Kassie

Cinnamomum aromaticum (syn. C. cassia)
Chinesischer Zimt, Chinazimt, Zimtkassie, Gewürzrinde
Fam. Lorbeergewächse (Lauraceae)

KRÄUTERBESCHREIBUNG

Wie der sehr nah verwandte Ceylon-Zimt ist die **Kassie** *Cinnamomum aromaticum* baumförmig und wird in Kulturform strauchförmig gehalten. Sie besitzt eine ebenso nach Zimt riechende Rinde, die aber im Unterschied zum Ceylon-Zimt weniger Aromastoffe enthält, etwas schärfer und herber schmeckt und als Ganzes verwendet wird. In der Handelsform lassen sich die beiden Arten recht einfach unterscheiden, denn beim hochwertigeren Ceylon-Zimt sind mehrere der dünnen Stangen ineinandergesteckt und von beiden Seiten her eingerollt; während die Kassie dicker ist und sich deshalb nur einseitig einrollt.

Verwandte Kräuter

Die Kassie zählt zur selben Gattung wie der Ceylon-Zimt (*C. zeylanicum*; siehe unter „Zimt“), weitere Zimtbaumarten (z. B. Padang-Zimt *C. burmanii*, Saigon-Zimt *C. loureirii*) und auch der Kampferbaum (*C. camphora*).
Zur Familie Canellaceae (Kaneelgewächse) gehört der Weiße Zimt oder **Kaneel** *Canella winterana* (syn. *C. alba*; „Kaneel“ = frz. Röhrchen, Zimtröhrchen), ein bis 15 m hoher immergrüner Baum mit weißer Rinde), heimisch auf den Antillen und in Florida. Seine Rinde enthält Sekretzellen, die einen aromatischen, pimentähnlichen Duft absondern. Das Gewürz ist

nelkenartig, scharf und bitter schmeckend.

VORKOMMEN

Herkunft und Verbreitung

Die Kassie stammt aus Südostchina, Assam und Nordbirma. Die wichtigsten Anbaugebiete liegen wie beim Zimt in tropischen Gebieten Südostasiens, insbesondere in China und Vietnam, weniger auch in Birma, Laos, Sumatra, Java und Japan.

Kultivierung

Die Kultivierung erfolgt wie beim Ceylon-Zimt beschrieben (siehe unter „Zimt“). Im Unterschied hierzu werden bei der Kassie 4–7jährige Zweige und nicht nur die innere, sondern die ganze Rinde verwendet (daher der höhere Gerbstoff-Anteil). Die Rindenstücke sind dicker (bis 3 mm, als Rollen 2–5 cm) und werden auf 30–40 cm Länge geschnitten. Das aus Rindenabfällen und Blättern der Kassie gewonnene Rindenöl und Zimtblattöl unterscheidet sich von jenem des Ceylon Zimts in Qualität und Zusammensetzung.

BRAUCHTUM

Zimt und Kassie sind historisch kaum voneinander zu trennen. In alten Quellen ist nur selten erkennbar, um welche Art es sich handelte (in der Bibel wird mehrfach sowohl der Zimt als auch die Kassie genannt). Sicher ist, daß beide in ihrer Heimat schon vor 5.000 Jahren mythologische Bedeutung besaßen und von China über die Seiden- und Gewürzwege in den Orient gelangten. Kassie diente als Gewürz- und Heilmittel; den Ägyptern zur Mumifizierung, Griechen und Römern auch als beliebtes Räuchermittel, Weingewürz und wichtiger Bestandteil von Salben und Ölen.

In China galt die Kassie als Lebensbaum; ihre Früchte bedeuteten ein glückliches Leben und Unsterblichkeit im Paradies. In der chinesischen Medizin gehört die Rinde zur Gruppe der „Kräuter, die das Innere wärmen und Kälte vertreiben“ mit einer Meridian-Affinität auf Herz, Niere, Leber und Milz. Die ebenfalls mit Heilkraft bedachten Zweige („Warme Kräuter, die die Oberfläche befreien“) wirken auf Herz, Lunge und Blase.

Wissenswertes

Die Kassie oder Zimtkassie wird namentlich oft mit *Cassia* (Gattung aus der Fam. Caesalpiniaceae) verwechselt. Dies könnte im Einzelfall unangenehm werden, denn *Cassia* wirkt als ein Bestandteil von Abführmitteln.

EIGENSCHAFTEN

Wesentliche Inhaltsstoffe

Hauptinhaltsstoffe der Kassie sind ätherisches Öl (70–95 % Zimtaldehyd und weitere Komponenten), Phenolcarbonsäuren und Diterpene. Bedeutsame Unterschiede im Vergleich zu Zimt: ein Cumarin-Gehalt von 1,5–4% (Ceylon-Zimt enthält Cumarin nur in Spuren, meist unterhalb der Messgrenze), eine sehr geringere Menge Eugenol (< 0,5 %) und ein höherer Gerbstoffgehalt.
Der Duft der Hauptkomponente Zimtaldehyd wird als „muffig herb“ bezeichnet. Erst zusammen mit Eugenol entwickelt sich das angenehme Aroma des Ceylon-Zimts. Bei der Kassie bewirkt der Mangel an Eugenol ein minderwertiges Aroma.

Eigenschaften, Wirkungen

Die Inhaltsstoffe wirken wie beim Zimt antibakteriell, fungistatisch (Pilzwachstum hemmend) und insektizid (gegen Insekten, z. B. Parasiten), außerdem anregend auf den gesamten Organismus und die Bildung von Verdauungssäften.

Forschung

Eine Arbeit von Sousa et al. (2025) bewertet die phytochemischen Eigenschaften und die biologische Aktivität von ätherischen Ölen von *Cinnamomum cassia* und *Cinnamomum zeylanicum* , insbesondere ihre Auswirkungen auf Gewichtsverlust, Durchfall und Epithelschäden in einem Mausmodell der Darmschleimhautentzündung. Die Behandlung mit ätherischen Ölen schwächte den Gewichtsverlust und den Schweregrad von Durchfall ab. Insbesondere reduzierte die höchste Dosis (50 mg/kg/Tag) beider ätherischer Öle den Laktatdehydrogenasespiegel signifikant, was auf eine verminderte Epithelschädigung hindeutet. Die Ergebnisse zeigten signifikante Unterschiede ($p < 0,05$) in den Behandlungseffekten im Vergleich zur

Kontrollgruppe.

Warnhinweise

Im Spätherbst 2006 wurden Gesundheitsgefahren durch Kassie in allen Medien diskutiert. Es ging um das Gebäck „Zimtsterne" und um das Nahrungsergänzungsmittel „Zimtkapseln" (Anwendung zur Blutzuckersenkung bei Diabetes; Wirksamkeit nicht belegt). Beide enthielten kein Zimt, sondern die erheblich billigere Kassie oder andere minderwertigere Zimtarten. Die Kritik konzentierte sich auf den Inhaltsstoff „Cumarin", dessen damals neuer Höchstwert in der Aromenverordnung (2 ppm in fertigen Nahrungsmitteln) bei Verwendung von Kassie sehr leicht überschritten wird. Cumarin ist ein im Pflanzenreich weit verbreiteter Naturstoff mit angenehm würzigem Geruch. Da die Substanz fettlöslich ist, nach ihrer Resorption in das Zentralnervensystem gelangt und dort narkotisch wirkt, sind höhere Konzentrationen problematisch (Hänsel & Sticher 2007). Zudem besteht die Gefahr von Leberschäden (WHO 1995). Ob der Grenzwert evtl. zu niedrig ist, wurde kontrovers diskutiert und keineswegs abschließend geklärt. Es sei zumindest Vorsicht geboten! Betroffen wären vor allem Kleinkinder („Milchreis mit Zucker und Zimt"). Abhilfe: Sicherstellen, daß Ceylon-Zimt verwendet wird (enthält kein Cumarin).

Ansonsten bitte die – auch für Kassie gültigen – Warnhinweise unter dem Stichwort „Zimt" beachten!

ANWENDUNG

Anwendungsgebiet

Arzneidroge: **Cinnamomi cassiae aetheroleum** (Chinesisches Zimtöl). Traditionell werden auch Rinde (Cinnamomi cassiae cortex) und Blüten (Cinnamomi cassiae flos) verwendet.

Anwendungsart

In der Empfehlung der Kommission E (1990) wie auch in einer Monographie der Weltgesundheitsorganisation (WHO 1999) – angegeben war für Kassie jeweils eine dem Zimt entsprechende Tagesdosis von 2 bis 4 g Rinden-Droge und 0,05 bis 0,2 g ätherisches Öl – sind nach Ansicht des deutschen Bundesinstituts für Risikobewertung als

problematisch anzusehen, da sie „weder durch klinische oder epidemiologische Daten gestützt wird, noch problematische Inhaltsstoffe (in erster Linie Cumarin und Zimtaldehyd) berücksichtigt“ (BfR 2006). – siehe ergänzend unter „Warnhinweise“.

Anwendungsart der Kassie zu Heilzwecken: siehe unter „Zimt“ (Warnhinweise unter Zimt und Kassie beachten). Die nach dem Verblühen gesammelten und getrockneten Kassie-Blüten (auch „Zimtblüten“ genannt) werden als Heilmittel zur „Blutreinigung“ vertrieben. Die Wirksamkeit ist nicht belegt und eine therapeutische Anwendung wird aufgrund der schon genannten Risiken auch nicht empfohlen. Dasselbe gilt für die im Handel unter den Namen „Zimtfrüchte“, „Cassia buds“ oder „Flores cassiae“ angebotenen unreifen und getrockneten Früchte der Kassie. In der chinesischen Medizin gelten neben der Rinde (Rou gui) auch dünne und getrocknete Zweige (Gui zhi) als Heilmittel.

Kaneel gilt ebenfalls als Zimtersatz. Einigen Tabaksorten ist er als Aromastoff beigemischt. In Südostasien nimmt man ihn bei Magenbeschwerden, Verdauungsstörungen und als Aphrodisiakum.

PRODUKTE

Getränke

Für die Herstellung von Zimtschnaps und Glühwein wird oft statt Zimt die billigere Kassie verwendet (siehe unter „Warnhinweise“).

Speisen

Kassie dient in erster Linie als Gewürzmittel (Zimtgewürz), z. B. für Soßen und Fleischgerichte, Backwaren, Glühwein, Obst und Schokolade; Zimtblattöl zur Herstellung von Parfüm und Likör. Sie gilt als minderwertiger Ersatz für Zimt und ist vor allem in Südostasien und Amerika gebräuchlich (in Europa wird der Ceylon-Zimt bevorzugt). Bitte die Ausführungen unter „Warnhinweise“ und „Anwendungsart“ beachten!

→ **nach oben**
→ **zurück** zur Übersicht

Letzte Änderung: 13. November 2025
Letzte inhaltliche Änderung/Überprüfung: 3. April 2025

Zitierweise:
Pelz, Gerhard Rudi & Birgitt Kraft (2025): Kassie (*Cinnamomum aromaticum*) – in: Kräuter-ABC, Website der Stiftung zur internationalen Erhaltung der Pflanzenvielfalt in Brunnen/Schweiz: www.kraeuterabc.de (abgerufen am ……).

BILDNACHWEISE UND ZITIERTE LITERATUR

Bildnachweise

alle Fotos und Abbildungen:
© Dr. Gerhard Rudi Pelz, Petersberg

Zitierte Literatur

→ Standardwerke, Lehrbücher und weiterführende Literatur finden Sie im Literaturverzeichnis (home-Seite oder (http://www.kraeuterabc.de/literatur/)

Sousa, I.J.O. et al. (2025): Phytochemical Characterization of Essential Oils from Plants of the Genus Cinnamomum and their Effect on Diarrhea and Disruption of the Intestinal Epithelium Induced by 5-FU – Journal of Advances in Biology & Biotechnology **28** (1): 481-490, Article no.JABB.129995 (doi.org/10.9734/jabb/2025/v28i11902)