

Würzen mit Wissen



Salz & Pfeffer



VIELEN DANK FÜR IHREN EINKAUF

Heutzutage ist es schwer, als kleines Unternehmen, gute Rezensionen zu erhalten.

Ihr Feedback ist unser Erhalt !

Helfen Sie uns unsere Produkte zu verbessern

**Negative Bewertungen bringen
Umsatzeinbrüche.**

Ihre Meinung ist uns sehr wichtig !

Deshalb bitten wir Sie, bei Unzufriedenheit uns zu kontaktieren.
Wir helfen gerne.

Alles Wissenwerte über Gewürze



Auf unserer Welt sind zahlreiche Gewürze aufzufinden. Im Folgenden werden ich Ihnen die gängigsten Gewürze und deren Gewinnung näher bringen.

Es gibt unzählige Gewürze und gleichermaßen unzählige Auswirkungen auf den Körper, positive wie negative. Welche Auswirkungen die Gewürze aufweisen, werde ich Ihnen des Weiteren näher erläutern.

Gewinnung

Salz

Salz ist das bekannteste Gewürz der Welt. Es kommt in jeder Küche vor und ist nicht wegzudenken.

Salz besteht hauptsächlich aus Natriumchlorid. Durch die unterschiedliche Gewinnung erhält man entweder Meer- oder Steinsalz.

Die älteste und einfachste Methode, Salz zu gewinnen, ist die Verdunstung von Meerwasser. Dabei wird das Meerwasser in flache Becken geleitet, die so genannten Salzgärten, und unter Sonneneinstrahlung verdunstet. Durch dieses Vorgehen erhält man Meersalz.



Steinsalz wird aus Salzbergwerken gewonnen. Es gibt zwei Arten, wie das Salz von dem Gestein getrennt werden kann. Eine Variante ist die Aussolung. Hierbei bohrt man das Gestein an und spült das Salz mit Wasser heraus. Die Andere Variante ist der bergmannischer Abbau unter Tage mit speziellen Fräsen und Maschinen.

Arten

Salz

Arten

Wie schon zuvor erwähnt gibt es grundsätzlich zwei Arten von Speisesalz: Meer- und Steinsalz. Meersalz ist meist Naturbelassen, d.h. ohne jegliche Zusatzstoffe. Man erhält es von fein- bis grobkörnig, gebleicht oder gemahlen. In Meersalz sind verschiedene Stoffe, wie zum Beispiel Kalium, Kalzium, Magnesium, Mangan und andere Stoffe, enthalten.



Meersalz ist von der Natur aus weiß. Bei gräulicher Verfärbung ist es ein Hinweis auf eine unsaubere Arbeitsweise. Durch die Beimischung einer Salz-liebenden Algenart erhält Meersalz die rötliche Färbung.

Herkunft

Salz

Herkunft

Die Salzgewinnung ist von fast allen Zivilisationen des Altertums bekannt. Schon die alten Völker, wie die Sumerer und Babylonier, benutzten Salz zur Konservierung von Lebensmitteln. Salz war sehr begehrt und in bestimmten Regionen Mangelware. Dadurch entstanden die sogenannten Salzstraßen, Handelsstraßen auf denen das Salz transportiert wurde.



Salz war so begehrt, dass es als „weißes Gold“ bezeichnet wurde. Durch den Transport und Handel von Salz wurden einige Städte zu reichen Metropolen.

Gewinnung & Arten

Pfeffer

Pfeffer ist seit der Entdeckung im späten 15. Jahrhundert in aller Munde, wenn es um Gewürze geht. Pfeffer ist ein pflanzliches Gewürz und stammt aus Indien.

Gewinnung & Arten

Pfeffer wird von Pfeffersträuchern gewonnen. Dabei gibt es vier Arten, womit man verschiedene Sorten erhalten kann. Grüner Pfeffer wird aus früh geernteten Früchten gewonnen. Dabei wird die Frucht frisch in Salzwasser eingelegt. Schwarzer Pfeffer wird ebenfalls unreif geerntet und durch das Trocknen schwarz und runzlig.



Weißer Pfeffer ist von der Schale befreit und vollreif. Die roten Pfefferbeeren werden acht bis vierzehn Tage in fließendem Wasser eingeweicht und geschält.

Roter Pfeffer besteht aus vollkommen reifen und ungeschälten Pfefferbeeren und wird meist auch in Salzwasser eingelegt.

Gewinnung, Arten & Herkunft Pfeffer

Herkunft

Pfeffer wurde in der Antike von Hippokrates, auf seiner Reise nach Indien, entdeckt. Die Haltbarkeit und Schärfe des Pfeffers machten es zu einem beliebten Fernhandelsgut. Pfeffer wurde damals über den Seeweg durch das Rote Meer transportiert. Es war so kostbar, dass es zeitweilig mit Gold aufgewogen wurde.



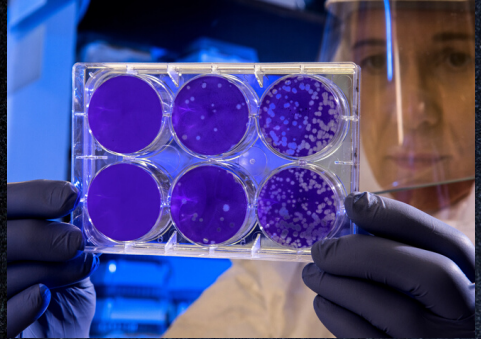
Wirkungen auf den Körper

Welche Rolle Salz und Pfeffer in unseren Körpern spielen, bringe ich Ihnen im Folgendem etwas näher.

Salz

Salz ist in größeren Mengen nicht Gesundheitsfördernd. Es ist für den Flüssigkeitshaushalt zuständig und sorgt dafür, dass das Wasser in die Zellen rein und raus fließt. Dieser Vorgang wird als **Osmose** bezeichnet.

Je mehr Salz man zu sich nimmt, desto mehr Wasser werden den Zellen entzogen und gelangt somit ins Blut. Das sorgt dafür, dass das Blutvolumen sich erhöht und der **Blutdruck** steigt.



WHO-Empfehlung

Die WHO (World Health Organization) empfiehlt den täglichen Verzehr von maximal 5 Gramm Salz nicht zu überschreiten. Der durchschnittliche Salzkonsum in Europa liegt oftmals bei 10 Gramm oder mehr. Schuld daran ist das „versteckte“ Salz in Brot, Gebäck und Fertiggerichten.

Wirkungen auf den Körper

Pfeffer

Pfeffer hingegen hat kaum bis gar keine Nebenwirkungen auf den Körper. Im Gegenteil, es hilft sogar der Gesundheit und Fitness. Der Grund für die gesunden Wirkungen des Pfeffers auf den Körper ist der Inhaltsstoff Piperin. Piperin sorgt nicht nur für den typisch scharfen Geschmack des Pfeffers, es fördert zudem noch den **Stoffwechsel**. Somit hilft es sogar beim Abnehmen.



Piperin unterstützt sogar die Produktion von **Verdauungsenzymen** und **Magensäure**. Außerdem reizt es den Körper und sorgt für eine Ausschüttung von **Glückshormonen**. Abgesehen von Piperin ist Pfeffer an sich sehr Gesundheitsfördernd, da es unter anderem Vitamin A, Vitamin B6, Magnesium und Eisen enthält. Pfeffer hat auf 100 Gramm 250 Kalorien, welches auf den ersten Blick sehr hoch ist, aber da Pfeffer nur in geringen Maßen konsumiert wird, ist das kaum zu beachten.



BEDANKT SICH NOCHMALS

Sie haben sich für die Richtige
Produktmarke entschieden !

Wir hoffen ihre Erwartungen mehr
als erfüllt zu haben !

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an
die E-Mail:
info@tastew.de

Viel vergnügen mit ihrem Produkt
von

