



Verbraucherzentrale Südtirol  
Centro Tutela Consumatori Utenti

Die Stimme der VerbraucherInnen  
la voce dei consumatori

**VZS-name**

VZS-str

VZS-plz

VZS-tel

info@verbraucherzentrale.it

---

## Anis und Sternanis: was ist der Unterschied?

Mon, 01/07/2019 - 09:28

Anis und Sternanis verströmen beide einen süß-würzigen Duft und werden gerne für die Weihnachtsbäckerei verwendet. Darüber hinaus haben sie aber wenig Gemeinsamkeiten, gehören sie doch unterschiedlichen Pflanzenfamilien an.

Der echte Anis (*Pimpinella anisum*) zählt zur Familie der Doldenblütler und stammt ursprünglich aus dem Mittelmeergebiet. Aus den kleinen weißen Blüten bildet die Pflanze wenige Millimeter kleine Früchte aus. Diese sogenannten Anissamen haben ein süßes bis fein würziges Aroma. Dessen wichtigste Komponente ist das ätherische Öl Anethol. Anis verleiht Weihnachtskekse ein charakteristisches Aroma, eignet sich aber auch für Brot und Kuchen. „In Südtirol wird das traditionelle Osterbrot, der Fochaz, mit Anis gewürzt“, weiß Silke Raffener von der Verbraucherzentrale Südtirol zu berichten, „in Griechenland und der Türkei trinkt man gerne Anisschnaps.“ Am besten kommt das Aroma zur Geltung, wenn man die ganzen Anissamen unmittelbar vor der Verwendung im Mörser zerstößt.

Der Sternanis (*Illicium verum*) dagegen ist in Südchina beheimatet. Seine Früchte ähneln achtzackigen Sternen und sind äußerst dekorativ. Sie haben ein süßes und sehr würziges, beinahe scharfes Aroma. Daher sollte man Sternanis vorsichtig dosieren. Meist ist ein kleines Stück von einem Stern schon ausreichend, um ein Gericht zu würzen. Sternanis wird gerne für Adventsgebäck, Tee, Glühwein und Kompotte verwendet: dabei lässt man ihn mitkochen und entfernt ihn dann vor dem Servieren.