



## Oregano - Traditionelles Pizzagewürz, auch bekannt als Dost oder Wilder Majoran

### Herkunft von Oregano

Der Oregano stammt ursprünglich aus dem Mittelmeerraum. Heute wächst das aromatische Würzkräuter, das zur Pflanzenart der Lippenblütler gehört, vor allem in Mittel- und Osteuropa, den Mittelmeerländern, vermehrt in Italien und Griechenland.

### Inhaltsstoffe von Oregano

Oregano enthält Gerb- und Bitterstoffe sowie ätherisches Öl, das vor allem die Stoffe Thymol und Carvacrol enthält. Zudem enthält Oregano Vitamin-C.

### Aroma von Oregano

Der markante Duft frischer als auch getrockneter Oregano-Blätter erinnert an Thymian. Der Geschmack ist jedoch bei getrocknetem Oregano würziger als bei frischen Oregano-Blättern. Das Oregano-Aroma ist sehr vollmundig und verbindet eine angenehme pfeffrige Schärfe mit einer dezent süßlichen Note und einer frischen, fruchtigen Säure.

### Wirkung von Oregano

**In der Küche:** In der Küche werden frische und getrocknete Oregano-Blätter verwendet. Unverzichtbar für Gerichte der mediterranen Küche. **Pizza** wird grundsätzlich mit dem aromatischen, fein-herben Kraut gewürzt, ebenso der klassische griechische Bauernsalat. Ein würziges Chili con Carne ist ohne Oregano nicht denkbar, in Moussaka und Lasagne ist er ebenfalls fester Bestandteil. Tomatensoßen verleiht er eine intensiv-südländische Note. Tomaten, Oliven, Lammfleisch, gegrillter Fisch, Gemüse und Käse erhalten mit dem feinen „Gewürz des Südens“ eine wunderbar aromatische, sonnige Note.

### Oregano-Tipp:

Oregano kann mitgekocht werden, jedoch nicht zu lange, da sein Aroma sehr intensiv ist.

Oregano ist beispielsweise in folgenden GEFRO-Produkten enthalten: