Za'Tar Gewürzmischung

Za'Tar

Za'Tar, auch Satar oder Za’atar geschrieben, stammt aus der traditionellen, nordafrikanischen und orientalischen Küche und gehört dort sowie im nahen Osten und der Türkei zu den beliebtesten Gewürzmischungen. Neben wildem Thymian und Sesam ist insbesondere Sumach eine wichtige Zutat von Zatar. Es wird dort, wie bei uns Salz und Pfeffer, als klassisches Tischgewürz benutzt.

Herkunft: Palästina
Kategorie: Zutaten, Gewürzmischungen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 250 g

100 g Sesamsamen
1 Prise Salz
100 g Thymian getrocknet
50 g Sumach



Za'Tar Gewürzmischung

Zubereitung

Die Sesamsamen in einer trockenen Pfanne unter Rühren rösten, bis sie zu duften beginnen. Salz hinzufügen, kurz weiterrühren, dann abkühlen lassen. Mit dem Thymian und Sumak im Mixer pulverisieren.

Gewürzmischungen

In vielen arabischen Ländern wird zum Frühstück eine Gewürzmischung gereicht. Man mischt sie mit Olivenöl und tunkt das frische Brot hinein. Die Zutaten können nach Geschmack variiert werden.
Man bewahrt das fertige Pulver in luftdicht verschlossenen Gläsern auf. Pro Person und Mahlzeit rechnet man 1-2 EL Gewürzmischung. Gewöhnlich wird zu einem solchen Frühstück süßer schwarzer Tee serviert.

© 2026 coquina.de