



Safran: Wie eine surreale, geheimnisvoll leuchtende Erscheinung wirken die Blütenfäden des Krokus, aus dem das Gewürz gewonnen wird. Die Fäden werden von Hand vorsichtig aus der Blüte gezupft und über einem schwachen Kohlefeuer so lange getrocknet, bis sich die tiefrote Farbe und das unverkennbar intensive Safran-Aroma entwickelt haben. Foto: GERHARD HOFER, BEAT ERNST

Das edelste aller Gewürze

von
INGOMAR SCHWELZ

Seit dem Altertum gilt Safran als König der Gewürze. Schon das Wort hinterlässt einen sinnreichen Geschmack auf der Zunge. Weniger als ein halbes Gramm reicht aus, um aus einem banalen Blumenkohl eine Delizie zu zaubern, die Gourmets begeistert. Dennoch wird das königliche Gewürz in der deutschen Küche selten verwendet.

„Zu Unrecht“, beteuert Drei-Sterne-Koch Dieter Müller vom „Schlosshotel Lerbach“ in Bergisch Gladbach, „denn Safran macht nicht nur dem Kochen „groß“, wie es in einem alten Kinderreim heißt, er ist geradezu unerlässlich in der guten Küche.“

Mit seinem angenehmen würzigen, leicht bitteren Geschmack und dem fast schon betäubenden Geruch ist das kostbare Gewürz nicht nur ideal für Risotto oder Paella, es harmonisiert auch hervorragend mit Fisch, Linsen oder Glaceen. Selbst alt Safran eine unerklärlich wunderbare Verdichtung. Bei Dieter Müllers goldgelben Bräusen mit Safran geht selbst der laizistische Zauderer ins Schwärmen.

Gewonnen wird Safran aus Krokussen. Aus den tiefroten Blütenblättern des Safrankrokus, einem empfindlichen zart bis Pfingstzeit, das am besten auf feinsandigen, lockeren und trockenen Böden gedeiht. Sonstige Tage sind kühle Nächte –

Wer heute Safran satt kauft, muss bis zu 15 Mark pro Gramm zahlen, denn er ist das teuerste Gewürz, das es gibt. Fein dosiert, schenkt er vielen Speisen ein köstliches Aroma.

das ist das Lieblingsklima dieses Gewürzliebhabers aus der Großfamilie der Schwertliliengewächse.

Die Entstehungsgeschichte des Safrankrokus, der im achten Jahrhundert aus Persien über Arabien nach Mittelspanien gekommen sein soll, ist ungesichert.

In der griechischen Mythologie erzählt Homer die traurige Geschichte vom Götterboten Hermes, der seinen Freund Krokos bei einer Schlacht versehentlich tödlich verwundet. Um ihn zu zaudern zu schwärmen, des Andenken zu setzen, verwandelt Hermes die zu Boden fallenden Blutstropfen des Sterbenden in kleine Blüten, deren Narben die kostbaren Fäden des Safrans liefern.

Schon seit jüdisch-christliche Quellen sprechen vom „kös-

lichen Safran“. Im Hohelied Salomos aus dem Alten Testament wird eine Frau mit dem Laugparan verglichen, in dem neben Weizen und Myrrhe auch Safran wächst.

Der hohe Preis für die Fäden, die auch „Rotes Gold“ genannt werden, ergibt sich jedoch nicht aus der Seltenheit oder dem Kultwert der Blüte, sondern aus der zeitaufwendigen Ernte.

Der Safrankrokus blüht im September und Oktober. Da werden täglich die frisch geernteten Blüten gepflückt. Besser sie verwelken, zapfen flinke Sammelhände die Narben sorgsam heraus. Dann werden sie über schwachem Kohlefeuer so lange getrocknet, bis sich die rotbraune Farbe und der charakteristische Geruch herausbilden.

Wer allzu billig ein Tüchlein erbeut, bekommt meist nur die Staubblätter des Krokus oder gar Paprikapulver mit gefärbten roten Bindfäden.

Weltweit mehr als 300.000 dieser Blütenstängel werden für ein Kilogramm Safran benötigt.

„Je nach Qualität müssen wir momentan zwischen 4000 und 7000 Mark pro Kilogramm zahlen“, erzählt Maria Geleke, Inhaberin des Gewürzhauses Passmann in München, das sich auf den Import von Safran spezialisiert hat.

Abgepackt in kleinen Dosen, Tüten oder Flaschen kosten drei Gramm dann bis zu 15 Mark.

„Dabei ist die Qualität sehr unterschiedlich“, sagt Maria Geleke. Wirklich hochwertiger Safran besteht ausschließlich aus ganzen tiefroten Fäden von zwei bis drei Zentimeter Länge, von denen die wertlosen Griffelstücke der Krokusblüte abgetrennt sind. Je länger die Griffelstücke, desto geringer sind Qualität und Preis des Safrans.

Da für Safranaufbereiter oft Fäden weniger guter Qualität verwendet werden, empfiehlt sich Safran nur in Fäden zu kaufen. Aber auch hier ist Vorsicht geboten. „Nicht alles, was wie Safran aussieht, ist auch wirklich Safran“, mahnt die Expertin. Wo alles, was gut und teuer ist, wird auch dieses Produkt gefälscht. Wer allzu billig ein Tüchlein erbeut, bekommt meist nur die wertlosen Staubblätter des Krokus oder gar eine Mischung aus Paprikapulver und gefärbten Bindfäden.

Auch das Fälschen hat Tradition. Im Mittelalter war die Nachfolge nach Safran so groß, dass sie kaum befriedigt werden konnte. Die Fälscher trübten es darauf an, dass in den Anbaugeländen Südspanien besondere Safran-Märkte eingerichtet wurden, auf denen die Händler ihre Ware unterwerflichen Inszenierungen vorführen und verkaufen durften.

Betrüger wurden mit harten Strafen, manchmal sogar mit dem Tod auf dem Scheiterhaufen bestraft. Safrankenner wie Christoph Fischer, Chefkoch des Restaurants „Ranberger Hof“ in Berlin, schwören auf spanisches Safran. 80 Prozent der weltweiten Produktion kommen aus der Provinz La Mancha, dem Land des traurigen Ritters Don Quixote.

Das Rezept für Safran-Soße

Safran ist ein heute nicht sehr häufig verwendetes Gewürz, dennoch gehört es wegen seines intensiven Aromas zur feinen Küche. Hier das Rezept für Safran-Sahne-Soße. Man kann sie zu Fisch und zu Reis servieren.

0,125 Liter Weißwein in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen. Fünf Fäden vorsichtig zerriebenen Safran einstreuen, 0,5 Liter Sahne zugeben und wieder auf die Hälfte reduzieren. 1 EL Butter zugeben, mit Salz und weißem Pfeffer würzen.

In manchen Ländern darf Gewürz Eudial allgemein als rauhe Safran-Soße statt, bei dem die schönsten und geschicktesten Safranpflücker primiert werden.

Weitere Anbaugelände sind Indien, der Iran und Griechenland. Sogar im Engadin wird erklauert Safran angebaut. Die Menge ist allerdings so gering, dass sie nicht in den Handel kommt. Größter Abnehmer ist der Spitzenkoch Daniel Humann, der in seinem Restaurant „Chefs at Home“ ein Safran-Menü komponierte, in dem so wunderbare Speisen wie Kaninchenbraten mit Safransauce oder Safran-Eis vorkommen.

„Safran hat mich zu ganz neuen Gerichten inspiriert“, schwärmt Humann.

Aber nicht nur als Gewürz, auch als Farbstoff für Lebensmittel und Stoffe wurde und wird Safran verwendet. Sein Rotgold steht für Weisheit und Erleuchtung und gilt als gutes Omen. In der Antike sollen die Randstreifen der Toga römischer Senatoren mit Safran gefärbt gewesen sein. Die Phylaxierinnen stellten die Leinwand für ihre Hochzeiten mit einem besonderen Farbstoff.

Selbst in der Homöopathie spielt Safran eine Rolle. Er fördert Appetit und Verdauung und wird wegen seiner krampflösenden Wirkung geschätzt. Doch können bereits 20 Gramm tödlich wirken. Aber keine Sorge: Wegen seines intensiven Geschmacks wird Safran nur in winzigen Dosen gemessen.

Die Hauptbedeutung dieses edelsten aller Gewürze aber liegt in der optischen und geschmacklichen Verfeinerung von Speisen. Christoph Fischer bettet seine kreisförmige Ratibarbe auf Safransauce. Selbst schlichte Spaghettis werden mit Safransauce verfeinert und als Beilage zu Langosins und Jakobsmuscheln gereicht.

Am besten entwickelt sich das Safranaroma in einem Sud aus Milch oder Fond, der kräftig eingekocht wird“, verrät der Spitzenkoch. Das Aroma ist dem dreifach so intensiv wie bei direkt verwandtem Safran. Und Dieter Müller rät: „Haben Sie keine Scheu vor Experimenten. Einige Fäden Safran schaden nie.“

Er färbt, riecht und kostet

Safran kostet zehnmal so viel wie rote Vanille und fünfzigmal so viel wie Kardamom. Früher wurde er in allen Zivilisationszentren des Mittelmeerraums konsumiert – sogar in Wien, Paris und Moskau.

20.000 Narben mancher Safrankrokus-Sorten ergeben nur rund 125 Gramm Safran, aber schon eine winzige Menge färbt ein ganzes Gericht goldgelb. Die Färbekraft beruht auf dem hohen Gehalt an Crocin, dem natürlichen Farbstoff. Das macht sich nicht nur bei safranfarbenen Mischungen zu Nutze, sie färben ihre Roben mit Safran goldrot.

Noch heute werden in Indien die Arme und Reiche verheiratete Frauen gefärbt, was sexuelle Reife und voll erworbene Weiblichkeit signalisieren soll.

Man findet Safran nicht nur in Persien, der Türkei, Iran, Marokko und Kaschmir an, sondern auch in Griechenland, Spanien, Südafrika, Italien und Ungarn.



Safran enthält bis zu sieben Prozent Fett, kleine Mengen Zink und sechs Prozent Pektin. Der eigenartig aromatische Geruch, der an Jodform erinnert, wird durch das ätherische Safranöl verursacht. Das kostbare Gewürz muss in sorgfältig geschlossenen Behältern aufbewahrt werden, da es Feuchtigkeit anzieht, und man muss es gegen Licht schützen.



Breughel berühmtes Gemälde „Hochzeitenmarkt“ – mit Safran gewürzte Risotto. Safran verleiht feine Fruchtbarkeit. Foto: AGG