

207-1917

156

Unbenützte Nahrungsmittel.

Unter dem Titel „Was alles nicht gegessen wird!“ bringt die Bibliothek der Unterhaltung und des Wissens folgende Mitteilung von Franz Josef Friedrich:

Die stetige Zunahme der Menschheit stellt naturgemäß auch an die Herbeischaffung von Lebensmitteln erhöhte Anforderungen, und man sollte glauben, daß die Bevölkerung schon um einer Preissteigerung zu begegnen, zu neuen Nahrungsmitteln greifen würde, die sie bis jetzt aus irgendwelchen Gründen heranzuziehen verschmäht hat. Dies ist indessen nicht der Fall. Ein konservativer Zug im Volke läßt eher die Einfuhr fremder Bodenerzeugnisse zu, als daß die Hilfsmittel der engeren Heimat ausgenützt würden. Gute und schmackhafte Kost, die oft in Hüfte und Kiste vorhanden ist, wird aus Vorurteil oder Unkenntnis verschmäht, wie dies beispielsweise mit dem Kaninchen- und Pferdefleisch der Fall ist. Und wie viele gibt es, die es über sich bringen, ein Eichkätzchen zu verschlingen? Und doch liert unsere ganze Tierwelt keinen zarteren, schmackhafteren Broten als eben unser heimliches Meßchen, oft das übrigens unsere Kostgüter nicht gerade am besten zu sprechen sind.

Aber auch die Pflanzenwelt birgt so manche Schätze, die nur von wenigen gehoben werden. Von mehrliefernden Gewächsen ist da in erster Linie die Rostkastanie (*Aesculus hippocastanum*) zu erwähnen. So bitter ihre Früchte schmecken, so liefern sie doch, gemahlen und zur Entfernung des Bitterstoffes mit Alkohol behandelt, ein treffliches und äußerst nahrhaftes Mehl, das sich wie jedes andere verwenden läßt und massenhaft und billig hergestellt wäre. Desgleichen geben die Samenkörner der Schwade (*Festuca poa*) gutes Mehl und Gerste, ebenso die Fruchtkerne der Wasserfuß (*Trapa natans*). Nebenbei sei bemerkt, daß die Rentierflechte (*Cladonia rangiferina*), das isländische Moos (*Cetraria islandica*) und die Beeren des Vogelbeerbaumes (*Sorbus aucuparia*) hier und da mit Mehl vermischt zum Brotbacken verwendet werden.

Ganz gleichwertig dem Spinat, wenn nicht noch besser, schmecken die roten Blätter der Hundsmelde (*Chenopodium bonus Henricus*) und der Brennnessel (*Urtica urens*), während die Sprossen des gemeinen Meerkohls (*Crambe maritima*) den Kohl vollständig zu ersetzen vermögen. Auch die knollige Wurzel von Topinambur (*Helianthus tuberosus*) ist essbar, und bekanntlich werden die Blütenstände des Solunders in manchen Gegenden gebaden gegessen, während man aus den reifen Beeren Mus und Suppe bereiten kann. Wie Spargel schmecken ferner die jungen Blätter der Farnkräuter und die jungen Triebe des Hopfens (*Humulus lupulus*). Auch die Blätter der Bichorie (*Cichorium intybus*) bieten ein gutes Gemüse und sind übrigens auch als Salat essbar. Salat läßt sich auch noch aus den Stengeln und Blättern des Boretsch (*Borrago offic.*), aus der geackten Wurzel der

gelben Kapuzinerblume (*Oenothera biennis*), aus den gelbrotten Blumen der Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*), aus den jungen Blättern des Löwenzahnes (*Taraxacum offic.*), den Fruchtböden der Eberwurz (*Carlina acaulis*), den Blüten der Becherblume (*Poterium sanguisor*), aus den Trieben des Mäusebarns (*Buscus aculeatus*), aus dem Köpfelkraut (*Cochlearia offic.*) u. a. m. bereiten.

Noh genießbar sind die Beeren des Erdbeerspinats (*Blitum capitatum*), die kleinen Wurzelknollen des Cypergrases (*Cyperus esculentus*), die Frucht der Wasserfuß (*Trapa natans*), die gelbe schuppige Zwiebel des Türkenbundes (*Lilium martagon*), der Fruchtboden des Nierenbaumes (*Anacardium occidentale*), der Samen der Kleeappel (*Malva rotundifolia*), die Früchte des Weißdorns (*Crataegus*), die Knollen der Adernuß (*Lathyrus tuberosus*), die Frucht des Erdbeerbaumes (*Arbutus unedo*) usw.

Auch Gewürze fehlen in unserer heimischen Flora nicht. Da gibt es den milden Schwarzkümmel (*Nigella arvensis*), den Waldmeister, den Sauerampfer (*Rumex acetosa*), den scharfen Meerpeffer (*Sedum acre*), die Becherblume (*Caltha palustris*), deren Blütenknospen den Kavern gleichkommen, das Bohnenkraut (*Satureja hortensis*), Wacholderbeeren und noch verschiedene andere.

Del liefern die Samenkörner der Rumpfnuß (*Staphylea pinnata*), die Rotbuche und der Rußbaum.

Aber auch mit Kaffeesubstituten, und nicht gerade den schlechtesten, versorgt uns Wald und Flur. So gibt der kleine Wurzelknollen des Hypergrases geröstet ganz guten Kaffee, desgleichen der Same der Kaffeewide (*Astragalus halleicus*), und die Beere des Solunders. Daß Eicheln und Bichorie seit langem dazu verwendet werden, ist bekannt.

Ein ausgezeichneten aromatischen Tee können wir uns aus den frischen Blättern der Erdbeere bereiten, aber auch jene der Brombeere, des Alpenragant (*Astragalus alpinus*), der Spierstaude (*Spiraea ulmaria*) und des Mais sind dazu zu verwenden.

Alkoholische Getränke sind so ziemlich aus allen zuckerhaltigen Früchten zu erzeugen, und tatsächlich werden hier und da Stachelbeeren, Johannisbeeren, Schwarabeeren, Preiselbeeren, Brombeeren, Äpfel, Birnen, Kornelkirschen dazu benützt. Aber auch aus dem Saft der Birke kann man ein dem Champagner ähnliches Getränk fabricieren; desgleichen wird der Saft der Berreiche (*Quercus corris*) getrunken.

Den notwendigen Zucker stellt uns der Ahorn, namentlich der Zuckerahorn, zur Verfügung, dessen eingedickter Saft in manchen Gegenden Nordamerikas ausschließlich zu diesem Zweck benützt wird und dort den Rohzucker ganz verdrängt hat.

Als Ersatz für Tabak wird eine Anzahl von Pflanzen herangezogen, namentlich aber die Blätter des Rußbaumes, der Erdbeere, der Eiche, des wilden Sumachs (*Rhus*),

der Weichleitsche, der Sonnenblume, des Maulbeerbaumes, der Kornelkirsche, der Buche, des Mais, des Baldrian, der Brennnessel, des Sauerampfers, des weißen Steinklee usw. geraucht, während Rosenblätter, Waldmeister, Lungenkraut, Bönne meist als Tabakwürze dienen.

Und damit wir uns nach der Mahlzeit auch die Hände waschen können, stellt uns das heimische Seifenkraut (*Saponaria offic.*) seine Wurzel als Seife zur Verfügung.

Wie wir aus dieser kleinen, nichts weniger als vollständigen Zusammenstellung ersehen, bieten uns Wald und Feld gar vieles Gute, das leider größtenteils unbeachtet und unbenützt bleibt. Und doch handelt es sich oft nicht um Surrogate, sondern um wertvolle Nahrungsmittel, die vielfach wild, als Unkraut gedeihen, oder sich mit wenig Mühe dem Gemüsegarten einverleiben lassen. Da gilt es nicht, landfremde Pflanzen unserem Klima anzupassen, wir haben bodenkundige Gewächse vor uns, und alles, was wir zu tun haben, wäre eigentlich nur — sie zu benützen.