

# Koriander (*Coriandrum sativum* L.)

Koriander ist ein Doldengewächs aus dem Mittelmeergebiet. Die Pflanze ist einjährig und wird bis zu 60 cm hoch. Die Früchte (Spaltfrüchte) sind die getrockneten, gelblichbraunen Korianderkügelchen. Der Name Koriander stammt vom griechischen Koris - Wanze. Das kommt vom unangenehmen Geruch des frischen Korianderkrautes. Deshalb auch der weitverbreitete Koriander-Beiname: Wanzendill. Die getrockneten Gewürzkörner dagegen haben einen angenehmen, milden und aromatisch-würzigen Geschmack. Heute wird Koriander in vielen europäischen Ländern angebaut - auch in Deutschland und der Sowjetunion. Haupt-Exporteure sind Marokko, Argentinien und Polen. Koriander [war](#) schon in alter Zeit bekannt. Er wird in altindischen Sanskrit-Schriften ebenso erwähnt wie im Alten Testament und wurde in altägyptischen Gräbern gefunden. Sein Geschmack wird mit Manna, dem Himmelsbrot, verglichen. Die Griechen und Römer benutzten Koriander auch als Medizin. Karl der Große empfahl ihn als Arznei gegen die verschiedensten Gebrechen. Koriander sollte unter anderem auch gegen Pest und Cholera schützen. Koriander gilt heute noch als Arznei gegen Magen- und Darmbeschwerden. Früher überzog man die Korianderkörner mit buntem Zuckerguß für den Kinder-Kaufmannsladen oder warf sie bei festlichen Gelegenheiten unter das Volk, wie man heute mit Konfetti wirft. Koriander wird in der Spirituosen-Industrie verwendet bei der Herstellung von scharfen Schnäpsen und Kräuterlikören, in der Lebensmittel-Industrie als Wurstgewürz.

## Verwendung

Koriander gibt es ganz und gemahlen. Ganze Korianderkugeln gibt man zu eingelegter Roter Bete, süßsauer eingelegten Gurken, zu Fischmarinaden, Wild- und Fleischbeizen. Gemahlener Koriander würzt Weihnachtsgebäck wie Lebkuchen, Pfefferkuchen, Spekulatius, Honigkuchen und Aachener Printen, ebenso wie selbstgebackenes Brot und Brötchen, Apfelpasteten, Apfelbrei, Apfelaufläufe und Apfelkuchen, Kartoffelpuffer, Zwetschgenmus, Geflügel- und Geflügelfüllungen, Erbsen-, Linsen- und Bohnengerichte, alle Kohllarten, Möhren, alle fetten Schweinefleischgerichte, Gulasch und viele deftige Kartoffelgerichte.

## REZEPT - UND GEWÜRZSUCHE

Koriander passt am besten zu:

### Fleisch

[Schweinefleisch](#)

### Geflügel

[Hähnchen / Pute](#)

### Gemüse

[Eintöpfe](#)

[Tomaten / -salat](#)

### Hackfleisch

[Hackfleisch](#)

### Snack

[Kräuterquark / Dips](#)

**Suppen & Eintöpfe**  
[Erbsen-, Bohnen- u. Linsensuppe](#)

