

Unsere wildwachsenden Ruchenpflanzen.

II.

Seltenerer heimische Gemüsepflanzen. — Tee-liefernde Pflanzen. — Vorteile des Eigenbaues.

In unserer ersten Uebersicht über die wildwachsenden Gemüsepflanzen haben wir die häufiger vorkommenden und jetzt schon zu findenden Arten besprochen. ¹⁾ Der vorliegende Aufsatz soll auf diesem Gebiete noch weiter Aufschluß geben und auch einige seltenerer Formen aufzeigen. Im allgemeinen können wir unsere Tage mit jenen früheren Zeiten vergleichen, in denen aus Mangel an reichem Verkehr nur frisch genießbare Landesprodukte nicht zum gegenseitigen Austausch kamen; dazu gehören vor allem grüne Gemüse. Heute hat unsere Abgeschlossenheit wieder die erhöhte Aufmerksamkeit auf die reichen Schätze unserer eigenen Wiesen und Felder, Waldtäler und Wassengraben hingelenkt und wir suchen dort wieder wie unsere Vorfahren brauchbare und schmackhafte Gemüse. Ja es läge sogar nahe, eine oder die andere von den wildwachsenden Pflanzen in Kultur zu nehmen, um so ihre Eigenschaften zu verbessern und zu veredeln, wie ja auch unsere heutigen Edelgemüse auf diese Art im Laufe von Jahrhunderten herangezogen wurden. ²⁾

In unserem gewöhnlichen Leich- oder Schilfrohr vermutet niemand etwas Genießbares, und doch sind die jungen Sprossen ebenso wie die unterirdischen Wurzelstöcke sehr zuckerhaltig und können so im ersten Frühjahr als nahrhaftes Gemüse verwendet werden. Die Art der Zubereitung (Salat oder Einkochen) richtet sich wohl nach dem Geschmack des Einzelnen.

Sehr auffällig sind die fleischroten Blütenähren des Wiesenknöterichs oder der Natterwurz. Auch hier können die jungen Sprosse und Blätter wie Spinat hergerichtet werden. Eine Reihe von anderen Knötericharten, wie der Winden- und Heckenknöterich, zeigen ihre Verwandtschaft mit dem so anspruchslosen Buchweizen dadurch, daß auch ihre Samen zur Herstellung von Breispeisen, ja sogar zur Mehlerzeugung (ein Kuchen aus Buchweizenmehl ist eine leckere Speise) verwendet werden können. Der derzeitigen Knoblauchnot hilft das bekannte Lauchkraut ab, dessen weiße Blütentrauben jetzt aus jeder Hecke hervorleuchten. Die Blätter riechen beim Zerreiben stark nach Knoblauch und können an Stelle dieses Gewürzes den Speisen zugesetzt werden. Zudem ersehen sie klein gehackt oder zerschnitten auch Schnittlauch. Wie bei so vielen Gewächsen aus der großen Familie der Kreuzblütler liefern auch die Samen des Lauchkrautes ausgepreßt ein fettes Öl. Aus derselben Familie stammen der häufig auch gezogene weiße Senf und der Ackerseif, die sehr häufig bei uns überall auf Aedern, Brachfeldern usw. wachsen. Die jungen Blätter werden salat- oder spinatartig genossen. Häufig sieht man bei uns die nach altem Brauche auf Hausdächern und Mauern gehaltene Hauswurz, welche ihre Standorte im Volksglauben vor Blitzschlag schützen soll. Wenn man ihre jungen Blätter von den harten Spizzen und Rändern freimacht, so sollen sie einen guten, kühlenden Salat liefern, wie denn um dieser kühlenden Eigenschaften willen dieselben auch als Hausarznei verwendet werden.

Zu den eingeführten Genussmitteln gehören die Blätter des Teestrauches, die aus Ost- und Südastien zu uns kommen. Die lange Verhinderung jeder Zufuhr hat auch hier eine Knappheit von Vorräten gezeitigt, die sich nach außen hin in stark erhöhten Preisen zeigt. Da kann man nun leicht durch Verwendung heimischer Ersatzmittel den Breistreibern ein Schnippen schlagen. Bald kommen die Blätter des Schlehdorns oder der Schlehe hervor, die man an der Sonne oder auch in flachen Pfannen über Feuer trocknen kann. Sie ersehen den Tee einigermaßen oder können wenigstens zu dessen Streckung dienen. Daß sie nebenbei auch noch heilsame Eigenschaften besitzen, ist ja eine angenehme Zugabe. Ähnlich werden die jungen, noch nicht stark behaarten Blätter der Brombeeren und Erdbeeren verwendet. Auch sie müssen sehr schnell getrocknet werden. Noch wären als hieher gehörig die jungen, zarten Blätter mancher heimischen wilden Rosenart zu nennen. Wir sehen also, daß gerade hier die heimische Pflanzenwelt Ersatz genug liefert. Also auf zum Sammeln! Als Blattsalat oder Spinat werden die jungen Blätter des im Juni überall auf Wiesen blühenden, braunroten Wiesen-

knospes benützt. Ganz junge Pflanzen haben auch noch verwendbare Stengel. Wenig bekannt dürfte sein, daß die jungen Schößlinge der Luzerne, die bei uns ja ziemlich stark gebaut wird, ein gutes, spinatartiges Gemüse liefern. Warten muß man vor dem allzu häufigen Gebrauch der Blätter des Sauerklees, der bei uns auch Hasenlee genannt wird. Ihr Oxal- oder Kleeäuregehalt ist für unseren Organismus schädlich. Die zarten Blätter der heimischen Weidenarten, auch das Ackerstiefmütterchen kann genommen werden, werden weich gekocht und nochmals gedämpft als Spinat gegessen. Wenn man schon in Russland den Tee mit Blättern des Weidenröschens (Unholdenkraut) verfälscht, so können auch wir sie einmal zur Streckung unseres Tees verwenden. Aus Nordamerika stammt die Nachkerze mit den großen schwefelgelben Blüten, die sich erst gegen Abend öffnen. Sie kommt auf sandigen Schutzplätzen, Eisenbahndämmen, an Flußufern, in Auen häufig vor. Die Pflanze treibt erst im zweiten Jahre ihre Stämme. Im ersten Jahre sind ihre Wurzeln wie Sellerie als Salat genießbar; auch können sie in Salz-

¹⁾ Vgl. dazu die „Reichspost“ vom 11. April.

²⁾ Wir machen hier nochmals auf das wertvolle Heft mit Bildern „Unsere wildwachsenden Gemüsepflanzen“ aufmerksam, das von unserer Buchhandlung für Krone 1.35 überall hin verschickt wird.

wasser gekocht wie Spargel oder Spargelbohnen zubereitet werden. Sie haben schinkenartigen Geschmack. Blätter und Stengel der Pflanze sollen nicht genossen werden. Reich ist die Familie der Doldengewächse an Gemüsepflanzen. So ist das Kerbelkraut oder der wilde Kerbel zu nennen, dessen Wurzeln ein Suppengemüse geben, dessen Kraut, das nach Anis riecht, als Zutat zu Salaten usw. verwendet wird. Der wildwachsende Pastinak dient den gleichen Zwecken wie sein gezähnter Bruder. Zusammen mit Kerbelkraut, Petersilie und Schnittlauch werden die Blätter der Bibernelle (Bimpinelle) zur Herstellung von Kräuterbutter, Streichkäse benützt. Der wilde Kümmel liefert seine Früchte zu ähnlichen Zwecken wie der Gartenkümmel. Die Rübenwurzeln der wilden Möhre oder Karotte soll man nicht genießen. Nicht allgemein dürfte sein, daß das Kraut der gelben Rube der Gärten ein gutes, spinatartiges Gemüse liefert. Als kohlsartiges Gemüse können die jungen Blätter der verschiedenen Schlüsselblumen zubereitet werden. Beinwurz oder Schwarzwurz und das Lungenkraut geben in ihren jungen Blättern spinatartiges Gemüse. Zu Kräutersuppen werden die jungen Blätter aller heimischen Taubnesselarten verwendet. In unseren Bächen wächst eine Ehrenpreisart, die Bachbunge, mit kleinen blauen Blütentrauben. Die Blätter werden am besten im Frühjahr als Salat genossen, dienen aber auch die Kresseblätter zur Herstellung einer guten Kräuterbutter. Das Ackerrapinzelchen oder auch Winteralat genannt wird sogar in Gärten gezogen, weil der Salat aus seinen Blattrosetten so schmackhaft ist. Ihr Geschmack wird milder, wenn man sie noch einen Tag nach dem Pflücken liegen läßt. Auch einige Napunzelarten (im Volksmund auch Teufelskrallen genannt) haben wie Sellerie verwendbare Wurzeln und Blätter, die einen schmackhaften Salat geben.

Im allgemeinen sehen wir, daß Wurzeln und junge Blätter verwendet werden. Die Wurzeln und Wurzelstöcke weichern gewöhnlich Zucker und Stärke an, so daß sie auch ziemlich nahrhaft sind. Die Blätter sind natürlich jung noch zarter, weil nicht verholzt. Das ist ja das Besondere an den im Garten gezogenen Blattgemüsen, daß sie sehr weich und zart bleiben dadurch, daß sie viel üppiger ernährt werden und keinen Konkurrenzkampf mit anderen Pflanzen auszuhalten haben. Daher sind auch die im eigenen Hausgarten gezogenen Gemüse immer noch wohlgeschmeckender, weil feiner, als die im großen im freien Ackerland gebauten, denen sozusagen keine individuelle Pflege zuteil werden kann. So wäre auch aus diesem sozusagen epikuräischen Grunde die Rückkehr zum Hausgarten eine Forderung der Vernunft. Wer das nicht tun kann, der sammle sich die jungen Blätter der hier genannten Pflanzen. Für Abwechslung im Geschmack bürgt sie reich, hier genannte Zahl derselben. Auch führt uns ihr Genuß wieder einem einfacheren, naturgemäßerem Leben zu, unabhängig von allzu großer Einfuhr aus anderen Ländern. Freilich ließe sich auch unser heimischer Gemüsebau noch bedeutend heben, aber das ist ein anderes Kapitel.