



# Kreuzkümmel

Cuminum cyminum  
 Cumin, Kumin, Römischer Kümmel, Mutterkümmel  
 Fam. Doldenblütler (Apiaceae)

## KRÄUTERBESCHREIBUNG

Das einjährige, 30–40 cm hohe Kraut hat sehr schlanke Stengel, einen kreuzförmigen Blattstand (Name: „Kreuz“kümmel) und haarfein zerteilte, bis 10 cm lange Blätter mit Blattscheiden an der Basis. Die winzigen Blüten (weiß oder rosa) stehen in vierstrahligen, endständigen Dolden. Den Früchten des einheimischen Kümmels ähnlich (Name: Kreuz„kümmel“), aber etwas größer und borstig behaart sind die kleinen, länglich gerieften Früchte mit süßsäuerlichem, leicht bitter-scharfem Geschmack.

## Verwandte Kräuter

Man unterscheidet weiße (safed) und schwarze bzw. schwarzbraune (kala) Kreuzkümmelfrüchte. Die weißen sind von *cuminum cyminum*, während die schwarzen (besonders würzig, nicht so bitter) von einer verwandten Wildpflanze (*Bunium persicum*, syn.: *Cuminum nigrum*) stammen und außerhalb ihrer Heimat (Zentralasien bis Nordindien) nur selten und sehr teuer gehandelt werden. Aus denselben Gebieten stammt auch der **Ajowan** (Königskümmel, *Trachyspermum ammi*), eine eher regional bedeutende Gewürzpflanze (Thymian-Aroma) mit Heilwirkung (gegen



*Nigella damascena*

Verdauungsbeschwerden).

Zur selben Familie wie der Kreuzkümmel gehört der in Mitteleuropa einheimische Feld- oder **Wiesenkümmel** (*Carum carvi*; siehe unter „Kümmel“), eines unserer bekanntesten Gewürze und auch Heilmittel. Eine weitere Kümmelart von größerer Bedeutung ist der **Schwarzkümmel** (*Nigella sativa*). Dieser zählt zur Familie der Hahnenfußgewächse und stammt aus dem Mittelmeerraum. Mit ihm verwandt sind der einheimische Acker-Schwarzkümmel (*N. arvensis*) und die beliebte Zierpflanze „Jungfer im Grünen“ (*N. damascena*).

## VORKOMMEN

### Herkunft und Verbreitung