

Sternanis ganz

Sternanis hat einen ähnlich süßen, aromatischen Geschmack wie Anis, nur etwas stärker und leicht bitter. Sternanis eignet sich für orientalische und asiatische Gerichte. Ein Stück Sternanis vor dem Braten in das Innere von Huhn oder Ente legen oder Schmorgerichten w.z.B. Schweinefleisch beifügen. In der europäischen Küche wird Sternanis zur geschmacklichen Abrundung von Punsch oder Glühwein verwendet. Er würzt Kompotts, Torten und Weihnachtsgebäck.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1130 kj
Brennwert kcal	270 kcal
Fett	8.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.3 g
Kohlenhydrate	18.4 g
davon Zucker	2 g
Eiweiß	4.4 g
Salz	0.02 g

Zutaten

Sternanis