



Meersalz - Natürlicher Genuss aus dem Meer

Herkunft von Meersalz:

Zur Gewinnung von Meersalz wird das Meerwasser an der Küste in sog. Salinen (Salzgärten) geleitet. Das Wasser verdunstet durch Wind und Sonne, zurück bleiben Salzkrystalle. Wird das kristallisierte Salz als Speisesalz verwendet, wird es meist nach der Trocknung gewaschen und zum Teil, gereinigt (raffiniert). Das kostbarste Meersalz, die „Königin der Salze“ ist das angenehm milde Fleur de Sel, die Salzblume. Sie bildet sich an heißen Tagen als hauchdünne, ganz feine Schicht auf der Meerwasseroberfläche und wird von Hand abgeschöpft. Die meisten aus dem Meer gewonnenen Salze kommen aus Italien, Portugal, Frankreich (Bretagne) und Spanien (Flor de Sal) sowie Afrika.

Inhaltsstoffe von Meersalz

Meersalz enthält hauptsächlich den lebenswichtigen Mineralstoff Natriumchlorid (bekannt als Kochsalz) und geringe Spuren von Magnesium, Kalium und Mangan und anderer Mineralien.

Aroma von Meersalz

Über den Geschmack des knusprigen Meersalz entscheidet die jeweilige Küstenregion: Salze von der Atlantikküste schmecken anders als Salze von der Pazifikküste, grundsätzlich schmecken Meersalze milder und weicher als andere Salzsorten. Begehrte Vertreter der Pazifiksalze sind exotische Sorten wie das weiße und schwarze Hawaii Salz. Die bekanntesten Atlantiksalze sind das feine Fleur de Sel del Camargue und das mallorquinische Flor de Sal. Sorten wie indisches Pyramidensalz, Ibizasalz, koreanisches Bambussalz oder dänisches Rauchsatz laden zum Experimentieren mit dem nahezu ältesten Gewürz der Welt ein. Das Geschmacksspektrum der unterschiedlichen Sorten geht von rauchig, nussig, lieblich bis hin zu fein und mild.

Wirkung von Meersalz

Kochsalz (Natriumchlorid), der Hauptbestandteil von Meersalz, regelt den menschlichen Flüssigkeits- und Elektrolythaushalt. Ein ausgewogener Kochsalzgehalt im Körper ist Grundlage eines gut funktionierenden Stoffwechsels und körperlichen Wohlbefindens.

Verwendung von Meersalz

Je nach Weiterverarbeitung und Veredelung erhalten die einzelnen Salzsorten ihren einzigartigen Geschmack, der Speisen bereichert und für höchste kulinarische Genüsse sorgt. Meersalz passt wunderbar zu jeder Sorte Fleisch, würzt Suppen, Gemüse, Teigwaren und verschiedenste Soßen, Dips und Dressings – quasi ein Allroundgewürz.

Meersalz-Tipp:

Grobkörniges Meersalz ist gut zum Einreiben von Geflügel und Fleisch geeignet.

Sie möchten sich noch mehr zum Thema Kräuter & Gewürze informieren? Lesen Sie hierzu alles Wissenswerte in unserem großen Ratgeber „[Kräuter & Gewürze](#)“.

Meersalz ist in folgenden GEFRO-Produkten enthalten: