



Wie lange sind Gewürze haltbar?

Gewürze können nicht schimmeln? So ganz falsch ist das nicht, aber sie sind auch nicht unverderblich.

Der Mythos hält sich hartnäckig: Kurkuma, Pfeffer & Co. können nicht schlecht werden. Eine Schimmelschicht wirst du auf Gewürzen tatsächlich eher selten finden – es sei denn, sie sind mit starker Feuchtigkeit in Kontakt gekommen. Gewürze werden nicht im klassischen Sinne schlecht, aber sie sind als Naturprodukte auch nicht unbegrenzt haltbar.

Sogar nach langer Aufbewahrungszeit und Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums kannst du Gewürze noch verwenden – allerdings ohne nennenswerten Effekt. Mit der Zeit geht das Aroma verloren und dein Gericht wird nicht mehr richtig aufgepeppt. Das Dilemma lässt sich durch einige Tricks verhindern, mit denen du die Haltbarkeit erkennen und verlängern kannst.

Ganze Gewürze sind länger haltbar

Licht, Luft, Feuchtigkeit – auch die hartgesottensten Gewürze haben natürlich Feinde, die ihre Lebenszeit verkürzen. Ganze Gewürze wie Muskatnüsse, Pfefferkörner oder Zimtstangen sind dabei deutlich widerstandsfähiger als ihre gemahlene Gefährten und lassen sich jahrelang ohne Bedenken verwenden.

Grund dafür ist ihr natürlicher Aromaschutz: In ganzer Form schließt die äußere Hülle ihre ätherischen Öle und damit ihre Würzkraft ein. Beim Mahlen im Mörser bricht dieses natürliche Schutzschild auf und das Aroma entfaltet sich. Frisch zerstoßen schmecken und duften Gewürze viel intensiver.

Tipp:

Rücke den Gewürzen am besten immer erst kurz vor der Verwendung auf die Pelle. Je später du zerkleinerst, reibst, mörserst oder aufbrichst, desto mehr Aroma ist dir garantiert.

Gemahlene Gewürze innerhalb einiger Monate verwenden

Bereits zerkleinerte oder gemahlene Gewürze sind natürlich äußerst praktisch, immer zur Hand und ohne Vorbereitung schnell verwendet. In der noch verschlossenen Dose sind sie sogar bis zu drei Jahre haltbar.

Sobald die Packung geöffnet ist, sollte die richtige Lagerung beachtet und die Gewürze innerhalb eines halben Jahres verwendet werden, da sie nach einem gewissen Zeitraum Aroma und Farbe verlieren können. Keine Sorge, sie sind noch etwas haltbar und können eine Weile bedenkenlos weiterverwendet werden. Aber die optimale Würze liefern sie nach dieser Zeit nicht mehr.



Wie erkenne ich, ob Gewürze noch haltbar sind?

Bei noch verschlossenen Verpackungen sorgt das aufgedruckte Mindesthaltbarkeitsdatum für Aufklärung. Du weißt nicht mehr genau, wann du das Gewürz geöffnet hast? Dann verlasse dich gerade bei gemahlten Produkten auf deine Sinne. Um immer für das optimale Würzen gewappnet zu sein, empfiehlt sich ein regelmäßiger Aroma-Check.

Wie sieht das Gewürz aus?

Durch falsche Lagerung und zu viel Lichteinfluss büßen farbenfrohe Gewürze wie Paprika, Cayennepfeffer oder Kurkuma oft an Strahlkraft und Aroma ein. Spätestens wenn beispielsweise das Paprikapulver gelblich-braun statt strahlend rot ist, solltest du für Ersatz sorgen.

Wie riecht das Gewürz?

Verlasse dich auf deine Nase. Wenn das Gewürz komisch riecht, ist der Fall klar. Aber viel häufiger verflüchtigen sich über die Zeit die für das Aroma verantwortlichen ätherischen Öle. So kannst du oft schon am Geruch erkennen, ob das Würzmittel überhaupt noch den gewünschten Effekt verspricht.

Die Haltbarkeit von Gewürzen verlängern

Vor allem mit der [richtigen Lagerung](#) kannst du die Haltbarkeit deiner Gewürze deutlich verlängern. Lichtgeschützt, luftdicht, trocken und getrennt voneinander verpackt, bewahrst du ihr Aroma am besten.

Gewürzdosen sind daher extrem praktisch und erweisen sich auch für die Dosierung während des Kochens als hilfreich. Wenn du Nachfüllbeutel kaufst, solltest du sie am besten direkt umfüllen.