

Anis

Januar



Anis (*Pimpinella anisum*) ist eine Pflanzenart in der Familie der Doldenblütler. Der Name geht auf das griechische Wort für Dill zurück, mit dem der Anis verwechselt wurde. Anis ist eines der ältesten Küchenkräuter und wurde schon in den Küchen des alten Ägypten, Griechenlands, Kretas, Zypern und Syrien verwendet.



Anwendung: Anis hat einen süß-aromatischen Geschmack. Es würzt süße wie herzhaftere Speisen. Damit sich die volle Würze der Anisfrüchte entfalten kann, sollten die Samen zerstoßen werden. Nur kleine Mengen aufbewahren da sich die Würzkraft schnell verflüchtigt. Der Haupteinsatzgebiet von Anis ist im Weihnachtsgebäck, Fruchtkompott, Kuchen, Biskuits, Backwaren und Brot. Nur eine Prise von gemahlenem Anis verleiht Krabbencocktails, Hummer, Dorsch, Krebs und Schalentieren eine angenehme Würze.



Wirkungsweise: Anis gilt als schleimlösendes und auswurförderndes Mittel. So sind Anisfrüchte häufig als Bestandteil von Hustentees und Hustenmittel anzutreffen. Weiterhin ist Anis für seine krampflösende und blähungstreibende Wirkung bekannt, weshalb er gern als Zutat von Tees und Verdauungsschnäpsen Verwendung findet. In Indien ist es üblich, Aniskörner nach dem Essen zu kauen. So wirkt es Verdauungsfördernd und auch antibakteriell auf Zähne und Zahnfleisch. In der Volksheilkunde zählt Anis zu den Heilpflanzen, die die Milchsekretion fördern sollen. Daher sind Anissamen auch in Stilltees enthalten.