



Auch Mangold treibt es bunt, wenn man ihn nur lässt

WOLFGANG PALME (6), ARCHE NOAH/R. PESSL

Daniela Bachal

Schon die Namen zergehen einem auf der Zunge: „Himbeerapfel von Hologovous“, „Lavanttaler Bananenapfel“ oder „Köstliche von Charneau“. Alles Apfelsorten, die heute kaum noch jemand kennt. „Um 1900 gab es noch 2000 Apfelsorten, heute finden sich im Supermarkt nur noch 20“, heißt es bei der „Arche Noah“ im niederösterreichischen Schiltern, wo man sich seit bald 30 Jahren der Erhaltung der Kulturpflanzenvielfalt und ihrer Entwicklung widmet. Das Verschwinden der „Geschmacksträger“ zeigt sich leider nicht nur im Apfelbereich. „In den vergangenen 100 Jahren haben wir weltweit etwa 75 Prozent der landwirtschaftlich genutzten Vielfalt verloren“, heißt es im viel zitierten Bericht der

Ernährungsorganisation der Vereinten Nationen von 1993.

Langsam, aber sicher verdirbt die Monotonie auf den Speisetafeln aber immer mehr Menschen den Appetit. Supermarktketten reagieren auf die neue Nachfrage mit bunten Tassen voller Paradeiser- und Paprikararitäten. Auch Erdäpfel bekennen Farbe. „Vor fünf Jahren war es noch sehr mühsam, blaue Erdäpfel zu verkaufen, mittlerweile ist es ein Hype, es gibt sogar blaue Kartoffelchips“, sagt Franco Baumeler, Leiter des Arche-Noah-Schaugartens. Dieses bisschen Mehr an Angebot kann ihn allerdings nicht besonders beeindrucken: „Wir arbeiten hier mit 180 Erdäpfelsorten. In der Genbank in Deutschland finden sich 3000 und in Südamerika sogar um die 5000 Sorten.“ Immerhin: Bei den Erdäpfeln hat sich im Vergleich zu

Von unten nach oben: die süßlich duftende Blüte der Schlangengurke, die Frucht selbst, darüber Andenbeeren (Physalis) und zuletzt – alles Gurken!

Wissenswert

Das Samenarchiv der Arche Noah in Schiltern in Niederösterreich birgt einen Schatz von mehr als 5500 gefährdeten Kulturpflanzen. Saatgut und Jungpflanzen werden auch online zum Verkauf angeboten: shop.arche-noah.at

Termin. Von 28. bis 30. April finden in der Arche Noah die Bio-Jungpflanzen-Markttag statt.

Details unter

www.arche-noah.at



„Alles Erdapfel“ rechts im Bild, mittig dann ein Ausflug in die Melanzani-Welt

Vom Hunger auf mehr Vielfalt auf dem Teller

Vom Einheitsbrei haben wir mehr als genug. Warum Obst- und Gemüseraritäten nicht nur optisch eine Bereicherung für uns sind.

manch anderem Gemüse schon viel getan.

„Gurken zum Beispiel gehören noch zum verlorenen Gemüse“, sagt der Gemüsebauforscher Wolfgang Palme von der Höheren Bundeslehr- und Forschungsanstalt Schönbrunn, der sich seit vielen Jahren für Gemüseraritäten starkmacht. „Wir kennen Gurken nur im Salat oder als Tsatsiki. Dabei eig-

nen sich viele Sorten hervorragend für den Wok oder zum Grillen“, lautet seine Botschaft. Gute Beispiele dafür seien die Schwammgurken (Luffas) mit ihren zylindrischen, zucchini-ähnlichen Früchten, die sich in Scheiben geschnitten hervorragend zum Herausbacken in etwas Fett oder zum Grillen eignen. Für diese Zubereitung eignen sich auch Schlangengurken

(auch Haarblume oder Schlangenhaargurken genannt), deren Fruchtfleisch nach Zuckerkürbis und Spargel schmeckt. „Die Pflanze macht sich auch als dekoratives Element im Hausgarten gut“, sagt Palme. Die Blüten der Schlangengurke sind nämlich eine einzigartige Pracht.

Für eine Bereicherung der Angebotspalette, für wahre Vielfalt auf dem Speiseteller sprechen etliche Gründe. Aber keiner ist so eindrucksvoll wie dieser: der Geschmack. „Vollmundig“ beschreibt ihn Baumeler. „Ein Topf voller Gemüseraritäten schmeckt auch ohne jedes Gewürz, mit nur ganz wenig Salz.“

Neben dem Geschmack und der Optik überzeugen auch die Inhaltsstoffe. „Generell ist die Nährstoffdichte in Obst und Gemüse besser, je weniger es auf Leistung gezüchtet wird“,

sagt die Ernährungswissenschaftlerin Andrea Fičala.

Der Substanzverlust von Obst und Gemüse aus der Massenproduktion zeigt sich in vielen Details: „Radieschen aus dem Supermarkt sind meistens nicht mehr scharf, die Senföle werden heruntergezüchtet, weil es die Österreicher nicht so scharf mögen. Senföle sind aber wichtig für unser Immunsystem. Oder nehmen wir die Polyphenole in den Äpfeln, das sind antioxidativ wirksame Substanzen, die auch wichtig sind, um Allergene zu inaktivieren: Sie werden im Apfel heruntergezüchtet, weil die Früchte dadurch süßer werden und sich nach dem Anschneiden weniger verfärben,“ erklärt Fičala.

Andererseits: Lebensmittel mit sensationellem Geschmack bleiben selten lange liegen, wie wir wissen.

5 Euro Gutschein

Mit diesem Gutschein erhalten Sie das Magazin „Besser leben, besser essen – so geht’s“ bei SPAR, EUROSPAR und INTERSPAR (Steiermark, Kärnten, Osttirol) vom 9. April bis 5. Mai 2018 zum Preis von 4,90 statt 9,90 Euro.

Keine Barablöse möglich. Solange der Vorrat reicht.

Gutschein zum Herunterladen auf: kleinezeitung.at/magazin

SPAR EUROSPAR INTERSPAR



KLEINE ZEITUNG

Mehr im neuen Magazin!

Besser leben, besser essen – so geht’s! Im neuen Gesundheitsmagazin der Kleinen Zeitung erfahren Sie mehr über versteckte Zuckerfallen, gesunde Fette und Wege zum Wunschgewicht. 72 Seiten. 9,90 Euro.

Erhältlich in allen Büros der Kleinen Zeitung, in ausgewählten Trafiken.

Mit Gutschein (siehe rechts) exklusiv bei Spar um 4,90 statt 9,90 Euro.

