

Salz (W. Siebeck) Info

Kategorien: Info

Zutaten für: 1 Rezept

Anleitung:

Gepriesenes Salz für gesalzene Preise Wolfram Siebeck über das wichtigste aller Gewürze - das Salz.

Und über den Unterschied zwischen Salz aus dem Meer, aus den Alpen und aus dem Himalaya Das wichtigste Gewürz unserer Küche heißt Salz. Ohne Salz schmeckt fast alles fad, was nicht ausdrücklich als Süßspeise deklariert ist. Sogar in süßen Suppen und Cremes ist oftmals ein Körnchen Salz notwendig, um der gleichmäßigen Süße ein interessantes Gegengewicht zu geben.

Eindimensional schmeckende Speisen sind langweilig. Das gilt auch für Fleisch- und Fischgerichte, deshalb verbessern wir deren Saucen gern mit einer Prise Zucker oder einem Glas Süßwein.

Salz war früher knapp und entsprechend teuer. Seinetwegen haben sich die Menschen die Köpfe eingeschlagen. Inzwischen ist es ein billiges Massenprodukt und hat einen schlechten Ruf. Denn es ist längst kein naturbelassenes Produkt mehr, sondern durch chemische und physikalische Reinigungsverfahren auf die beiden Bestandteile Natrium und Chlorid reduziert worden. Zusätze wie Jod, Fluor und so genannte E-Stoffe, wozu Rieselhilfen gehören und andere Teufeleien, die wir vom Kleingedruckten auf Jogurt- und Fast-Food-Packungen kennen, haben gesundheitsbewusste Konsumenten misstrauisch gemacht.

So ist es kein Wunder, dass zwei neue Salzarten bei Köchen und Feinschmeckern Furore machen: Meersalz und Himalayasalz. Es gibt Küchenchefs der Spitzengastronomie, die benutzen nur noch die beiden Neuheiten. Auch Hobbyköchinnen haben sich anlässlich unseres Kochwettbewerbs in großer Zahl als Anhänger dieser Natursalze bekannt.

Auch in meiner Küche spielen sie eine große Rolle. Vor allem das Meersalz aus der Bretagne, nach der Stadt Guérande "Sel de Guérande" genannt. Dort wird es in speziell angelegten flachen Becken gewonnen, welche mit Meerwasser voll laufen. Wenn dieses verdunstet, setzt sich das Salz an der Oberfläche ab und wird geerntet. Es ist grobkörnig, hellgrau und noch etwas feucht.

Eine feinere Version davon nennt man "Fleur de sel". Da dieses Salz nicht raffiniert wurde, enthält es Mineralstoffe und Spurenelemente, weshalb es als naturbelassen und entsprechend weniger schädlich gilt.

Der geschmackliche Unterschied zum handelsüblichen Kochsalz ist beträchtlich. Es schmeckt viel weniger penetrant, ist also längst nicht so salzig. Außerdem kippt es beim Kochen nicht so abrupt ins Ungenießbare um wie die raffinierte Version. Seine grobe Konsistenz ist nur hinderlich bei kalten Saucen und Salaten. Doch im Mörser lässt es sich mühelos zerkleinern, bei welcher Gelegenheit ich die benötigte Menge Pfefferkörner gleich mit zerstampfe; so vermischt sich, was sowieso zusammengehört.

Unvergleichlich reizvoll: Grobes aus dem Meer Bei vielen Speisen sind die groben Kristalle sogar ein Gewinn. Ein pochiertes Lachsfilet auf dem Teller mit Olivenöl begießen und mit dem groben

Salz (W. Siebeck) Info

(Fortsetzung)

Meersalz zu bestreuen ist der Beginn einer unvergleichlichen Schlemmerei. Dabei kommt der Vorzug der Grobkörnigkeit klar zum Ausdruck. Der gelegentliche Biss auf ein Salzkorn kontrastiert auf subtile Weise mit den ungesalzenen Stellen. Diese Gleichzeitigkeit verschiedener Effekte im Mund zeichnet gute Pralinen ebenso aus wie die Kombination von Toast und Foie gras. Nicht zuletzt auf Gemüsetöpfen entfaltet grobes Meersalz seinen unvergleichlichen Reiz.

Das Fleur de sel wirkt auf die gleiche Weise. Es ist ebenfalls grob und hellgrau; manchmal auch weiß oder schwach rosa. Sein Geschmack ist noch weniger salzig als der des beschriebenen Meersalzes.

Eines ist sicher: Ordinäres Kochsalz kommt nicht mehr ins Gemüse. Völlig anderer Herkunft und auch sonst wenig ähnlich ist das Himalayasalz. Es ist teuer. Spezialfirmen verschicken es für 23 Euro pro Kilo, zuzüglich Versandkosten. Man bekommt es aber auch schon billiger, dann allerdings ohne die Möglichkeit, dazu einen "Harmonizer I mit einem 3 Meter großen Wirkradius" für 159 Euro zu bestellen.

Das Himalayasalz stammt tatsächlich aus dem Himalayagebirge. Der Druck von 8000 Meter hohen Felsen ist zweifellos sehr viel größer als der der Alpen mit ihren mickerigen 4000 Metern. Deshalb konnte im Himalaya die größte Auskristallisation entstehen, wovon unser Körper nicht nur biochemisch profitieren soll, sondern auch biophysikalisch, indem nämlich Energie und die Schwingungsmuster der Kristallsalze. Ja, was nun? In meiner Küche swingt es nur, wenn ich Ella Fitzgerald auflege.

Dieses Salz existiert in verschiedener Form. Einmal in größeren Brocken für ein Solebad (bei Neumond optimale Entschlackungsfähigkeit). Sodann gibt es Salz-Kristall-Lampen. Sie bauten ein Ionenfeld auf und neutralisierten die positiv geladene Raumluft, verspricht der Versender (28 bis 81 Euro).

Für den Gebrauch in der Küche ist das Himalayasalz fein gemahlen. Zu fein, wie ich meine, weil es so fein ist wie Puderzucker und sich mit den Fingern nur ungenau dosieren lässt. Aber - und darauf kommt es schließlich an - es schmeckt gut. Das heißt, es ist nicht penetrant wie ordinäres Kochsalz.

Für das oben beschriebene Lachsfilet würde ich das puderige Salz nicht verwenden. Aber um eine Suppe zu salzen oder auf einem Tomatenbrot ist sein Geschmack ein deutlicher Vorteil. Vielleicht werde ich anlässlich einer Tomatenbrotdiät einen Salzstreuer in den Haushalt aufnehmen.

Eines ist sicher: Nachdem ich diese Salze ausprobiert habe, kommt mir das gewöhnliche Kochsalz nicht mehr ins Gemüse! Ein Problem sind lediglich die in der Salzkruste gegarten Fische und Enten. Bei den Kilopreisen für die mehr oder weniger feinen Salzkristalle würde sich ein Loup de mer ganz erheblich verteuern.

Doch das ist ein Problem der Profiköche, die diese spektakuläre Garteknik ihren staunenden Gästen gern vorführen. Ich gare nichts im Salzpanzer, das ist mir zu affig.

Schließlich blase ich für meine Enkel ja auch keine Rauchringe in die Luft, obwohl ich es könnte.

Salz (W. Siebeck) Info

(Fortsetzung)