

Wozu in die Ferne schweifen – denn das Gute wächst so nah...

Exotenersatz aus dem eigenen Garten

Auch wenn der Klimawandel einigen exotischen Kräutern, Obst- und Gemüseraritäten hierzulande die Gartentür zu öffnen scheint – manche tropischen Nutzpflanzen werden es wohl nie schaffen, bei uns heimisch zu werden. Es ist kaum vorstellbar, dass Ananas oder Schwarzer Pfeffer jemals bei uns ohne großen Aufwand üppiges Wachstum zeigen und nennenswerten Ertrag bringen werden. Das heißt aber nicht, dass wir auf diese exotischen Geschmacksrichtungen und Gerüche im eigenen Garten verzichten müssen, wenn wir uns konsequent regional ernähren wollen. Zahlreiche Kräuter oder Gehölze, die botanisch in gar keinem Zusammenhang stehen, schmecken oder riechen zum Verwechseln ähnlich und lassen sich in der Küche vergleichbar einsetzen.

Kommen Sie mit auf eine Reise durch die Welt der Exoten-Doppelgänger, die unsere Gärten zu (Ersatz-)Tropenparadiesen machen können!

Scheinquitte statt Zitrone ¹

Zitronen sind aus dem täglichen Alltag kaum wegzudenken. Vom Getränk bis zum Dessert finden sie in unseren Küchen vielfältige Anwendungen. Und Zitrusgewächse sind in Gärten beliebte botanische Sammlerobjekte geworden. Solche Topfpflanzen bringen tatsächlich auch Früchte hervor, die man genießen kann. Sie benötigen aber einen geeigneten frostfreien Überwinterungsplatz in Form eines beheizbaren Gewächshauses oder Wintergartens. Bezüglich Düngung und Pflanzen-

schutz sind diese Schützlinge nicht ganz unkompliziert zu pflegen.

Insofern ist es eine gute Nachricht, dass sich mit der **Zier- oder Scheinquitte** (Gattung *Chaenomeles*) eine robuste, frostharte Ersatzpflanze anbietet. Scheinquitten sind beliebte Hecken- und Ziersträucher in Parkanlagen oder Gärten. Sie blühen im Frühling auffällig orange-rot und bilden meist unzählige gelbe, feste Früchte im Herbst. Kaum bekannt ist die Tatsache, dass diese essbar sind. Sie sehen Quitten sehr ähnlich, duften auch angenehm, sind aber deutlich kleiner. Aufgrund des ausgeprägten Sauergeschmacks und der unkomplizierten Winterhärte wird die Zierquitte auch „Zitrone des Nordens“ genannt.

Scheinquitten wachsen bis zu 1,50 hoch, fast ebenso breit und lieben einen sonnigen bis halbschattigen Standort. Die reifen Früchte sind sehr Vitamin-C-haltig und können in Scheiben geschnitten in Limonaden und Süßspeisen verwendet oder zu Gelee verarbeitet werden. So ersetzen sie tatsächlich Zitronen auf genussvolle Weise. **Für Scheinquitten besteht aktuell laut Feuerbrandverordnung in Tirol ein Auspflanzverbot!**

Zitronenverbene ² (*Aloysia citrodora*)

Übrigens: auch die **Zitronenverbene** (*Aloysia citrodora*) als wunderbare Tee- und Aromapflanze hat einen klaren Zitronenduft und -geschmack zu bieten. Die Blätter aromatisie-

ren Trinkwasser, wenn man Triebspitzen einfach in den Wasserkrug einlegt. Aber auch bei der Teezubereitung kommt der wunderbare Zitronengeschmack zur Geltung. Leider sind die Pflanzen nicht frosthart und müssen als Kübelpflanzen über den Winter in einen hellen, kühlen Raum oder in ein Überwinterungsglashaus. In der City Farm Augarten bekommen unsere Zitronenverbene – über den Sommer in Beeten ausgepflanzt – einen fixen Platz im Garten. Im Spätherbst graben wir sie

2 Zitronenverbene verholzen und werden mit den Jahren imposante Kübelpflanzen. Das klare Zitronenaroma wird in Säften und Teemischungen geschätzt.

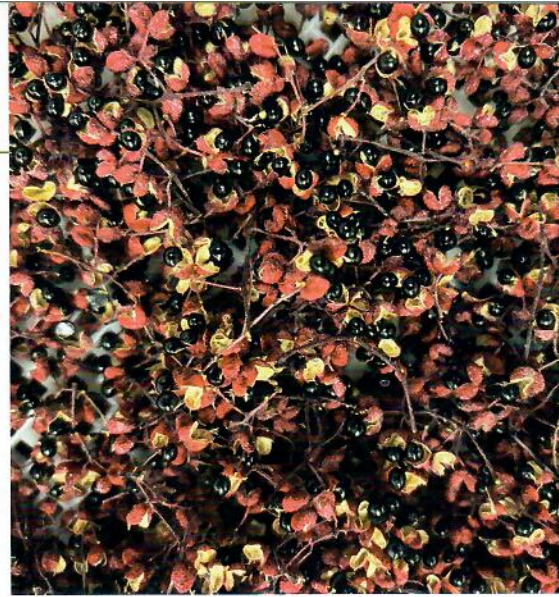




1 + 3 Der Kräuterhügel der City Farm beherbergt einige mediterrane, winterharte Gewürzkräuter. Im Vordergrund sind die hellgrünen Polster des Olivenkrauts zu erkennen.



4 Der Ananassalbei bildet kräftige Triebe, die laufend geerntet werden können. Dadurch verzweigt sich die Pflanze umso stärker und entwickelt einen buschigen Wuchs.



5 Die ganzen Samenstände des Szechuanpfeffers werden im Herbst geerntet und getrocknet. Etwas mühsam gestaltet sich das Absieben und Abtrennen der runden, schwarzen, unaromatischen Samen.

aus, schneiden sie radikal zurück (diese üppige Blatternte wird getrocknet und für Teemischungen verwendet), topfen sie ein und bringen sie ins Winterquartier.

Olivenkraut statt Oliven **3**

Olivenzpflanzen sind klimawandelbedingt bereits bei uns angekommen. Sie sind zweifelsohne robuster und winterfester als Zitronen, aber trotzdem Kinder des Südens. Besondere frostharte Sorten erlauben durchaus eine Dauerauspflanzung auf geschützten, vollsonnigen Plätzen. Bei frostfreier Überwinterungsmöglichkeit haben sie sich bei uns ohnehin schon längst einen Platz im Kübelpflanzensortiment erobert. Trotzdem sieht es mit den Erntemengen und der Verarbeitungskompetenz hierzulande noch etwas dürrig aus. Olivenfrüchte können nämlich aufgrund ihres Bittergeschmacks nicht einfach gepflückt und roh genossen werden. In einer speziellen Zubereitungsprozedur werden sie zuerst mehrere Tage lang ausgewaschen und dann in Salzlake eingelegt. Erst nach frühestens 6 Wochen sind sie dann genussreif.

Da funktioniert es mit dem Olivenkraut (*Santolina virens*) wesentlich einfacher. Dieser immergrüne, verholzende Halbstrauch passt bestens ins Mediterrankräuterbeet zu Thymian und Rosmarin. Er ist absolut winterfest und anspruchslos, wenn er auf einem sonnigen, wasserdurchlässigen Standort wächst. Die nadelförmigen Blätter riechen täuschend echt nach eingelegten Oliven. Leider schmecken sie aber nicht ganz so intensiv. Trotzdem

eignen sie sich wunderbar für die Zubereitung von Kräutersalz oder zum Würzen überall dort, wo man in Aufstrichen oder Salaten Olivenaroma einbringen möchte. Allen eingefleischten Oliven-Fans wird das freilich als vollwertiger Ersatz nicht reichen.

Ananassalbei statt Ananas **4**

So ähnlich ergeht es uns bei den Ananasfrüchten. Dass das Aroma des Ananassalbei (*Salvia elegans*) seinem Namen alle Ehre macht, kann den Genuss der Südfrucht nicht ganz ersetzen. Faszinierend ist die Aromavielfalt der Salbeiarten und -sorten (von Apfel, Pfirsich bis Johannisbeere).

Im Falle des Ananassalbei genießen wir die Exotennote der Blätter und Blüten in Sommergetränken oder Süßspeisen. Ananassalbeipflanzen entwickeln sich zu üppigen, bis zu 1,5 m hohen Blütenstauden. Wenn man laufend Triebe erntet, verzweigt sich die Pflanze und wird sehr schön buschig. Leider ist der Ananassalbei nicht frosthart und muss deshalb im Herbst eingeräumt werden.

Szechuanpfeffer statt Schwarzem Pfeffer **5**

Dass der Echte oder Schwarze Pfeffer (*Piper nigrum*) in der Antike und im Mittelalter zu den teuersten Gewürzen zählte, weil er auf weiten Handelswegen nach Europa kam, ist heute kaum mehr nachvollziehbar. Inzwischen ist er im Lebensmittelhandel unkompliziert zu erstehen und findet als Standardgewürz in unserer Küche tägliche Verwendung. Das

darf aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass Pfeffer nur in tropischen Ländern wie Indien, Indonesien oder Brasilien wächst. Immer noch muss er über weite Strecken transportiert und aus der Ferne importiert werden.

Der Szechuanpfeffer (*Zanthoxylum piperitum*) stammt zwar ursprünglich auch aus Ostasien, eignet sich aber wegen seiner absoluten Frosthärte bestens, bei uns als Gartengehölz Fuß zu fassen. Noch ist der stachelige, sparrig wachsende Exot hierzulande kaum zu finden. In China hingegen kann der Szechuanpfeffer buchstäblich als namengebend und prägend für die Sichuan-Küche bezeichnet werden. Das intensive Aroma der Fruchtschalen am Samenstand der Pflanze hätte auch bei uns durchaus mehr Beachtung verdient. Szechuanpfeffersträucher wachsen sehr unkompliziert auf sonnigen Standorten im Garten. Sie entwickeln über die Jahre einen sehr breiten, ausladenden Habitus mit Wuchshöhen bis 4 m. Im Herbst reifen die Samenstände und werden geerntet, getrocknet und ausgelöst. Dazu trennt man die runden, schwarzen, unaromatischen Samen von den Fruchtschalen ab, weil sie bei der Verwendung stören würden. Das ist etwas mühsam, zahlt sich aber aus. Denn die reinen, getrockneten Fruchtschalen kann man in die Pfeffermühle füllen und überall dort zum Würzen verwenden, wo man sonst Pfeffer einsetzt. Szechuanpfeffer schmeckt scharf, zitronig und nach ätherischen Ölen. Auf Zunge und Lippen zeigt er eine seltsam analgetische Wirkung.



6 Currykraut



7 Die Schokominze bildet dichte Bestände mit Ausbreitungstendenz im Beet. Der verblüffende After-Eight-Geschmack der Blätter lässt sich in Süßspeisen nutzen.

Currykraut statt Curry **6**

Zugegeben: ein echtes Gemüsecurry kann durch gar nichts ersetzt werden. Denn Currypulver ist eine einzigartige Gewürzmischung, die je nach Rezeptur aus Kurkuma, Koriandersamen, Fenchel, Zimt, Kardamom, Kreuzkümmel, Bockshornklee und vielen anderen Zutaten besteht. Unverwechselbar ist auch die intensive gelbe Farbe dieses Gewürzklassikers. Aber erstaunlich ist es schon, wie nah der Geruch des Currykrauts (*Helichrysum italicum*) an diese Aromakomposition herankommt. Der deutsche Name „Italienische Strohblume“ klingt fast zu banal für dieses wunderbar duftende Gartengewächs, das standortmäßig am mediterranen Kräuterhügel gut untergebracht ist. Die typischen ätherischen Öle, die geschmacks- und geruchsgebend sind, aber darüber hinaus auch noch eine antioxidative, entzündungshemmende Wirkung haben, bilden sich vor allem wäh-

rend heißer Sommerwochen. Zum Würzen mit Currykraut werden junge Blätter oder ganze Zweige mit Reis oder diversen Saucen mitgekocht und vor dem Essen entfernt. Eine gelbfärbende Wirkung hat das leider nicht.

Das Currykraut wird im Frühling über Stecklinge vermehrt und auf einem lockeren, waserdurchlässigen Boden ausgepflanzt. Winterausfälle kann es bei extremer Kälte und hoher Winterfeuchtigkeit geben.

Schokominze statt „After Eight“ **7**

Minzen zählen zu gerne genutzten Klassikern im Kräutergarten. Mit ihren unterirdischen Ausläufern und ihrem kriechenden Wuchs neigen sie zwar dazu, sich im Beet raumgreifend auszubreiten und invasive Wirkungen zu zeigen – was uns aber oftmals gar nicht stört, weil Minzen regelmäßig geerntet werden können und vielseitig einsetzbar sind. Generell

bevorzugen sie einen feuchten, halbschattigen Standort. Die beeindruckende Geruchs- und Geschmacksvielfalt der Pfeffer-, Apfel-, Orangen- und Zitronenminzen wird in Getränken, Teemischungen oder Süßspeisen geschätzt. Natürlich sind in unserem Sinne viele davon als Exotenersatz geeignet. Hier aber möchte ich besonders die Schokominze (*Mentha x piperita* var. *piperita*) erwähnen, weil sie im heimischen Garten den Kakaotrauch ersetzen kann, der ja tatsächlich bei uns kaum jemals wirklich eingebürgert werden wird. Es ist verblüffend, wie geschmacklich überzeugend die Schokominze auftritt. Meine Frau kocht die Blätter in Milch aus und macht in der Eismaschine ein täuschend echtes After Eight-Eis daraus. Um das auch farblich authentisch hinzubekommen, ist dann allerdings, ehrlich gesagt, etwas grüne Lebensmittelfarbe im Spiel.

 DI Wolfgang Palme

Blumen von den Tiroler Gärtnern

Zimmerpflanzen für Ihr Wohlbefinden

- Robuste Pflanzen – nachhaltig und regional
- Professionelle, persönliche Beratung

Die Tiroler Gärtnern in Ihrer Nähe finden Sie unter:

tirol.lko.at/tiroler-gaertner



Die Tiroler Gärtnern | Erwerbsgartenbauverband Tirol, Brixner Straße 1, 6020 Innsbruck, Tel. +43 5 92 92-1505, bernhard.pless@lk-tirol.at