

Rheinische Post - Kanten and More

Scharfe Kost

Wasabi, auch japanischer Meerrettich genannt, wird in der heimischen Küche zunehmend als scharfes Gewürz verwendet. Dabei gibt es echten Wasabi in Deutschland nur selten zu kaufen.

4. Jan. 2020 15 min VON DAGMAR HAAS-PELVAT

Er ist bekannt für seine Schärfe, die sich im Gegensatz zu der von Chili und Co. statt im Mund eher in Nase und Rachen ausbreitet und nicht ganz so lange anhält. Wasabi gehört zu Sushimi und Sashimi (roher Fisch) wie Sojasauce und eingelegter pikanter Ingwer.

Dech wo Wasabi drauf steht, ist hierzulande kaum einer drin, vielmehr Stärke und Farbstoffe – je künstlicher, desto frostschröder. Denn der münzgrüne Scharf ist eine Delikatesse und gehört mit einem Kilopreis von rund 200 Euro nach Kaviar und Safran zu den teuersten Lebensmitteln der Welt. Wasabi

(botanisch: Wasabia japonica syn. Cochlearia wasabi) gehört zur Familie der Kreuzblütler, die wild nur in Japan und auf der russischen Insel Sachalin vorkommt. Fälschlicherweise wird diese Pflanze oft auch als japanischer Meerrettich oder als Wassermeerrettich bezeichnet, obwohl sie mit unserem Meerrettich (*Armoracia rusticana*) botanisch nichts zu tun hat.

Wildes Wasabi oder „Sawa Wasabi“ – der die beste Gewürzqualität liefert und zur Königsklasse der asiatischen Gewürze zählt – wächst nur an Buchauern in flachen, kühlen, mineralstoffreichem fließendem Wasser, so dass die verfügba-

ren Mengen äußerst beschränkt sind. Heute wird nicht einmal mehr der Bedarf in Japan, dem Land von Sushi-Bars und Restaurants durch wild wachsenden Wasabi gedeckt, was auch den extrem hohen Preis bedingt.

Daher wird Wasabi auch als Kultur angebaut, vornehmlich in Taiwan, in China, Neuseeland, Australien und dem Nordwesten der USA. Auch wenn über die Jahre erhebliche Fortschritte erzielt wurden, so reichen die als „Feld“- oder „Oka Wasabi“ bezeichneten Qualitäten bei weitem nicht an die der wild wachsenden Ware heran. Trotzdem wird der kultivierte Wasabi auch auf dem japanischen Markt verkauft.

Das, was von der Wasabi-Pflanze als Gewürz verwendet wird, ist die so genannte Wasabiwurzel. Botanisch ist auch dies falsch, da es sich dabei nicht um eine Wurzel, sondern vielmehr um einen vertikal wachsenden beblätterten Wurzelstock handelt. Die beliebtesten japanischen Sorten sind der dunkelgrüne Daruma-Wasabi und der besonders scharfe Matsuma-Wasabi. Wasabi verdankt sein Aroma und seine gegenüber unserem Meerrettich deutlich ausgeprägtere Schärfe



Wasabi, auch japanischer Meerrettich genannt, wird in der heimischen Küche zunehmend als scharfes Gewürz verwendet. Dabei gibt es echten Wasabi in Deutschland nur selten zu kaufen.

verschiedenen Senfölen. Während Chili mehr oder weniger teuflich auf der Zunge brennen, entfaltet sich die Schärfe des Wasabi vornehmlich im Rachen und in der Na-

se, sie hält auch weniger lange an. Verglichen mit Meerrettich weist Wasabi aber nicht nur Schärfe auf, vielmehr wird diese von einem cha-

rakteristischen frischen Beigeschmack und einer gewissen Süße begleitet. Die freiwerdenden Senföle sind aber nicht nur scharf, vielmehr reizen sie die Augen auch zu Tränen.

In der Alltagssprache bedeutet das japanische Wort *namida* „Träne“. In einer Sushi-Bar ausgesprochen, wird es als Aufforderung an den Sushi-Meister verstanden, etwas mehr vom tränenerzeugenden Wasabi bereitzustellen.

Da sich die Senföle sehr leicht verflüchtigen, wird Wasabi in Japan am liebsten frisch verwendet. Dazu wird die Wasabiwurzel auf einer Reibe zu einer feinen Paste zerrieben. Traditionell wird dazu ein „*oroshi*“ genanntes, mit Haifischleder überzogenes Brettchen verwendet. Je feiner die Klößen hervorstehenden „Zähnechen“ sind, desto feiner und damit auch besser wird die Paste. Heute werden auch Beiben aus Keramik, Kunststoff oder Metall angeboten, wobei letztere allerdings nicht sehr beliebt sind. Einmal an der Luft, verliert frisch geriebenes Wasabi nach etwa einer halben Stunde sein Aroma, gleiches gilt für das in Wasser aufzulösende Pulver.

In der japanischen Küche werden auch die ebenfalls scharfen Blätter des Wasabi verwendet – entweder getrocknet zur Geschmacksgebung oder mariniert in Sake oder Sojasauce. Außerhalb Japans wird in den Restaurants – mit Ausnahme der

Sterne-Spitzengastronomie – zu meist Wasabipaste oder getrockneter Wasabi in Pulverform verwendet. Letzteres schmeckt zunächst ausschließlich bitter. Erst wenn das Pulver mit Wasser in Berührung kommt wird die oben beschriebene Reaktion der Myrosinase (ist ein Enzym pflanzlicher Herkunft, das Senfölylcoside in Glucose und Senföle spaltet), gestartet und die Schärfe freigesetzt. Wegen der Flüchtigkeit der Senföle müssen angebrochene Gebinde gut verschlossen und kühl gelagert werden, Pulver sind absolut feuchtigkeitsgeschützt zu lagern.

Insbesondere in Japan, zwischenzeitlich aber auch bei uns, findet Wasabi auch zur Verfeinerung vielfältiger Produkte Verwendung. So gibt es Wasabi-Mayonnaise, Wasabi-Snacks wie Chips und überzogene Bohnen, Erbsen oder Nüsse. Als besondere Spezialitäten sind Wasabi-Wein und Wasabi-Likör zu finden.

Dech die meisten Artikel hierzulande haben wirkliches Wasabi nie oder nur in geringen Mengen gesehen. Dabei handelt es sich um

Nachahmungen, die auf der Basis



Frischer Wasabi: Eigentlich wird hierzulande nur die Wurzel verarbeitet; in Japan verwendet man aber auch die Blätter.

von herkömmlichem Meerrettich oder von Meerrettich-Senf-Gemischen hergestellt werden. Zur Verstärkung der Schärfe werden zusätzlich Senföle hinzugegeben und die grüne Farbe wird durch Zusätze von Chlorophyll und/oder Spirulina-Konzentrat erzielt. Der durchschnittliche Wasabi-Anteil in jenem Produkt, das die meisten mit seinem Namen verbinden, liegt bei 0,5 Prozent.

Der Gründer und Geschäftsführer des Agro-Startups **Pluvium** im österreichischen Oberwart, Martin Parapatits, will das ändern. In einer

aeroponischen Indoor-Farming-Anlage – die Wurzeln der Pflanzen hängen frei in der Luft und werden automatisch mit einer Wasser-Nährstofflösung besprüht – sollen in Zukunft jährlich 25 Tonnen von „*Extrema japonicum*“ produziert werden. Was in Europa einem Marktanteil von rund sieben Prozent entsprechen würde. Verkauft werden soll jedoch nicht nur an die Gastronomie, sondern auch an die Pharmazie, da die Knolle als entzündungshemmend und antibakteriell gilt.

Genau diese Wirkung haben auch

Meerrettich oder der schärfere Kren gemeinsam. Er hat mehr Vitamin C als Zitrusen, enthält hochwertige Antioxidantien und schmeckt aufgrund seiner Schärfe zum Weinen gut. Die hohe Konzentration an ätherischen Senfölen und seine zum Teil antibiotisch wirkenden Stoffe machen den Meerrettich seit Jever zu einer weitverbreiteten Heil- und Gewürzpflanze. So soll er beispielsweise bei zu hohem Cholesterinspiegel helfen, die Blutwertwerte zu senken und die Triglyceride zu normalisieren. Er wird zudem als Vorbeugemittel gegen Erkältungen empfohlen und sollte gerade im Winter öfter auf der Speisekarte stehen.

Seine ursprüngliche Heimat liegt in Ost- und Südeuropa, wobei Kren der schärfste unter den Rettichwurzeln – eine hagere spindelartige Wurzel ist mit leicht bräunlichen Außenhaut und weitem festen Fleisch. Nur die pfahlartige Wurzel der Pflanze wird als Meerrettichgewürz verwendet. Die Wurzel ist außen braungelb, innen weiß. Befindet der Geruch und ein scharfer Geschmack zeichnen frisch geriebenen Meerrettich aus.

Je älter der Meerrettich ist, desto

milder wird er. Koch-Tipp: Immer frisch geriebenen Kren verwenden, da er sonst braun wird und schnell an Aroma verliert. Außerdem wird er bitter, sobald er – etwa in Saucen – aufgekocht wird. Meerrettich oder Kren daher stets erst zum Schluss zugeben.

Kommentar senden.
Zurück Seitenansicht Teilen Speichern Mehr



Rheinische Post - Kanten and More
4. Jan. 2020 15 min