

Ingwer

Zingiber officinale – Zingiberaceae

Trivialnamen: Ajengibre, Gengibre, Ginger, Gingembre, Gember, Jengibre, Jengibre dulce, Tangawizi

Standort im Garten: Tropenhaus.

Verbreitung:

Ursprünglich ist der Ingwer wahrscheinlich in Südostasien heimisch; natürliche Wildvorkommen sind nicht bekannt. Bei alten Kulturpflanzen, die züchterisch sehr stark verändert wurden, ist dies häufig der Fall.

Kulturgeschichte und Anbau:

Ingwer wurde vermutlich in China schon lange vor unserer Zeitrechnung in Kultur genommen, in Europa war er bereits bei den alten Griechen beliebt. Heute wird Ingwer überall in den Subtropen und Tropen kultiviert. Die wichtigsten Anbauggebiete sind: Westindien, USA (Florida), Mexiko, Brasilien, Indien (südl. Gebiete), Sri Lanka, Malaysia, Sierra Leone, Mozambique, Nigeria, Japan und China. Von der Weltproduktion verbleibt der größte Teil in den Erzeugerländern, nicht einmal 1/3 wird exportiert.

Verwendung:

Verwendung finden das Rhizom und das Öl des Rhizoms. Das Rhizom enthält u.a. 0,6-3,3 % ätherische Öle (für die Schärfe verantwortlich), Harze, Stärke und Zucker. Als Gewürz und Bestandteil von Mischgewürzen (Curry) erfreut sich der Ingwer großer Beliebtheit. Er wirkt verdauungsfördernd und appetitanregend. Der größte Teil des Ingwers wird als Geruchs- und Geschmackskorrigens, als Gewürz, für eingemachte Früchte und Gurken, für Backwaren und Genussmittel, mit Zucker eingekocht als Ingwerkonfekt, zur Herstellung von Ingwerbier (Ingwerbeer), für die Likör- und Getränkefabrikation (Ginger-Ale) und zur Herstellung des ätherischen Öls verwendet.

Offizinell wird Ingwer-Rhizom in Mitteleuropa nur sehr selten eingesetzt (*Rhizoma Zingiberis*). Es findet Verwendung bei der Erzeugung von Einreibemitteln gegen Rheuma und in Arzneien gegen Magen- und Zahnschmerzen. Weiters hilft das Gurgeln des Absuds bei Schnarchen und Halsschmerzen, der Tee kann zur Linderung von starkem Husten getrunken werden. Weniger bekannt, aber mit guter brechreizunterdrückender Wirkung ist Ingwerpulver zur Verhinderung von Reisekrankheit. In den Tropen gibt es weitere offizinelle Einsatzmöglichkeiten. Vor allem der Saft des zerstampften Rhizoms kommt zum Einsatz: gegen Husten und Katarr, abgekocht und als Absud getrunken zur Milchbildung, zusammen mit den Wurzeln des Adlerfarns (*Pteridium aquilinum*) als Aphrodisiakum. Entzündete Mandeln und Angina werden mit geraspeltem Rhizom gemeinsam mit den Wurzeln der Basilikum-Art *Ocimum suave* behandelt. Ebenfalls gegen Mandelentzündung hilft, wenn man zerstampftes Rhizom mit den Wurzeln des Grases *Beckeropsis unisetata* abkocht und den Absud trinkt.

Das ätherische Öl des Rhizoms (*Oleum Zingiberis aethereum*) wird in der Regel aus Schälabfällen hergestellt. Es wird als Arzneimittel (Magenschmerzen), in der Likör-, Genuss- und Lebensmittelindustrie als Gewürz und in der Parfümindustrie verwendet.

R. K. Eberwein, J. Stockhammer, M. Kiehn 1996
überarb.: B. Knickmann 2007

LITERATUR: BARTELS, A., 1996: Farbatlas Tropenpflanzen - Zier- und Nutzpflanzen. Ulmer: Stuttgart. LEON J., 1987: Botanica de los Cultivos Tropicales. IICA: San José, Costa Rica. KRUEDENER S. V., HAGEMANN I., ZEPERNICK B., 1993: Arzneipflanzen altbekannt und neu entdeckt. Berlin. HAERDI, F., 1964: Afrikanische Heilpflanzen. Acta Tropica Suppl. 8. ROTH L., DAUNDERER M., KORMANN K., 1988: Giftpflanzen - Pflanzengifte. Ecomed: Landsberg. WALDHEIM, M. V. : Pharmazeutisches Lexikon