Sternanis

illicum verum

Badian, Chinaanis, bajiao (chin.), anasphal (ind.), boi kak (thai.)

Kategorie

Gewürze, Magnoliengewächse (illiaceae)

Beschreibung

Der immergrüne Sternanisbaum aus der Familie der Magnoliengewächse (illiciaceae) kann bis zu 8 Metern Höhe und ein Alter von bis zu 100 Jahren erreichen. Der Baum hat spitz zulaufende, elliptische Blätter. Die kleinen gelblich- oder rötlich-weißen magnolienähnlichen Blüten entwickeln dann die rotbraunen, sternförmigen Balgfrüchte. Nach 3 bis 4 Monaten entwickelt sich darin jeweils ein eiförmiger, rundlicher etwa 8 mm großer Samen pro Fach. Das ätherische Öl Anethol befindet sich in der Fruchtwand und nicht im Samen.Wie
der Pimentbaum trägt auch der Sternanis erst im siebten Jahr Früchte. Ein Sternanisbaum kann pro Jahr bis zu 40 kg frische Früchte liefern. Nach dem Trocknen verlieren diese etwa drei Viertel ihres Frischegewichts.



illicum verum

Herkunft

Schon seit 3000 Jahren ist Sternanis in den Küchen Südchinas und Nordvietnams bekannt. Heute wird er auch in Kambodscha, Laos, Japan und auf den Philippinen kultiviert.



Sternanis

Aroma

Sternanis ist botanisch nicht mit dem Anis verwandt. Die geschmackliche Ähnlichkeit mit dem typischen Anisaroma und das Aussehen der Früchte führten schließlich zu dem Namen Sternanis. Allerdings ist sein Aroma voller, feuriger und schwerer.

Verwendung

Sernanis wird in der chinesischen Küche gern als Gewürz für Schweinefleisch, Ente und Gans verwendet. In Euroa würzt er Pfefferkuchen, Weihnachtstee, Glühwein und Süßspeisen. Sternanis harmoniert gut mit Ingwer, Zimt, Nelken, Pfeffer und Sojasauce. Sieht ein Gericht die Zugabe von gemahlenem Sternanis vor, sollten die getrockneten Früchte unbedingt erst kurz vor der Verwendung gemahlen werden, damit möglichst viel von den flüchtigen ätherischen Ölen in die Speisen kommt.
Sternanis enthält Anethol, die gleiche Verbindung, die Anis, einer nicht verwandten Pflanze, seinen Geschmack verleiht. Sternanis wird im Westen als kostengünstigerer Ersatz für Anis beim Backen sowie bei der Spirituosenherstellung verwendet, am deutlichsten bei der Herstellung des Likörs Galliano. Sternanis verstärkt den Geschmack von Fleisch.
Sternanis wird auf dem gesamten indischen Subkontinent als Gewürz für die Zubereitung von

© 2026 coquina.de

Biryani und Masala Chai verwendet. Es wird häufig in der chinesischen Küche sowie in der malaysischen und indonesischen Küche verwendet. Sternanis wird in großem Umfang für die kommerzielle Nutzung in China, Indien und den meisten anderen Ländern Asiens angebaut. Sternanis ist eine Zutat des traditionellen Fünf-Gewürze-Pulvers der chinesischen Küche. Es ist auch eine Hauptzutat bei der Zubereitung von Pho, einer vietnamesischen Nudelsuppe.
Sternanis wird auch im französischen Glühweinrezept Vin Chaud (heißer Wein) verwendet. Wenn man es in Kaffee ziehen lässt, vertieft und bereichert es den Geschmack. Die Schoten können auf diese Weise mehrfach im Topf oder in der Tasse verwendet werden, da die Extraktion der Geschmackskomponenten mit dem Eindringen von heißem Wasser zunimmt.

Einkauf / Aufbewahrung

Im gut sortierten Supermarkt, im Asienladen oder Gewürzfachhandel werden die getrockneten Früchte im Ganzen angeboten. Dunkel gelagert behalten die Früchte in einem luftdichten Gefäß mehrere Jahre ihr Aroma. Das Pulver verliert dagegen rasch an Geschmack.

Ersatz

Wegen des ähnlichen Aromas können als Ersatz auch Anissamen verwendet werden.

Gesundheit

Sternanis wird gern nach einer üppigen Mahlzeit zur Förderung der Verdauung und zur Verbesserung des Atems gekaut. Man sagt ihm eine lindernde Wirkung bei Blähungen, Husten und Bronchitis nach.

Geschichte

1588 fand der Sternanis seinen Weg von den Philippinen nach England durch den enlischen Seefahrer Sir Thomas Cavendish. Erst im 17. Jahrhundert verwendete man Sernanis erstmals als Würze für Tee am russischen Zarenhof. In Deutschland setzte sich Sternanis Ende des 18. Jahrhunderts als Gewürz durch, vorzugsweise als Würze für Gebäck oder heißen Getränken zur Weihnachtszeit.

© 2026 coquina.de