

Wunderbares Würzen - wie Pflanzen unser Essen aufpeppen

Grüne Schule Braunschweig,



Braunschweig im Dezember 2021

Grüne Schule
Braunschweig

1. Woher kommen Gewürze?

Bei Gewürzen handelt es sich um Pflanzenteile, die zum Würzen von Speisen und Getränken genutzt werden.

Ordne den Gewürzen in der Tabelle auf der nächsten Seite die folgenden **Pflanzenteile** zu:

- Wurzelstöcke
- Samen
- Rinde
- Früchte
- Blütenknospen
- Stempelfäden der Blüten



Alle Pflanzenteile passen jeweils einmal in die Tabelle.



Gewürze haben oft einen langen Weg zurückgelegt, bis sie bei uns in der Küche zum Kochen und Backen verwendet werden. Hast du manche Gewürze zuhause? Schau auf die Verpackungen der Gewürze und lies, ob eine Herkunft angegeben ist. Trage die **Herkunftsländer oder -gebiete**, die du auf den Verpackungen entdeckst, in die Tabelle auf der nächsten Seite ein. (Für Gewürze, die du nicht zuhause hast oder dir eine Information über die Herkunft fehlt, kannst du beim nächsten Einkauf nach den Herkunftsländern oder in die Lösungen schauen.)

Pflanzenteile	Gewürze	Herkunft (laut Verpackung)
1)	Pfeffer 	
	Sternanis 	
2)	Koriander 	
	Muskat 	
3)	Safran 	
4)	Ingwer 	
	Kurkuma 	
5)	(Gewürz)Nelke 	
6)	Zimt 	

4. Welchen Kümmel magst du?

Bei dem Wort Kümmel können verschiedene Personen an unterschiedliche Gewürze und Aromen denken. Es gibt nämlich verschiedene Pflanzen, dessen Samen zum Würzen genutzt werden und Kümmel heißen, aber doch sehr unterschiedlich schmecken. Kreuzkümmel und der sogenannte Echte Kümmel gehören beide zur Pflanzenfamilie der Doldenblütler und ähneln sich im Aussehen. Schwarzkümmel sieht dagegen deutlich anders aus und gehört zur Familie der Hahnenfußgewächse.

Welche Pflanze passt zu welchen Speisen? Verbinde sie mit einem Strich.



Kreuzkümmel = Cumin
- benötigt zum Wachsen hohe Temperaturen



Sauerkraut und andere Kohlgerichte



Echter Kümmel
- wird in Europa und Russland angebaut



Fladenbrot



Schwarzkümmel
- hat ein leicht pfeffrigen Geschmack
- wird u.a. in Ägypten und der Türkei angebaut



Viele indische Speisen wie z.B. Dal

5. Was hat die Pflanze von würzenden Inhaltsstoffen?

Gewürze machen unser Essen schmackhafter und bunter. Zudem können Gewürze gut für unsere Gesundheit sein. Aber was hat die Pflanze von den würzenden Inhaltsstoffen? Kreuze deine Vermutungen an – vier sind richtig.

- Abwehr von Pilzen und Bakterien
- Fraßschutz
- Hitzeschutz
- Anlocken von Bestäubern
- Schutz vor Fäulnis
- schnelleres Wachstum

Würzende Inhaltsstoffe sind sogenannte **sekundäre Pflanzenstoffe**, da sie nicht direkt am lebensnotwendigen Energiestoffwechsel der Pflanzen beteiligt sind. Folgende Inhaltsstoffe schützen Gewürz- und Heilpflanzen und würzen unsere Speisen:

- Ätherische Öle
- Bitterstoffe
- Scharfstoffe
- Gerbstoffe

6. Würziger Filmtipp

Curry besteht immer aus einer Mischung verschiedener Gewürze. Wie man dieses beliebte Pulver herstellt, könnt ihr zum Beispiel hier sehen:

<https://www.kika.de/checker-tobi/sendungen/der-gewuerz-check-102.html> (Stand: 13.12.2021)

Vielleicht entdeckt ihr beim Schauen auch ein paar der Gewürze aus der Tabelle?

