



Galgant - Schärfe aus Fernost

Herkunft von Galgant:

Galgant, auch Galangal oder Thai-Ingwer genannt, gehört zu der botanischen Familie der **Ingwergewächse**. Die Wurzel kommt ursprünglich aus Südostasien und ist heute vor allem in den tropischen Gebieten Asiens sowie in der südchinesischen Steppe beheimatet. Verschiedene Pflanzen und Erzeugnisse werden als Galgant bezeichnet. Für die Küche wird in erster Linie der »Große Galgant« verwendet, aus dem auch das Gewürz gewonnen wird.

Wie schmeckt Galgant?

Der Geschmack ist scharf, würzig und bitter-aromatisch. Es erinnert mit seinem zitronigen und scharfen Geruch und Geschmack sehr an Ingwer. Getrocknetes Galgant-Pulver riecht würzig, süßlich und weist eine dezente Zimt-Note auf. Im Geschmack ist das Pulver pfeffrig.

Was steckt in Galgant?

Galgant enthält eine Reihe von ätherischen Ölen wie 1,8-Cineol und viele Scharfstoffe, sowie Gingerole und Gerbstoffe.

Anwendung von Galgant in der Küche

Grundsätzlich wird Galgant wie Ingwer verwendet, allerdings eignet er sich weniger für süße Lebensmittel. Vor allem in thailändischen Currys und in vielen asiatischen Gerichten kommt die Wurzel zum Einsatz. Essenziell ist die Wurzel beispielsweise in der beliebten thailändischen Kokosmilchsuppe Tom kha gai oder im Reisgericht Nasi Goreng. Auch Kräuterliköre und Lebkuchen können mit Galgant verfeinert werden und das Gewürz passt ebenso zu vielen nicht asiatischen Gerichten mit Fleisch oder Gemüse. Die Galgant-Wurzel gibt es in frischer und in getrockneter Form als Gewürz.

Galgant-Tipp:

In der Regel ist frischer Galgant in jedem Asia-Lebensmittelmarkt erhältlich.

Galgant ist beispielsweise in folgenden GEFRO-Produkten enthalten: