

Wildwachsende Gemüse.

Wir erhalten folgende Zuschrift:

In Ihrem Aufsatz über Ersatzgemüse vermiße ich unter anderem auch einen „Spinat“, der wohl alle Notgemüse übertrifft und dabei sehr leicht zu beschaffen ist. Dies ist der „Gute Heinrich“ (*Chenopodium Bonns Henricus*), ein überall wachsendes Unkraut, das an Zartheit und Wohlgeschmack wohl dem wirklichen Spinat vollkommen gleichgestellt werden kann. Wir essen jedes Jahr im Frühling Brennesseln, weil diese wirklich vortrefflich sind, wenn man sie (was sehr wichtig ist) durch ein Paarsieb treibt; auch die Farbe des fertig gekochten Gemüses ist sehr einladend, ein prächtiges helles Grün; aber an Wohlgeschmack erreicht es den „Guten Heinrich“, der etwas später als die Nessel kommt, keineswegs. Die Pflanze wurde so benannt, weil sie ein guter Freund der Armen ist, das heißt eine billige Kost liefert; und sie verdient ihren Namen vollauf, und jetzt erst recht, wo man für die „Zuspeis“ allein schon einen gewöhnlichen Tagelohn verbraucht, vielmehr verbrauchen würde, wenn man die kleinen hungrigen Mäuler stopfen will. Vielleicht versuchen es einige Frauen; wenn es schmeckt, verbreitet sich das schon von selbst, vorausgesetzt, daß Sie die Freundlichkeit hätten, diesen Ausführungen gelegentlich ein Blättchen in unserem Blatte zu gönnen. Mit freundlichem Parteigrüß Melanie K., Wiener-Neustadt.

Wir möchten diese schätzenswerten Mitteilungen dahin ergänzen, daß man den Guten Heinrich aber genau von den anderen widerlichen Gänsefußarten unterscheiden muß, die mit ihm das Proletariatsdasein auf Schutthaufen, an Dorfsträßen, Dingerhaufen u. s. w. teilen. Der Gute Heinrich ist allerdings unverdient unter diese Landstreicher der Pflanzenwelt geraten, denn es ist in ihm etwas Tüchtiges und Nützlichcs. Den Guten Heinrich oder Schmeckel sah man vor Zeiten, und zwar die jungen Triebe und die Blätter, die als Gemüseersatz um so willkommener sind, als sie vor dem im Garten und Feld gebauten Frühgemüse erscheinen. Vermutlich ist der Gute Heinrich einmal kultiviert gewesen und seit damals in Menschennähe geblieben. Heinrich ist altdcutisch gleichbedeutend mit dem „König des Heims“ und damit hängt die englische Bezeichnung für die kulturhistorisch interessante, vom Unverständigen mit Füßen getretene Pflanze zusammen: Good king Henry (der gute König Heinrich). Im heutigen Griechenland ist der Gute Heinrich ein wohlbelanntes Volksnahrungsmittel unter dem Namen „wilder Spinat“.

An Spinat erinnert auch die Gestalt der spießförmig-dreieckigen Blätter bei der bis über einen halben Meter hoch werdenden Staude. Doch ist die ganze Pflanze wie mehlig bestäubt und etwas klebrig. Die unscheinbaren grünlichen Blütenknäuel stehen an den seitlichen Blütenstengeln und entwickeln sich zu linsenförmigen Früchtchen mit schwarzbraunen, glänzenden Samen, die von dieser und anderen Gänsefußarten in Hungerzeiten besonders in Rußland unter das Brot gebacken wurden. Die Volksmedizin bedient sich der Blätter des Guten Heinrich als erweichendes und reinigendes Mittel oder verwendet sie zur Kühlung von Wunden. Durch die dreieckig-spießförmigen Blätter läßt sich der Gute Heinrich, der wohl auch Hausmelde heißt, von den anderen Gänsefußarten leicht unterscheiden. Nahe verwandt ist ihm die Gartenmelde (*Atriplex hortense*), die Karl der Große im Jahre 812 ausdrücklich zum Anbau empfahl und die ein sehr gutes, leider gleichfalls außer Gebrauch gekommenes Gemüse darbietet. In Bauerngärten ist die Gartenmelde noch hier und da zu finden; sonst kommt sie häufig nach Unkrautart verwildert vor.