen Farben gehandelt werden: Je nach Behandlung ergeben sich schwarze, weiße und grüne Pfefferkörner. Schwarzer Pfeffer sind Pfefferfrüchte, die unreif aber recht knapp vor der Reife gepflückt und danach bei mäßiger Temperatur getrocknet werden: Unter diesen Bedingungen läuft eine Fermentierung ab, und die zuvor grünen Früchte färben sich schwarz. Je später man den Pfeffer erntet, umso besser wird sein Aroma, während die Schärfe in den letzten Tagen nicht mehr dramatisch zunimmt. Schwarzer Pfeffer weist ein kräftiges Aroma auf, das erst beim langen Mitkochen verfliegt. Allerdings: Kaum ein anderes Gewürz zeigt nach dem Mahlen einen so drastischen Aromaverlust - schwarzer und weißer Pfeffer verlieren rasch ihren Geschmack und weißer nimmt sogar einen abgestandenen, muffigen Geschmack an. Daher sollte man Pfeffer zu seiner Verwendung immer direkt frisch mahlen.

### **Curryblätter**

Curryblätter haben nichts mit dem Currypulver zu tun. Die Blätter sollten möglichst immer frisch verwendet werden, da sie ihren frischen und angenehmen, entfernt an Mandarinen erinnernden Geruch und Geschmack beim Trocknen verlieren. Hier werden sie überwiegend getrocknet angeboten. Curryblätter werden in Südindien und Sri Lanka in großem Umfang verwendet und den Gerichten meist vor dem Servieren beigegeben.

### **Muskatnuss**

Die Muskatnuss ist keine Nuss, sondern der innere Kern einer pfirsichartigen Frucht. Die Muskatblüte ist bei der Ernte leuchtend rot oder purpurn gefärbt, nimmt aber nach dem Trocknen eine dumpfere, bernsteingelbe Färbung an.

Die Muskatnuss hat einen aromatischen, harzigen und warmen Geschmack. Der Muskatblüte sagt man meist ein etwas feineres Aroma nach, aber der Unterschied ist nicht besonders groß. Nach dem Mahlen verliert Muskat seinen Geschmack sehr rasch - am besten schabt oder reibt man die nötige Menge frisch vor Gebrauch von einer ganzen Nuss ab.