Gut gewürzt ist halb gewonnen. Würzen Sie doch testweise mal mit Langpfeffer (unten links) – da schmeckt alles gleich anders.

Vanillesalz, Langpfeffer und Tonkabohne

Birgit Schmauß ist die einzige zertifizierte Gewürzsommeliére in ganz Oberbayern und Österreich. Mit ihr kann man abtauchen – in die Welt der Gewürze.

JANINA HÜGEL

INZELL. „Hier, das ist Vanillesalz. Damit würzen Sie mal einen Salat!“ Ungläubig schaue ich zwischen dem Glas in meiner Hand und Birgit Schmauß hin und her. Wie, Vanillesalz? Vanille ist doch süß. „Das meint man nur. Man bringt sie immer nur mit Desserts in Verbindung. Aber Vanille mit Salz macht sich ganz toll in allen möglichen Gerichten, die man eben salzen möchte“, erklärt Birgit Schmauß. Und sie muss es ja wissen. Schließlich ist die 44-Jährige die einzige zertifizierte Gewürzexpertin in ganz Oberbayern und Österreich.

Früher wollte die Köchin ihre Gerichte so wenig wie möglich verfälschen. „Ich dachte, die einzelnen Produkte sollten ihren Grundgeschmack behalten. Aber ich habe gelernt: Diesen Eigengeschmack kann man mit Gewürzen noch mehr hervorheben.“ Die Inzellerin absolvierte eine Ausbildung zur Gewürzsommeliére. „Dass die so umfangreich ist und ich jetzt noch faszinierter von Gewürzen bin, das war nicht absehbar.“ Eigentlich wollte sie sich nur weiterbilden, aber nun ist die Begeisterung im Familien- und Freundeskreis so groß, dass Birgit Schmauß nebenher auch Gewürzkurse anbietet. Für alle, die in diese bunte Welt eintauchen wollen.

Sie vermittelt den Teilnehmern das große Spektrum, das es an Gewürzen gibt. Über 60 Metalldosen stehen da vor ihr auf dem Tisch, eine nach der anderen wird geöffnet und die Gewürze werden in Augenschein genommen, es wird dran gerochen und mit einem Mörser stellen die Teilnehmer eigene Gewürzmischungen her. Birgit Schmauß kocht außerdem ein kleines Menü, damit die Kursteilnehmer gleich schmecken, was Gewürze alles können.

Was sich bei so einem Kurs schon zu Beginn zeigt: Die meisten Menschen wissen nur, was laut Rezept in ein Gericht reingehört. Aber sie wissen nicht, welche Gewürze zusammenpassen, weil sie zum Beispiel ähnliche Inhaltsstoffe haben. Wie Zitrone, Ingwer und Langpfeffer. Ja, richtig gehört: Es gibt nicht nur den Standard-Pfeffer mit den kleinen schwarzen Kugeln, es gibt dutzende andere Pfeffersorten in unterschiedlichen Formen und Farben. „Langpfeffer hat ein sehr weiches Aroma und die Schärfe ist ein bisserl mehr im Hintergrund“, erklärt Birgit Schmauß.

Einfach mal eine andere Pfeffersorte ausprobieren

Überhaupt schwört sie auf Pfeffer. „Jeder sollte verschiedene Sorten zu Hause haben, weil einfach jeder anders riecht. Der grüne Pfeffer, der Langpfeffer, der tasmanische Bergpfeffer, oder der rote Pfeffer.“ Scharf, fruchtig, mild – jeder ist anders und zaubert so auch ganz neue Geschmackserlebnisse. „Das kann man ausprobieren, in dem einfach mal einen Kartoffelsalat mit anderem Pfeffer würzt. Das ist schon beeindruckend“, sagt Birgit Schmauß.

Ein Gewürz, von dem man in letzter Zeit oft hört, ist die Tonkabohne. „Ja, sie ist schon ein

Gewürze am besten im Ganzen kaufen, selbst mit dem Mörser oder der Mühle klein mahlen und dann eigene Gewürzmischungen herstellen – das empfiehlt Gewürzexpertin Birgit Schmauß.
BILDER: JANINA HÜGEL

Trendgewürz. Allerdings meinen viele, sie ersetzt die Vanille. Dieser Meinung bin ich nicht“, sagt die Expertin und deutet auf die Dose mit den länglichen dunklen Tonkabohnen. „Aber wo Vanille passt, passt schon auch die Tonkabohne dazu.“

Zimt ist für die Inzellerin ein echtes Lieblingsgewürz. „Zimt wird verkannt und nur mit Weihnachten in Verbindung gebracht. Dabei kann man ihn überall reinmachen: in Eintöpfe und ins Gulasch – da habe ich hauptsächlich Zimt drin.“ Birgit Schmauß kauft immer den „guten“ Zimt, den Ceylon-Zimt. Er sei der bessere und gesündere, sagt sie.

Wer nun Tonkabohnen, Langpfeffer und Ceylon-Zimt kaufen möchte, der sollte sich am besten erst mal in seinem gut sortieren Lebensmittelmarkt umschauen. Oder auch im Bioladen. Denn viele Gewürze gibt es bei uns im Handel – man übersieht sie nur. Aber: Manche, speziellen Gewürze, die kann man halt nur übers Internet bestellen. „Was auch gut funktioniert: Sich die Gewürze von Freunden aus dem Urlaub mitbringen lassen – sei es nun aus Ungarn oder Indien“, rät Birgit Schmauß. Was sie ihren Kursteilnehmern mit auf den Weg gibt: Fertig gemahlene Gewürze, oft noch industriell zusammengemischt – da verlieren sich die Aromen. „Am besten ist wirklich, man kauft sie im Ganzen und zerkleinert sie sich selbst – im Mörser oder einer Gewürzmühle.“ Am besten die Komponenten einzeln mahlen und dann erst mischen.

Die Nase entscheidet, ob das Aroma noch ausreicht

Gewürze und Mischungen auf Vorrat herstellen, das kann man machen, muss man aber nicht, findet die Expertin. „Einen frisch gemahlenen Pfeffer sollte man zum Beispiel innerhalb von vier Wochen aufbrauchen. Danach verflüchtigt sich das Aroma und der Geschmack ist auch fast weg.“ Ihr Tipp: Einfach kurz dran schnuppern – und was nicht mehr gut riecht, eher nicht mehr verwenden. „Das kennt man vom Essen gehen – wenn gemahlener Pfeffer auf den Tischen steht, der riecht dann oft nicht mehr so aromatisch und gut, wie frischer.“

Wenn man Birgit Schmauß auf Salz anspricht, dann schüttelt sie gleich den Kopf: „Salz ist kein Gewürz. Salz ist ein Mineral.“ Aber sie lenkt ein: Natürlich braucht man Salz beim Kochen. Sie selbst nutzt nur Fleur de Sel, also das gute Meersalz. Ohne Zusätze, wie Rieselhilfen.

Ihr Wissen setzt sie natürlich auch täglich in ihrem Beruf als Köchin ein. Da steht dann zum Beispiel ein „Erdbeertiramisu mit tasmanischem Bergpfeffer“ auf der Speisekarte.

Sie wünscht sich, dass sich die Menschen trauen, mit Gewürzen zu experimentieren. Denn Birgit Schmauß hat die Erfahrung gemacht: Verändert man nur eine Kleinigkeit, dann schmeckt alles gleich ganz anders. Kurse gibt die Inzellerin für Schulklassen, Gartenbauvereine und alle anderen, die Interesse haben. Die Kurse finden auf Anfrage statt.

WWW.BIRGIT-SCHMAUSS.DE

Die wichtigsten Tipps für zu Hause

In ihren Kursen gibt die Gewürzexpertin viele Tipps und Tricks weiter und verrät auch das ein oder andere Geheimnis. Ein paar davon gibt sie Ihnen jetzt schon preis:

Her mit dem Mörser. Natürlich können Sie Pfeffer, Muskat und Co. schon fix und fertig gemahlen kaufen. Aber: Mörsern oder mahlen Sie doch mal ein paar Pfefferkörner frisch beim Kochen und vergleichen: Der Pfeffer ist viel aromatischer, würziger und hat auch viel mehr Schärfe, als wenn er seit Monaten gemahlen in einem Glas zubringt. Maximal vier Wochen sollte frisch gemahlener Pfeffer aufbewahrt werden, sagt Birgit Schmauß. Riecht er nicht mehr nach Pfeffer, dann hat er sein Aroma verloren.

Finger weg von getrockneten Kräutern wie Thymian, Oregano & Co. Warum? Wagen Sie doch mal den direkten Vergleich bei Ihrer nächster Pasta: Streuen Sie am Schluss auf eine Hälfte getrocknetes Basilikum, auf die andere frisches. Geschmacklich liegen da Welten dazwischen. Damit der Geldbeutel geschont wird, pflanzen Sie Ihre Kräuter einfach selbst – auf dem Balkon, im Garten oder in Töpfen direkt in der Küche. So wachsen die leckeren grünen Kräuter immer brav nach.

Ausmisten ist Pflicht. Jeder von uns kennt das: Über die Zeit sammeln sich im Schrank oder auf dem Regal unzählige Gewürze und vor allem Gewürzmischungen an. Manche schmecken einem nicht mehr, oder haben es von Anfang an nicht getan. Einige sind sicher auch schon abgelaufen. Wenn Sie Ihr Gewürzsortiment dann aufgeräumt haben, haben Sie sofort einen besseren Überblick und so macht das nächste Mal Kochen gleich viel mehr Spaß.