

Oregano

"Typisch italienisch würzen" ist oft ein Synonym für "mit Oregano würzen" – denn Oregano ist DAS Pizzagewürz. Dabei kann Oregano noch viel mehr ...



Herkunft, Charakteristika:

In Südeuropa, Nordafrika und Asien beheimatet und in Nordamerika eingeführt, wächst Oregano wild in allen trockenen, warmen Lagen Europas und Asiens. Er ist heute weltweit verbreitet und wird vor allem in Spanien, Italien und den USA kultiviert.

Die bis zu 1 m hohe Staude bildet vierkantige, rötlich-bräunliche Stängel, an denen breit eiförmige Blätter sitzen. Das drüsige und behaarte Kraut wird während der Blüte gesammelt. Die unteren, dicken Stängelteile sind wertlos. Als Heilpflanze wirkt Oregano krampf- und schleimlösend sowie entzündungshemmend.

Saison, Einkauf und Lagerung:

Oregano kann man ab April auf der Fensterbank und ab Mai im Freien säen – oder man kauft gleich ein bis zwei Jungpflanzen. Blüte- und damit Erntezeit ist im Juli, denn dann ist das herb-würzige Aroma am intensivsten! Frische Triebe und Blättchen können Sie aber jederzeit vom Frühjahr bis in den Herbst hinein ernten. Oregano lässt sich sehr gut trocknen und behält sein Aroma bis zu einem Jahr, wenn er luftdicht und dunkel gelagert wird.

Verwendung:

Der würzige, pikant aromatische, herb-bittere Geschmack des Oregano erinnert an Majoran und Thymian, doch Oregano ist weitaus schärfer. Oregano ist DAS Pizzagewürz, aber er passt auch bestens zu Kalb- und Schweinefleisch, wenn das Fleisch gebraten oder gegrillt wird: "Alla pizzaiola" heißt das dann in Kampanien, und damit ist die Sauce aus Tomaten, Knoblauch und natürlich Oregano gemeint, die zu Fleisch und gebratenem Fisch serviert wird. Obwohl er mit seinem kräftigen Aroma als typisches Einzelgewürz gilt, wird Oregano in Süditalien oft in Verbindung mit Basilikum und Kapern für Tomatengerichte verwendet.

Sorten:

Kleinblättriger Oregano ist eine attraktive, zierliche Variante des Originals mit einem milden, erfrischenden Aroma.

Griechischer Oregano wird als "rigani" bezeichnet. Sein scharfer, starker Geschmack erinnert etwas an Thymian.

Mexikanischer Oregano ist hoch aromatisch. In Mexiko und den USA wird er zusammen mit Chillies für Fleischgerichte verwendet.

Zu den Rezepten mit [Oregano...](#)