

**Von  
Anfang an  
anders**

Bildnachweis: Getty Images/Galina Sandalova

*Für schnelle Erträge und standardisierte Nahrung presst man Natur in ein Raster. Viele Öko-Züchter, -Bauern und -Hersteller gehen andere Wege. Sie lassen sich auf die Vielfalt des Lebens ein.*

**D**as spannendste Gemüse ist für mich die Möhre mit ihrem unglaublichen Aromenspektrum“, erzählt Christina Henatsch. „Während einige Rüben fein, zart und süß schmecken, sind andere kräftig möhrig und besitzen dabei eine angenehme Bitterkeit. Da spürt man, dass eine Kraft dahintersteckt“, sagt die biodynamische Züchterin. Und sie weiß, wovon sie spricht. Christina Henatsch arbeitet auf dem Gut Wulfsdorf bei Hamburg seit Langem an der Entwicklung samenfester Gemüsesorten. Sie gehört dem Verein Kultursaat an, der die Entwicklung neuer Sorten

man da zu sich nimmt, ein Wohlgefühl auslöst. „Nur wenn etwas rund und harmonisch ist, ist es gut“, unterstreicht sie. Leistungsstarken Hybrid-sorten, die die konventionelle Landwirtschaft sowie den Bio-Anbau dominieren, steht sie kritisch gegenüber. Sie seien einseitig auf gleichförmiges Äußeres, hohe Erträge und Schnellwüchsigkeit getrimmt, was zulasten des Geschmacks gehe. „Die Pflanze braucht Zeit, um Reife und sekun-

**Spüren, ob das, was man da isst,  
ein Wohlgefühl auslöst**

für den biologischen Anbau fördert. Das soll die Vielfalt der Nutzpflanzen sichern und die Anbauer unabhängiger von den großen Saatgutkonzernen machen, denn mit samenfesten Sorten können Gärtner ihr Saatgut selbst vermehren. Henatsch legt, wie viele gleich gesinnte Züchter, viel Wert auf einen ausgewogenen Geschmack ihrer Sorten. Doch sie treibt noch ein weiteres Kriterium an: Nachdem sich das Aroma im Mund entfaltet habe, spüre man etwas. Nämlich, ob das, was

däre Pflanzenstoffe wie Flavonoide auszubilden. Aber heutzutage muss es schnell gehen und die Masse zählt, nicht die innere Qualität.“ Leider überwogen auch im Bio-Handel die Hybridsorten. Christina Henatsch hat eine andere Philosophie. Ist die Ernte erfolgt, wird akribisch verkostet und selektiert. Diesen Winter probiert sich Henatsch mit ihrem Team durch 3.000 Kilo eingelagerte Möhren. Diese werden zunächst aufgeschnitten. Daran erkennen die Experten oftmals bereits, ob eine Rübe aromatisch etwas taugt. „Ist das Herz im Vergleich zum Mantel sehr groß, ist die Möhre in der Regel zu wässrig. Ist es jedoch zu klein, neigt sie zum Holzigwerden.“ Eine helle Färbung

Bildnachweise: Getty Images; photokitchen (m.), photomaru (r.)

*„Das Herz der Möhre verrät viel über ihren Geschmack.“*

*Christina Henatsch,  
biodynamische Züchterin*

**Handwerk ist, wenn  
etwas durch Menschenhände geht**



Ein organisch gedüngter Boden verleiht Gemüse einen besseren Geschmack.

deutet auf einen faden Geschmack hin. Am Anfang der Entwicklung einer neuen Sorte werde nach der Verkostung ein Großteil der Früchte aussortiert, doch von Generation zu Generation gebe es weniger Fehlschläge und die Ergebnisse werden stabiler. „Als ich begann, den Mangold 'Rainbow' zu züchten, habe ich von 40 Pflanzen 38 aussortiert. Die waren einfach kratzig, sauer und bitter.“ Heute ist der Mangold erfolgreich im Anbau. Alles Kratzige ist verschwunden. „Das Gemüse ist süß und fruchtig, die Stiele dick, fleischig und leuchtend.“ Bis es dazu kam, hat Henatsch über Jahre unzählige Mangoldstiele und -blätter ungewürzt in kleinen Töpfchen im Ofen gegart und verkostet.

**ÜBERLEGENHEIT DER SAMENFESTEN** • Eine Studie des biodynamischen Forschungsrings e.V. in Kooperation mit dem Technologie-Transfer-Zentrum [ttz] in Bremerhaven deutete schon vor einigen Jahren auf die geschmackliche Überlegenheit samenfester, biodynamischer Gemüsesorten hin. Ein Expertenteam prüfte 20 Möhrensorten, darunter auch konventionelle Hybriden, hinsichtlich „Aussehen“, „Geruch“, „Geschmack“ und „Mundgefühl“. Die biologisch-dynamischen Sorten waren am wenigsten bitter und vor allem im gegarten Zustand den konventionellen Sorten weit überlegen. Boris Voelkel, Einkäufer beim gleichnamigen Demeter-Safthersteller, muss man von den Vorteilen der samenfesten Gemüse nicht

mehr überzeugen. Bei Voelkel wurden inzwischen 99 Prozent der Gemüsesäfte auf samenfeste Sorten umgestellt. Nicht ohne Herausforderung für die Landwirte. „Hybridsorten bieten relativ stabiles Wachstum und kalkulierbare Erntezeiten, Form und Größe sind standardisiert, damit alles gut verarbeitet werden kann. Bei samenfesten Sorten ist das anders, das hat unsere Anbauer schon Nerven gekostet“, erinnert sich Boris Voelkel. Dafür sei der Geschmack der Erzeugnisse überragend. Bei Voelkel tüftelte man lange an einem ausgewogenen Möhrensaft, führte viele Blindverkostungen durch. Die Herausforderung: Die Sorte 'Rodelika' schmeckt vor allem in sonnigen Jahren

fast aufdringlich. Zu viel Süße für einen Saft. Dann kam 'Solvita' ins Spiel, eine Sorte, die Christina Henatsch entwickelt hat. „Sie ist weich, sahnig und zurückhaltend und daher in der Mischung mit 'Rodelika' ideal“, erzählt Boris Voelkel. Die beiden Sorten ergänzen sich auch deshalb perfekt, weil 'Solvita' in warmen Sommern ein besonders rundes Aroma entfaltet. In regnerischen Jahren dagegen zeigt 'Rodelika' ihre Stärke.

**MIT WISSEN UND GESCHICK AUF NATÜRLICHE ROHSTOFFE EINSTELLEN** • Doch nicht nur die Sorten sind entscheidend für die Ausbildung eines vollen Aromas. Christina Henatsch betont, dass die biologische Düngung und der Verzicht auf chemisch-synthetischen Mineraldünger große Vorteile bringt. „Puscht man – wie es konventionelle Anbauer tun – den Ertrag durch Stickstoff

Licht + Wärme + Zeit + Wissen  
= Geschmack



'Rainbow' ist eine definierte Mischung aus vier verschiedenen samenfesten Mangoldsorten. Sie macht ihrem Namen alle Ehre.

Bildnachweis: Bingenheimer Saatgut AG/Christian Pochodzala

Bildnachweis: Getty Images/Tokle (h.), scisetialfo (v.); privat

## Der Natur mit einem Quäntchen Gelassenheit begegnen

hoch, werden die Zellen groß und weich. Das führt zu Wässrigkeit“, sagt sie. Mit organischer Düngung und durch ausgewogenes Wachstum bilde sich weit mehr Geschmack aus. „Zeit, einen fruchtbaren Boden, Licht und Wärme, das braucht es.“ Das Einlassen auf das, was die Natur einem gibt, die beharrliche Arbeit damit und der Mut, Unterschiede zuzulassen – das zeichnet viele Bio-Akteure aus. Es fängt bei Anbau und Sortenauswahl an und geht weiter über Prinzipien in der

Verarbeitung. Ein Beispiel sind viele ökologische Brauereien, die ganze Hopfendolden anstelle von Extrakt verwenden. Letzterer ist zwar praktisch, weil seine Bitterkeit klar definiert ist, doch die Öko-Brauer lassen sich bewusst auf Schwankungen, aber auch Aromen ein, die ein natürlicher Rohstoff mit sich bringt. Einige mälzen sogar die Gerste selbst, um auch diesen Prozess in den eigenen Händen zu haben. Auch Bio-Käsereien

## Krautig gut

Auf ihrem Öko-Hof bei Linz baut Familie Aufreiter Kräuter an. Damit daraus aromatische Tee- und Gewürzzutaten werden, braucht es viel Erfahrung und Leidenschaft.



Michaela Aufreiter kennt sich mit Kräutern aus.

### Wie wachsen Ihre Kräuter?

Der Granitboden bei uns ist karg und sandig, deshalb wärmt er sich schnell auf und bildet keine Staunässe. So bietet er ideale Bedingungen für Johanniskraut, Schafgarbe und Oregano. Außerdem sind unsere Felder hauptsächlich nach Süden ausgerichtet und bieten eine gute Sonneneinstrahlung. Das steigert den Gehalt der ätherischen Öle in den Pflanzen.

### Wie behandeln Sie den Boden und die Pflanzen, um den gewünschten Ertrag zu erhalten?

Wir gehen da sehr zurückhaltend vor. Beispielsweise pflügen wir kaum und wir düngen nur wenig, und wenn, dann organisch mit Kompost und Kürbisschrot, ein wertvolles Abfallprodukt aus der Kürbisölherstellung. Es ist ja gerade der karge Boden, der den Geschmack fördert. Denn die Pflanzen müssen sich angesichts des knappen

Nährstoffangebots bemühen zu wachsen und so bildet sich ein intensiveres Aroma aus.

### Worauf kommt es bei Ernte und Verarbeitung an?

Bei der Ernte dürfen die Kräuter keine Taunässe mehr aufweisen und sie müssen nach dem Schnitt schnell in die Trocknung, sonst leiden die ätherischen Öle. Bei der Oregano-Ernte beispielsweise sollte es nicht zu heiß sein, sonst tritt das Öl aus und die Blätter werden schwarz. Bei Pfefferminze muss man beim Schneiden achtgeben, denn durch Druckstellen entweicht auch hier das ätherische Öl.

### Welche Eigenschaften braucht ein Kräuteranbauer?

Leidenschaft, Geduld und Aufmerksamkeit. Man muss genau beobachten und entscheiden, was die Kräuter benötigen. Und es braucht ein Quäntchen Gelassenheit der Natur gegenüber.



Variabilität  
zeichnet lebendige  
Lebensmittel  
und handwerkliche  
Produkte aus.

Sie nehmen damit noch mehr Einfluss auf ihr Endprodukt, als es Betriebe tun, die die Kulturen einkaufen, wie es heute die Regel ist. Es lassen sich einige Parallelen zwischen handwerklich hergestellten Produkten und samenfesten Sorten ziehen. Beide können variieren und wie ein guter Wein jahrgangstypischen Schwankungen unterliegen. Es ist ein Zeichen für Lebendigkeit, wenn kein Kohlkopf dem anderen gleicht. Und wer sich darauf einlässt, kann auf eine geschmackliche Abenteuerreise gehen. • acm

## Offenheit ebnet den Weg zu Geschmacksabenteuern



### Unsere Initiative für die Öko-Züchtung

bauen verstärkt und trotz aller Professionalität nicht allein auf standardisierte Prozesse, sondern auf die Handwerkskunst. In konventionellen Großbetrieben ist es gang und gäbe, die Milch vom Fettgehalt her „einzustellen“. Dann kann die Produktion nach dem immer gleichen Schema verlaufen, Unsicherheiten werden minimiert. Viele Öko-Käser verzichten aus Prinzip auf diesen Schritt. Die Milch wird stattdessen möglichst wenig behandelt, um die Mikrobiologie zu erhalten, die wiederum auch für den charakteristischen Geschmack sorgt. Dieses Vorgehen birgt aber auch Risiken und Herausforderungen. „Die Qualität des Produktes hängt in Käsereien wie unserer stark vom jeweiligen Menschen ab“, erzählt Georg Baldauf, Inhaber der Käserei Gebr. Baldauf GmbH, die Allgäuer Käsespezialitäten aus Heumilch herstellt. Der Käser stelle sich auf den Charakter der jeweiligen Milch ein, die je nach Jahreszeit und Futter der Tiere immer unterschiedlich beschaffen sei. „Wieder und wieder geht der Käse durch die Hände eines erfahrenen Mitarbeiters und das ist es, was meiner Meinung nach unser Handwerk ausmacht.“ Viele Bio-Käsereien stellen nach alter Tradition auch ihre eigenen Bakterienkulturen her und vervielfältigen die Stämme.

Die Vielfalt der Obst- und Gemüsesorten ist Voraussetzung für die Vielfalt des Geschmacks und für den Reichtum an Aromen. Umso wichtiger ist die Öko-Züchtung. Die BioMarkt Verbundgruppe und Dennis BioMarkt haben die Initiative „Kernkraft? Ja, bitte!“ ins Leben gerufen. Diese setzt sich mit Partnern, unter anderem mit dem Verein Kultursaat e.V., für eine Stärkung der Öko-Züchtung ein. Ziele der Initiative sind: Sortenvielfalt, Nachbaufähigkeit und Verzicht auf Gentechnik!  
Mehr dazu unter:  
[www.kernkraft-ja-bitte.de](http://www.kernkraft-ja-bitte.de)

Bildnachweis: Getty Images; photomanu (f.o.); dennree



MIT DIESER ANZEIGE UNTERSTÜTZEN WIR DIE INITIATIVE: KERNKRAFT? JA, BITTE!

Anzeige



## Die inneren Werte zählen. Beste Bio-Alpenmilch nachhaltig verpackt.



Kunststoffbeschichtung aus Zuckerrohr

Karton aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern

Fairer Milchpreis für unsere Landwirte

Wertvolle Bio-Milch von Naturland-Höfen der Alpenregion



[www.bio-alpenmilch.de](http://www.bio-alpenmilch.de)

Weitere Informationen der Initiative finden Sie unter: [www.kernkraft-ja-bitte.de](http://www.kernkraft-ja-bitte.de)