



Kräuter

1. Basilikum: Griechisch für «König» («Basileus») – Basilikum, das Königskraut.

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

2. Koriander: Das älteste Gewürz, bereits Höhlenbewohner nutzten es.

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

3. Oregano: Griechisch für «Freude der Berge»

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	



4. Petersilie: Griechisch für «Sellerie, der auf Felsen wächst» («petroselinon»)

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

5. Pfefferminze: Das englische «Erfrischungs-Kraut»

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

6. Rosmarin: Lateinisch für «Tau des Meeres» oder «Meerestau» («Ros Marinus»)

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	



7. Schnittlauch: Die Vitamin- und Mineralstoff-Bombe

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

Wie sollten die Kräuter 1-7 eingesetzt und gelagert werden?



Gewürze

8. Ingwer: Die scharfe Knolle gegen Übelkeit

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

9. Kurkuma: «Gelbwurz» – das goldene Heilmittel

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche (dunkelgelbes Pulver):
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

10. Kümmel, Kreuzkümmel: Zwei komplett unterschiedliche Verwandte

Geschmack:	Einsatz in der Küche (als Pulver oder geröstete Samen):
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	



11. Paprika edelsüss: Der liebeliche Vertreter der Chili-Familie

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche (meist in Pulverform):
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

12. Pfeffer: Das «Gold» der Antike

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche:
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	

13. Vanille: Die exotische Schote

Geschmack:	Möglicher Einsatz in der Küche (Samen bzw. Mark):
Herkunft:	
In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	



14. Zimt: Ein wohltuendes Gewürz für das ganze Jahr

Geschmack: Herkunft: In der Volksmedizin für folgende Wirkung bekannt:	Möglicher Einsatz in der Küche:
---	--

Wie sollten die Gewürze 7-14 gelagert und eingesetzt werden?

