

Hing

Hing ist der indische Name für Asant (*Ferula assa-foetida*). Der deutsche Name ist Teufelsdreck oder Stinkasant. Tönt gut - oder nicht?

Hing wird aus der Wurzel der Asant-Pflanze gewonnen. Diese wächst wild in Zentralasien (Iran bis Afghanistan). Nach dem Anritzen der Wurzel fließt ein milchiger Saft aus. Dieser wird nach dem Trocknen zu einer braunen, harzartigen Masse. Dieses Harz wird dann zu Hing-Pulver gemahlen.

Asant war in Europa bereits im Altertum bekannt. In der Küche der alten Griechen und Römer war das Gewürz sehr beliebt. Bis weit ins Mittelalter wurde es verwendet (z.B. zum Würzen von Hammelfleisch in Frankreich). Aus unbekanntem Gründen geriet Asant jedoch nach dem 16. Jahrhundert in Vergessenheit.

Frischer Asant riecht sehr ausgeprägt. Daher sind die deutschen Namen wohl nicht ganz aus der Luft gegriffen. Der Geschmack verliert sich jedoch beim Kochen. Das Gewürz ist in der persischen und vor allem in der indischen Küche seit jeher sehr beliebt.

Der Geruch von Hing erinnert stark an Zwiebel und Knoblauch und wird vor allem zum Würzen von Pilz- und Gemüsegerichten verwendet. Vor allem in der Rohkost gibt Hing den Speisen eine besondere und spezielle Note.

Die alten Weden haben Hing als verdauungsförderndes Medikament und auch gegen Blähungen eingesetzt.

Hing sollte sehr vorsichtig dosiert werden. Wer jedoch experimentierfreudig ist und eine Alternative zu Zwiebeln und Knoblauch sucht, dem kann Hing empfohlen werden. Wenn Sie dem Speiseöl etwas Hing beimischen, können Sie die Speisen tropfenweise würzen.



Ferula assa-foetida

Bis zu 400 cm hohe mehrjährige Pflanze mit meterlangen Blättern, die fein geteilt sind. Die Blüten sind zu doppeldoldigen Blütenständen angeordnet.



Hing
Das aromatische Pulver
aus der Wurzel der
Ferula Asafoetida. Zum
Würzen von Speisen.
Dose 50 gr

www.urshochstrasser.ch