



St am Wochenende, 7. Oktober 2017

# Kochen mit Lakritz

Der Extrakt aus der Süßholzwurzel verleiht Gerichten einen besonderen Dreh

VON HEIKE WELLS

**U**nsere Nachbarn im Norden mit ihrer Vorliebe für Lakritz machen es vor: Der Extrakt aus der Süßholzwurzel ist mehr als eine (manchmal auch salzige) Süßigkeit. Lakritz ist, in Form von Sirup oder Pulver, ein interessantes Gewürz, das vielen Speisen von süß bis herzhaft eine besondere Note verleiht. In Deutschland ist das jedoch bis heute weitgehend unbekannt.

Lakritz ist der Wurzelextrakt des echten Süßholzes, einer Pflanze aus der Familie der Hülsenfrüchtler. Wer aber heute „Lakritz“ (in einigen Regionen auch „Lakritze“) sagt, meint in der Regel daraus hergestellte Süßwaren von der schwarzglänzenden Lakritzschnecke über gezuckerten Weichlakritz bis zu salzigen Heringsen.

In nordischen Ländern dagegen, allen voran in Dänemark, ist Lakritz eine beim Kochen, auch im Alltag, häufig verwendete Zutat. Und Rezepte wie mit Lakritz glacierte Ente sind in der dänischen feinen Küche nichts Besonderes – sehr wohl aber in der deutschen. Eine der wenigen Ausnahmen hierzulande ist die Sterneköchin und Buchautorin Su Vössing, die im vergangenen Jahr in der SAT1-Sendung „Kampf der Köche“ Ente mit Lakritz und Grillgemüse präsentierte.

Ob Geflügel, Fisch, Fleisch oder Süßes wie Cremes oder Kuchen: Wer den Trick mit dem Lakritz raus hat, kann selbst einfachen Gerichten einen exklusiven Dreh geben. „Lakritz zieht Aromen zusammen, lässt sie besser zur Geltung kommen“, beschreibt Ilse Böge, Inhaberin des Berliner Lakritzfachgeschäftes „Kadó“, den Effekt. Himbeermarmelade mit einem Hauch Lakritz zum Beispiel schmecke „noch himbeeriger“.

Aber Vorsicht! Für den Wurzelextrakt gilt die gleiche Regel wie für andere intensive Gewürze: Die Menge macht's. Zu viel Lakritz kann den Eigengeschmack der Ursprungsprodukte überdecken oder sogar eine unerwünscht bittere Note bringen.



Mit etwas Lakritz verleiht man Gerichten eine besondere Note – etwa dem beliebten Apfel-Crumble.

ILSE BÖGE

An die Produkte heranzukommen, dürfte für Schleswig-Holsteiner eine leichte Übung sein. Im Nachbarland Dänemark, teilweise auch in gut sortierten Fachgeschäften hierzulande sind Basics wie Lakritzpulver oder -sirup zu bekommen. Oder man besorgt sich in der Apotheke ein Stück Süßholzwurzel, das sich im Mörser zu Pulver zerkleinern lässt. Dann kann man sich an das Würzen mit Lakritz langsam herantasten.

## APFEL-LAKRITZ-CRUMBLE

Weil Crumbles gerade im Trend sind, dank an Ilse Böge für dieses einfache Rezept für einen Apfel-Lakritz-Crumble: Für sechs Personen braucht man 100 g Mehl, 100 g Kristallzucker, 100 g Butter, 3 El. Lakritzpulver, 2,5 kg süßsaure Äpfel.

Die Äpfel werden geschält, in 1 cm breite Schnitze geteilt und in eine offene Form aneinandergelegt. Dann aus Zucker, Butter, Lakritzpulver und Mehl einen bröckeligen Teig kneten und über die Äpfel verteilen. Im vorgeheizten Ofen 30 Minuten bei 180°C backen.

Und für alle, die auch im Herbst gern noch den Grill anwerfen oder zum Vormerken für das nächste Jahr: Wer sein Steak, sein Stück Hühnchen oder den Schweinenacken vor dem Grillen mit etwas Lakritzsirup einpinselt, wird staunen, wie herzhaft und so gar nicht nach Lakritz das schmeckt! ●

**Buchtipps:** Elisabeth Johansson: Lakritz: Süße und herzhaft Rezeptre mit dem schwarzen Gold, Landwirtschaftsverlag 2014, ISBN: 3-7843-5297-8, 19,95 Euro