



PRESSEMITTEILUNG

Ingwer ist Arzneipflanze des Jahres 2026: Schärfe mit Tradition und Wirkung

(Bonn, 28. Januar 2026) Weit mehr als ein beliebtes Gewürz: Der Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde hat Ingwer (*Zingiber officinale*) gemeinsam mit der Gesellschaft für Phytotherapie zur Arzneipflanze des Jahres 2026 gekürt. Die Auszeichnung hebt die besondere Rolle der traditionsreichen Pflanze hervor – sowohl als bewährtes Hausmittel als auch als Objekt moderner phytotherapeutischer Forschung.

Der Fachverband der Gewürzindustrie e.V. begrüßt die Wahl ausdrücklich. Ingwer steht beispielhaft für die enge Verbindung von Genuss, Tradition und wissenschaftlicher Neubewertung, die viele Gewürze und Kräuter auszeichnet.

„Die Ernennung von Ingwer zur Arzneipflanze des Jahres 2026 macht deutlich, welche Bedeutung Gewürze auch über ihren kulinarischen Wert hinaus haben“, erklärt Dr. Markus Weck, Hauptgeschäftsführer des Fachverbands der Gewürzindustrie. „Ingwer ist ein aromatisches Multitalent – beliebt in der Küche, geschätzt für sein charakteristisches Aroma und seine wohltuenden Eigenschaften.“

Botanisches Porträt: Ingwer ist ein Rhizom

Ingwer gehört botanisch zur Familie der Ingwergewächse (Zingiberaceae). Genutzt wird nicht eine klassische Wurzel, sondern der Wurzelstock (Rhizom) – ein unterirdischer Pflanzenspross. Er enthält eine Vielzahl geschmacksprägender Inhaltsstoffe und ist Grundlage für die Verwendung als Gewürz: frisch, getrocknet oder als Pulver.

Importgewürz Nummer 1

Ingwer zählt inzwischen zu den wichtigsten Gewürzen im deutschen Markt. Angebaut wird die scharfe Knolle in Indien, China, Nigeria, Indonesien sowie in Teilen Lateinamerikas. Mittlerweile etabliert sich aber ein regionaler Anbau auch in Mitteleuropa, so z.B. in Deutschland oder Österreich. Auch in den deutschen Importzahlen zeigt sich die hohe Nachfrage deutlich: 2024 wurden fast 30.000 Tonnen Ingwer nach Deutschland importiert – damit lag Ingwer mengenmäßig sogar vor klassischen Gewürzen wie Pfeffer oder Paprika.

Aroma und Inhaltsstoffe: charakteristisch scharf und frisch

Sein typisch frisch-scharfes, leicht zitroniges Aroma macht Ingwer weltweit zu einem der bekanntesten Gewürze. Verantwortlich sind vor allem:

- Gingerole und verwandte Scharfstoffe (z. B. Shogaole)
- Ätherische Öle, die den Duft und die würzige Frische prägen

Ingwer ist als Einzelgewürz im Einsatz sowie als Bestandteil z.B. von Currys. Ingwer lässt sich vielseitig einsetzen: Er ist Zutat für viele asiatische Gerichte mit Reis, Fleisch, Fisch und Gemüse, sowie für Tee und Getränke über Marinaden und Currys bis hin zu Gebäck und Desserts.

Ingwer als Heilpflanze: von Volksmedizin bis Phytotherapie

Ingwer wird seit Jahrhunderten in verschiedenen Kulturen geschätzt. Die Wahl zur Arzneipflanze des Jahres 2026 verweist auch auf aktuelle medizinische Bewertungen und die wachsende Bedeutung pflanzlicher Wirkstoffe in Prävention und Therapie.

Im phytotherapeutischen Kontext wird Ingwer insbesondere in Verbindung gebracht mit:

- der Unterstützung bei leichten Magen-Darm-Beschwerden
- dem Einsatz bei Reisekrankheit
- dem traditionellen Gebrauch bei Erkältungsbeschwerden

Die Auszeichnung macht zudem deutlich, wie wichtig eine verlässlich hohe Qualität pflanzlicher Produkte ist. Die Gewürzindustrie trägt hierzu durch definierte Qualitätsanforderungen, systematische Rohwarenkontrollen sowie eine fachgerechte Verarbeitung und Lagerung entlang der Lieferkette maßgeblich bei.

Ein Gewürz mit Zukunft

„Ingwer zeigt eindrucksvoll, wie Gewürze den Zeitgeist treffen: Sie verbinden Geschmack, natürliche Herkunft und Tradition“, so Weck weiter. „Die Ernennung zur Arzneipflanze des Jahres 2026 ist eine willkommene Gelegenheit, den Blick auf die Vielfalt der Gewürzpflanzen und ihren Platz in Alltag, Küche und Kultur zu richten.“

Der **Fachverband der Gewürzindustrie e.V.** vereint in derzeit 98 Mitgliedsunternehmen Wissen und Kompetenz rund um die Veredelung von Gewürzen. Unsere Mitglieder erwirtschaften jährlich einen Umsatz von etwa einer Milliarde Euro und beschäftigen rund 8.000 Mitarbeiter. Die Unternehmen importieren Gewürze aus allen Ländern der Erde und stellen Gewürzmischungen, Gewürzpräparate und sonstige würzende Zutaten her.