

Lebenselixir: Spitzenköche schwören auf Himalaja-Salz

Spitzenköche wie Jörg Wörther oder Joachim Gradwohl (siehe nebenstehende Kolumne) schwören darauf: auf das Salz aus dem Himalaja-Gebiet. Weshalb? Weil es nach Meinung der Herdvirtuosen einen ganz speziellen Geschmack hat und inzwischen als bestes Salz der Welt gehandelt wird. Überdies gilt Himalaja-Salz als überaus gesund – ganz im Gegensatz zu billigem Kochsalz, das durch die Zugabe von Jod und Fluor eher gesundheitsschädlich wirkt. Industriell bearbeitetes Salz besitzt außerdem einen



Salz für Gourmets vom Himalaja.

hohen Natriumchlorid-Gehalt. Nimmt der Körper davon zu viel auf, wirkt das Salz als aggressive Substanz. Himalaja-Salz hingegen ist ein Kristallsalz und besteht nicht – wie herkömmliches Salz – aus nur zwei Elementen, son-

dern aus wesentlich mehr. Der Grund: Die Druckverhältnisse etwa im Himalaja-Gebiet waren beim Aufbau der dortigen Bergmassive so stark, dass das dort abgelagerte Salz (entstanden durch die Austrocknung der Urmeere) über perfekt geordnete Kristallgitter verfügt. Die gesundheitlich vorteilhafte Wirkung gilt mittlerweile als weitgehend gesichert. Doch jetzt scheinen es auch die Feinschmecker entdeckt zu haben. Weshalb Himalaja-Salz nun auch in Delikatessenshops wie Meinl am Graben verkauft wird.