



## Basilikum

*ocimum basilicum*

reyhan (arab.), bai horapa, bai manglak, bai grapau, bai ka-phrao (thail.), daun kemangi (indon.), Daun selaseh (mal.), basil (eng.), basilic (franz.), albahaca (span.), feslege (türk.)

### Kategorie

Kräuter, Lippenblütler (Lamiaceae)

### Beschreibung

Das Basilikum (*Ocimum basilicum*), auch Basilie, Basilienkraut oder Königskraut genannt, ist eine Gewürzpflanze aus der gleichnamigen Gattung Basilikum (*Ocimum*) in der Familie der Lippenblütler. Die verschiedenen Kulturformen unterscheiden sich in Blattfarbe, Größe, Aroma, Wachstumsart und Ansprüchen. Basilikum wird in den gemäßigten Breiten meist als einjährige Pflanze kultiviert. Es ist eine aufrecht wachsende, einjährige bis ausdauernde krautige Pflanze, die Wuchshöhen von 20 bis 60 Zentimetern erreicht. Die verschiedenen Kulturformen unterscheiden sich in Blattfarbe, Größe, Aroma, Wachstumsart und Ansprüchen. Basilikum wird in den gemäßigten Breiten meist als einjährige Pflanze kultiviert. Es ist eine aufrecht wachsende, einjährige bis ausdauernde krautige Pflanze, die Wuchshöhen von 20 bis 60 Zentimetern erreicht. Die Blütezeit reicht hauptsächlich von Juni bis September. Ihre kleinen weißen, ins Violett gehenden Blüten stehen in mehreren Stufen rund um den Stängel. Eine kleinblättrigere violette, in der Mittelmeerregion wild wachsende Sorte, wird im Vorderen Orient häufiger verwendet.

### Herkunft

Die Herkunft des Basilikums ist heute nicht mehr feststellbar. Als Herkunftsgebiet wird Nordwest-Indien vermutet. In Vorderindien wurde Basilikum bereits rund 1000 v. Chr. als Gewürz-, Heil- und Zierpflanze kultiviert. Funde in Pyramiden belegen den Anbau in Ägypten bereits im Altertum. Die Bezeichnung des Basilienkraut (siehe dazu auch den Gattungsartikel) ist als *Basilicum* latinisiert aus dem Griechischen *basilicon* (später auch *basylicon* geschrieben) übernommen. In Griechenland gibt es bis heute zahlreiche Volkssagen um das Basilikum und dessen Herkunft. Neben der griechischen wird Basilikum traditionell auch in der italienischen Küche häufig verwendet.

Nach Deutschland dürfte das Basilikum im 12. Jahrhundert n. Chr. gekommen sein.

Das in der asiatischen Küche bevorzugte Anisbasilikum hat seine wichtigsten Anbaugelände in Thailand und Laos.

### Aroma

Die Blätter des süßen Basilikums sollten weich und dunkelgrün sein und stark duften, vor allem



*ocimum basilicum*



Anisbasilikum

beim Zerreiben. Wildes violetteres Basilikum hat einen etwas würzigeren Geschmack, kleinere Blätter und ist kräftiger in der Farbe. Bai horapa oder Anisbasilikum hat einen namengebenden leichten Anisgeschmack und ist an den roten Stängeln und gezackten grünen Blättern zu erkennen. Bai manglak (auch Zitronenbasilikum genannt) dagegen hat kleinere Blätter und ein eher zitronenartiges Aroma. Eher stark würzig bis medizinartig ist das Aroma des Bai grapau. Blattspitzen und Stengel des Bai grapau sind an den Enden rötlich gefärbt.

### **Verwendung**

Die frischen wie die getrockneten Blätter werden als Küchengewürz verwendet. Basilikum ist in der südeuropäischen, besonders der italienischen Küche eines der meist verwendeten Gewürze. Beim Trocknen ergeben sich allerdings Verluste des Aromas. Basilikum wird auch in der Fleischkonservenindustrie verwendet. Basilikumazerat und -destillat sind Bestandteil mancher Kräuterliköre. Das ätherische Öl wird in der Kosmetikindustrie für Duftmischungen eingesetzt. Das feine Aroma der Blätter passt hervorragend zu Tomaten. Basilikum ist fast immer Bestandteil des Pestos und unverzichtbar für die traditionelle neapolitanische Pizza.

Während der Zubereitung des Gerichts wird Basilikum stets zuletzt unter gehoben und nicht mitgegart. Durch Hitze verliert Basilikum rasch an Aroma. In der orientalischen Küche werden sowohl die grüne wie die violette Sorte zum Würzen von Eintöpfen, Kebabs und Salaten verwendet. Basilikum gehört zu den beliebtesten Würzkräutern für Auberginen und ist oft in der Füllung der beliebten eingelegten Auberginen.

Aufgequollene Samen (Basil seeds) werden, ähnlich wie Mexikanische Chia, in manchen Modegetränken verwendet.

### **Einkauf / Aufbewahrung**

Thai-Basilikum wird in Asienläden oder in gut sortierten Bio- oder Gemüseläden angeboten. Frisches Basilikum lässt sich nur bedingt lagern. Feucht eingewickelt und in einer verschlossenen Plastiktüte kann man es 1 bis 2 Tage im Kühlschrank lagern.

### **Ersatz**

Ersatzweise kann für Anisbasilikum auch italienisches Basilikum benutzt werden, jedoch ist die Würze nicht so intensiv.

### **Gesundheit**

Seit dem Altertum wird Basilikum in der Heilkunde verwendet. So wurde die Pflanze eingesetzt bei der Therapie von Kopfschmerzen und Tränenfisteln.

Die pharmazeutische Droge wird als Basilici herba (lat.: des Basilikums Kraut) bezeichnet. Basilikum wird in der Volksmedizin, vor allem im mediterranen Raum, bei Appetitlosigkeit (Stomachikum), bei Blähungen und Völlegefühl (Karminativum) und seltener als Diuretikum, Laktagogum und bei Rachen-Entzündungen zum Gurgeln eingesetzt.

Das ätherische Öl besitzt anthelmintische (entwurmende) und antiphlogistische (entzündungshemmende) Eigenschaften und hemmt die Bildung von Magengeschwüren.

### **Geschichte**

Schon vor 4000 Jahren kam die »Königin der Kräuter« aus Indien nach Ägypten und gelangte von dort über Rom nach Südeuropa. Vom griechischen »basilikon« kommt ihr Name: königlich.