



WO DIE PATSCHEN WACHSEN UND WO EIN DORF IM DORF ENTSTEHT

Wie wenig man braucht für ein gutes Leben“, hatte ein Start-up zu seinem Motto ausgerufen und mit energieautarken, ökologisch sauberen Mini-Heimen wirtschaftlich gepunktet. Jetzt ist es mit Gleichgesinnten aufs Land gezogen, um gleich ein ganzes Dorf durch regionale Autarkie zukunftsfit zu machen (Seite 8). Da nur selten ein Dorf für gesellschaftliche Experimente zur Verfügung steht, beginnt so mancher Veränderungswillige erst einmal bei sich im eigenen Garten. Gerade Jüngere, so zeigt eine Studie von Gardena, sind bei nachhaltigkeitsbezogenen Themen hoch engagiert und meinen, mit dem Anbau eigener Lebensmittel einen wesentlichen Beitrag gegen den Klimawandel leisten zu können. In Österreich sind es 92 Prozent. Da interessiert es wohl auch, Neues aus einer Nische zu hören, zum Beispiel, dass und wie veganes Gärtnern funktioniert (Seite 14). Oder, dass der Mensch mit seinem Mikrobiom über einen „inneren Garten“ verfügt, der in den vergangenen Jahren zunehmend wissenschaftlich erforscht wurde (Seite 16). Schnell noch einmal zurück zu handwerklich gefertigten, sauberen Produkten: Jetzt wird das Gras geerntet, aus dem Patschen sind, wie sie schon Ötzi trug und die jetzt in Paris Mode machen (Seite 10).

Ingrid Freisenegger

GRUENEWELT@KURIER.AT

Zum Nachlesen können Sie alle bisherigen Ausgaben als PDF anfordern: gruenewelt@kurier.at

Da haben wir den Salat! Der Weltmeister im Salatmixen hat 537 verschiedene Pflanzen in einer Schüssel vereint. Darunter viele Blüten und Knospen. Spitzenköchen geht es um den Eigengeschmack der Blüten



Beim Verkosten kribbeln die Blüten der Parakresse oder Prickelblume auf der Zunge, der blaue Borretsch ist ein Dekor-Klassiker

BLÜTENGARTEN AUF DEM TELLER

Zartgrüne Rucola-Blüten für den Salat und die der Prickelblume zum Champagner – die Sommerküche lässt sich nicht nur vom Blumengarten inspirieren, sondern auch vom Gemüsebeet.

Der Ferne Osten hat es uns vorgemacht, Blütenessen ist dort Teil der Lebenskultur und hat in Asien eine lange Tradition. In den USA setzten Trendsetter schon in den 80er-Jahren darauf. Doch auch bei uns bekommen Klassiker des Blütenverspeisens wie Zucchini und Kapuzinerkresse laufend Zuwachs – aus dem Blumen-, aber auch aus dem Gemüsegarten. Nur keine Beißhemmung! Die Schönheiten sind mehr als ein Augenschmaus und viel zu schade, als Dekor

am Tellerrand liegen zu bleiben. Spitzenköche haben längst deren Eigengeschmack entdeckt und auch die City Farm (die in Schönbrunn ihre Anfänge hatte, jetzt aber im Wiener Augarten zu Hause ist) zählt zu den Wegbereitern der Blütenküche. Mehrgängige Gourmetmenüs mit Blüten wurden dort schon komponiert und an schönen Sommerabenden festlich im Freien serviert (Bilder rechts). Ein Informationsblatt zur Blütenküche, das online bestellt werden kann, liefert Anregungen für ein Blütenfest zu Hause. „Was die Beschreibung der Geschmackserlebnisse betrifft“, meint Wolfgang Palme, Gemüseexperte und Cityfarmleiter, „müssen wir erst, wie beim Wein, einen kreativen Wortschatz erfinden“. Begonien schmecken „erfrischend säuerlich“, Taglilien „saftig, samtig, manche süß mit einem pfeffrigen Abgang“. Ein schräges Geschmackserlebnis bieten die gelb-roten Blütenköpfchen der Parakresse, auch Prickelkopf genannt (Bild rechts oben). Sie, aber auch die Blätter der Pflanze (eines

FOTOS: CFA



Es ist angerichtet: Blütensalate oder gefüllte Taglilienkelche erfreuen das Auge als attraktive Vorspeisen. Als besonders wohlschmeckend gilt die Hemerocallis citrina



Bühne frei für das Blütendinner: Ingrid Greisenegger und Wolfgang Palme von der City Farm Augarten, die zu den Wegbereitern der Blütenküche gehört, haben „Gelierte Taglilienblüten-Suppe“ im Garten vorbereitet. Rezept auf Seite 5



Blütenzauber aus dem Gemüsebeet: Bisher kaum beachtete Blüten werden für die Sommerküche entdeckt. Beispielsweise die von Rucola und die der Schlangenhaargurke

Korbblütengewächses), verursachen schon in kleinen Mengen ein Kribbeln im Mund und auf den Lippen, wie Brausepulver. Feinspitze würzen damit Austern und spülen mit Champagner nach. Die Heckenrose wiederum wird nicht nur wegen ihres „Wildkirschgeschmacks“ geschätzt, sondern auch, weil sich ihre gelben Staubgefäße als preisgünstiger Safran-Ersatz verwenden lassen.

Mutig gemixt

Stephen Barstow, ein norwegischer Veggie-Spezialist und Buchautor, hält den Weltrekord im Blütensalatsmixen. Seine Spitzenleistung: 537 verschiedene Pflanzen vereint in einer Schüssel, darunter eine Vielzahl an Blüten und Knos-

pen. Dass man damit nicht konkurrieren kann, sollte niemanden entmutigen, im eigenen Garten und auch im Balkonkisterl nachzusehen, was sich da alles zum Mixen eignet. Johann Reisinger, ein Pionier der Blütenküche und Kulinarikberater der City Farm, hat für Blütensalate ein eigenes Dressing entwickelt, das sich auszuprobieren lohnt. Zuerst werden die Blüten mit etwas Honig beträufelt, was ihren Duft verstärkt. Zitronenspritzer verleihen dem Salat eine frische Note, dazu kommt noch Weintraubenkernöl. Interessantes und Schönes lässt sich auch im Gemüsegarten entdecken. Nur die Blüten der Nachtschattengewächse, also die von Erdäpfeln und Paradeisern, enthalten Giftstoffe. Aber auch unter den

FOTOS: CFA (2), JEFF MANGIONE (2)

Zierpflanzen gibt es giftige: von Akelei über Maiglöckchen bis Stechapfel und Tollkirsche. Unbedenklich und attraktiv hingegen sind beispielsweise die blauen Blüten des Borretsch: in Salaten, kandiert, frei in Getränken schwimmend oder in Eiswürfeln eingefroren in der Bowle. Als ausgefallene Dekoration erfreut auch die zarte Schönheit der Blüte der Schlangenhaargurke, deren weiße, feingefiederte Blüten noch dazu süß duften. Blütenküche ist nicht schwierig, sofern man gerne experimentiert und einige Grundregeln einhält. So sollten essbare Blüten immer erst kurz vor dem Verzehr geerntet werden, weil sie rasch an Frische und Farbe verlieren. Bei vielen Pflanzen ist es zu empfehlen, die grünen Hüll-

und Kelchblätter, bei einigen auch die Staubgefäße und Stempel, zu entfernen, weil sie bitter schmecken. In jedem Fall sollte man aber von Blüten unbekannter Herkunft die Finger lassen. Die, die auf dem Teller landen, dürfen nicht gespritzt sein. Bei Blumen, die man kauft, ist das keine Selbstverständlichkeit. Denn im Gegensatz zum Gemüseanbau gibt es im Zierpflanzenbereich keine gesetzliche Regelung für bestimmte Wartezeiten nach der Schädlingsbekämpfung. Bisher wurden sie allerdings auch kaum verspeist.

INGRID GREISENEGGER

Information

Erlebnis- und Lerngarten im Augarten:
www.cityfarm.wien
Infoblatt „Essbare Blüten“: info@cityfarm.wien

Leichte Sommerkost GELIERTE TAGLILIENBLÜTEN- SUPPE MIT ZIEGENFRISCHKÄSE

ZUTATEN:

- 8–10 Taglilienblüten
- 2 weiße Zwiebeln
- 1 Petersilienwurzel
- 1 kleiner Lauch
- 2 gelbe Karotten
- 1 EL Öl, Salz
- 1 Liter Wasser
- 1 Messerspitze Agar-Agar
- 200 Gr. Ziegenfrischkäse

ZUBEREITUNG:

- Das Wurzelgemüse gut säubern, mit der Schale in kleine Stücke schneiden, in Öl bei mittlerer Hitze 15 Minuten schmoren lassen, ohne es stark zu bräunen.
- Mit Wasser auffüllen, eine Stunde kochen lassen und abseihen.
- Die Blüten in den kochend heißen Sud einlegen, zugedeckt 8–10 Minuten ziehen lassen, mit Salz würzen, dann durch ein Leinentuch abseihen, etwa $\frac{1}{8}$ des Suds wegnehmen und leicht abkühlen lassen.
- Darin Agar-Agar verrühren und mit dem Blütensüppchen mindestens zwei Minuten kochen lassen.
- Die Blütensuppe in einem tiefen Teller anrichten und im Kühlschrank gelieren lassen.
- Das Gericht mit Ziegenfrischkäse und Taglilienblüten servieren.
- Hervorragend schmecken dazu dünne Scheiben Walnussroggenbrot in Butter kross gebraten.
- Wenn man es gerne etwas würziger haben möchte, kann man statt Taglilienblüten Kapuzinerkresseblüten verwenden.

Rezept für 4 Personen von
Haubenkoch Johann Reisinger