

Tuesday, July 24. 2007

Allgemeines: Ingwer

Erstmal etwas Allgemeines Ã¼ber Ingwer

Ingwer ist in sÃ¤mtlichen Kulturen der Erde seit jeher bekannt als gesundheitsfÃ¶rderndes Naturmittel Nr. 1 - sei es bei Verdauungsbeschwerden und Ã¤belkeit, Schwindel, Jetlag, ErkÃ¤ltungssymptomen uvm.

Und auch aus der asiatischen Kueche ist die wÃ¼rzige Knolle nicht wegzudenken, denn ihr wird nicht nur eine vorbeugende Wirkung nachgesagt, sondern sie bringt mit ihrem zitronig-scharfem Geschmack auch ordentlich Pepp in die Gerichte. Bei uns ist der Ingwer jedem wahrscheinlich vom WeihnachtsgebÃ¤ck bekannt. Man muss aber dazu sagen, daÃ der Geschmack von kandiertem und frischem Ingwer nicht zu vergleichen ist.

Momentan wird Ingwer von europÃ¤ischen Wissenschaftlern genauer unter die Lupe genommen, um die Ã¼berlieferten Wirkversprechen auch medizinisch erklÃ¤ren zu koennen. Man darf gespannt sein.

~~~~

Ingwer-Hausmittelchen:

Ingwer-Zitronen-Tee bei ErkÃ¤ltung

weitere Ingwertees:

Ingwer-Hibiscus oder Ingwer-Malventee

Ingwertee mit Kardamom, Zimt und Orange

~~~~

Rezepte mit Ingwer bei oh-range.com:

Laut der Blogsuche, kommt Ingwer bei mir in 72 EintrÃ¤gen vor. Wie man sieht habe ich eine untrennbare Liebe zum Ingwer entwickelt *g* Wer ihn absolut gar nicht mag, kann ihn natuerlich beim Nachkochen der Rezepte ersatzlos streichen.

Hier kommt die [Liste]

~~~~

Ingwer-Links:

Ten things to know about fresh ginger.

Posted by orange in essen und kochen, hausmittelchen at 17:56