Mahlep

prunus mahlep

Açma (türk.), Mahalab, Mahaleb, Steinwechsel

Kategorie

Gewürze, Rosengewächse (rosaceae)

Beschreibung

Als Mahlab, auch Mahalab, Mahleb oder Mahaleb, bezeichnet man den Keimling aus dem Kern der Felsenkirsche.
In der arabischen (vor allem in Syrien), türkischen sowie griechischen Küche wird Mahlab (türk. Mahlep) seit Jahrhunderten als Gewürz und Backzutat mit süß-saurem, nussigem Geschmack genutzt. Das Pulver der gemahlenen Kerne wird vor allem für Brot- und Gebäckspezialitäten (z. B. für türk. Açma) genutzt.

Herkunft

Die Felsenkirsche ist über das Mittelmeergebiet, Südosteuropa und Westasien weit verbreitet, findet sich aber auch vereinzelt an warmen Standorten in Mitteleuropa. Felsenkirschkerne werden in Südosteuropa (Griechenland, Armenien) und Westasien (Türkei, Syrien, Libanon) als Gewürz verwendet. Das Hauptexportland für Mahalebkerne ist Syrien.
Wegen ihrer Unempfindlichkeit gegen Schädlinge werden Mahaleb-Kirschen oft als Stock für veredelte Sorten eingesetzt.

Aroma

Das weiche Innere der Kerne (Keimling) schmeckt zunächst einmal nur aromatisch-bitter. Bei längerem Kauen entwickelt sich dazu ein subtiles Aroma, das an Tonkabohnen oder Bittermandeln erinnert.

Verwendung

Die Früchte der Felsenkirsche, dünnfleischig und kaum 1 cm groß, liefern ein sehr ungewöhnliches Gewürz, dessen zartes Aroma allerdings unter der ausgeprägten Bitterkeit fast verschwindet. Allerdings passen sie genau deswegen gut zu Süßspeisen, solange man bei der Dosierung nicht übertreibt.
In Westasien sind Mahalebkerne vor allem in der levantinischen und armenischen Küche bekannt, z. B. für die mit Dattelmus oder Nüssen gefüllten Mürbteigkekse ma'amul aus Syrien oder dem Libanon. Armenisches chorak (auch choreg oder chorek) ist ein Brot ähnlich dem griechischen tsoureki, das jedoch meist keinen Mastix enthält. Es gibt auch eine Variante von chorak als trockene Kekse. Dieses Gebäck wird das ganze Jahr über gegessen, besonders gerne zu einer Tasse mit starkem Kaffee.
In all diesen Rezepten werden die Mahalebkerne fein gemahlen verwendet. Zum Mahlen eignen sich Kaffee- oder Gewürzmühlen.Das Pulver ist wegen seines hohen Fettgehaltes nicht lange haltbar, und es empfiehlt sich, ganze Kerne zu kaufen. Allerdings werden auch diese in ein bis zwei Jahren ranzig (vielleicht halten sie im Tiefkühlschrank länger).

Einkauf / Aufbewahrung

Ganze Fruchtkerne oder zu Pulver gemahlen gibt es im Gewürzhandel oder in türkischen oder arabischen Lebensmittelgeschäften zu kaufen.
Aufgrund des hohen Fettgehaltes ist Mahlab nicht sehr lange haltbar.

Gesundheit

Rinde, Holz und Samen der Felsenkirsche enthalten Cumarin. Sie wirken entzündungshemmend, beruhigend und gefäßerweiternd.
Die Frucht von Prunus mahaleb ist ungenießbar.

Geschichte

© 2026 coquina.de

Prunus mahaleb ist ein wahrscheinlicher Kandidat für den halub-Baum, der in frühen sumerischen Schriften erwähnt wird, ein langlebiges, fruchttragendes Hartholz mit Samen und Blättern, das für seine medizinischen Eigenschaften bekannt ist und mit der Göttin Inana in Verbindung gebracht wird.
Das arabische mahleb oder mahlab, was die Mahaleb-Kirsche bedeutet, kommt in mittelalterlichen islamischen Schriften unter anderem von Al-Razi (gestorben 925 oder 932), Ibn al-Baitar (gestorben 1248) und Ibn al-Awwam vor. Ibn Al-Awwam beschrieb in seinem Buch über Landwirtschaft vom Ende des 12. Jahrhunderts, wie man den Mahaleb-Baum kultiviert: Er sagt, der Baum sei ein kräftiger Wuchs, leicht zu züchten, aber man müsse darauf achten, dass er nicht resistent sei zu anhaltender Dürre. Er beschrieb auch, wie man die Mahaleb-Samen zubereitet, indem man sie in Zuckerwasser kocht.
Das Wort und wahrscheinlich auch das Mahaleb selbst kommen weder im klassischen Latein noch im Latein des frühen oder mittleren Mittelalters vor und sind im spätmittelalterlichen Latein selten. Eine frühe Erwähnung in lateinischer Sprache stammt aus dem Jahr 1317 in einer Enzyklopädie von Matthaeus Silvaticus, der schrieb, dass der »Mahaleb« der Kernsamen der Frucht sowohl domestizierter als auch wilder Kirschbäume in arabischen Ländern sei. Eine weitere frühe Erwähnung in lateinischer Sprache findet sich in einem medizinisch-botanischen Buch von Ioannis Mesuae aus dem Jahr 1479 mit der Schreibweise almahaleb (wobei » al-« der bestimmte arabische Artikel ist). Im Jahr 1593 buchstabierte der lateinische Botaniker Carolus Clusius es mahaleb.

© 2026 coquina.de