

Kleine Kräuterkunde: welche Kräuter passen zu welchen Lebensmitteln?

| Kräuter | Passt gut zu |
|----------------------------------|---|
| Basilikum | Tomatensalat und Tomatengerichte, Kräutersaucen, Kräuterbutter und Fleischgerichte |
| Bohnenkraut | Hülsenfruchtgemüse, Suppen, Omeletts und Füllungen |
| Borretsch („Gurkenkraut“) | Salate, Suppen, Quark und Eierspeisen |
| Dill | Gurkensalat, Quark und Fischgerichte |
| Galgant (Hildegardgewürz) | Indonesische Küche, Reis- und Gemüsepflanzen |
| Korianderkraut | Saucen, Füllungen, Salate, Käse-, Fleisch-, und Fischgerichte |
| Kümmel | Brotgewürz, Sauerkraut, Gulasch und Bratkartoffeln |
| Liebstockel | Suppen, Eintöpfe, Saucen und Fleisch |
| Minze | Getränke, Auberginen- und Erbsengemüse |
| Majoran | Geflügel, Schweinefleisch, Kartoffeln und Eintöpfe |
| Muskatnuss | Kartoffelgerichte, Suppen, Eintöpfe, Spinat; Blumenkohl, Kohlrabi, Rotkohl, Erbsen, Karotten und Pastinaken |
| Oregano | Fleisch, Käse, Gemüse und Pizza |
| Petersilie | Kalte Gerichte, gebratenes Fleisch und Kartoffeln |
| Rosmarin | Mediterrane Küche, Geflügel, Lamm, Schwein, Kartoffeln, Zucchini und Teigwaren |
| Salbei | Fleisch- und Fischgerichte, Kartoffel- und Grillgerichte, Tomatensalat und Suppen |
| Schnittlauch | Salate, Quark und Kartoffelgerichte |
| Thymian | Mediterrane Gerichte, Pizza, Pilze und Gemüsegerichte |
| Zimt | Milchreis, Kuchen, Kompott, Fleisch und Hackfleisch (indische Küche) |
| Zitronenmelisse | Wild, Fisch, Desserts und gemischter Salat |

