



Estragon

Woher kommt Estragon?

Estragon (*Artemisia dracunculus*), früher auch Dragon bzw. Dragun genannt, ist eine Pflanzenart aus der Familie der Korbblütler (*Asteraceae*) und ist relativ nahe mit Wermut und Beifuß verwandt.

Der Gattungsname, *Artemesia*, wird angeblich einer griechischen Göttin zugeschrieben. Sie soll Estragon einem heilkundigen Zentauren gegeben haben. *Dracunculus* kommt aus dem lateinischen und bedeutet „kleiner Drache“. Die Wurzeln des Estragons kringeln sich wie ein Drachenschwanz.

Schon um 500 v. Chr. nutzten die Griechen Estragon. Hoffähig wurde es im 16. Jahrhundert durch die Köche im französischen Königspalast.

Wie und wann das Gewürzkraut nach Europa kam, ist unklar.

Es gibt den russischen, französischen und deutschen Estragon. Der russische Estragon ist widerstandsfähiger als die anderen Arten und kann einfach durch Aussaat verbreitet werden. Er ist allerdings geschmacklich nicht so fein, eher leicht bitter. Der französische und deutsche Estragon wird durch Teilung der Pflanze oder Stecklinge vermehrt. Die Gewürzpflanze wächst sehr raumgreifend und kann in einem Jahr eine Höhe von 150 cm erreichen. Die Blütezeit (grün-gelbliche Blüten) ist von Mai bis Juni. Am liebsten mag das Kraut einen sonnigen oder halbschattigen Standort mit einem gut durchlässigen Boden. Staunässe verträgt die Pflanze nicht, ein paar Tage Trockenheit schaden ihr dagegen nicht.

Aroma und Inhaltsstoffe von Estragon

Als Gewürz werden die Blätter des Estragons verwendet. Der Geschmack ist sehr intensiv und anisähnlich. Man sollte das Gewürz deshalb eher sparsam dosieren. Estragon kann frisch, aber auch in getrockneter, gerebelter oder gemahlener Form zum Kochen verwendet werden.

Wirkung und Anwendung von Estragon

Estragon enthält verschiedene ätherische Öle (z.B. Estragol, Anethol und Camphen), Bitterstoffe, Gerbstoffe, sekundäre Pflanzenstoffe, aber auch Mineralstoffe wie Kalium und Zink.

Estragon passt zu:

Die französische Sauce béarnaise ist ohne Estragon undenkbar. Recht beliebt ist auch mit Estragon aromatisierter Essig oder Senf. Aber auch deftige Eintöpfe, Fleisch- und Fischgerichte gewinnen durch die charakteristische Würznote des Estragons an Geschmack und Finesse.

Tipp:

Anders als viele andere Kräuter, kann Estragon problemlos mitgekocht werden. Das Aroma geht nicht verloren, dieses wird sogar besser verteilt. Bei kräftigen Eintöpfen kann man durchaus einen kleinen Zweig mit in den Topf geben und nach dem Kochen wieder entfernen.

Estragon ist in folgenden GEFRO-Produkten enthalten:

