

Frischeinfo

Frühling 2015

Im Bärogarten – Frische Kräuter aus der Gärtnerei

NOVUM



Hauslieferung von Obst und
Gemüse aus ökologischem Anbau



Kräuter vom Rande der Großstadt

Der erste Eindruck ist verblüffend: Wie ein großer Garten erstreckt sich das flache Tal zwischen Oberrad und dem Main. Nach Osten hin liegen das Nordend und Offenbach, nach Westen geht der Blick über Sachsenhausen zur Frankfurter Skyline. Im Vordergrund glänzen die Glasflächen zahlloser Gewächshäuser und auf der anderen Seite des Flusses spiegeln die Fensterflächen des futuristisch anmutenden Hochhauses der Europäischen Zentralbank das Licht.

Hier, fast mitten in der Großstadt, in der Gemarkung „Im Bärengarten“ hat der Anbau von Gemüse Tradition. Bären gibt es natürlich hier nicht, aber eine Vielzahl von Vogelarten und sogar ein Fuchs wurde schon gesichtet. In dieser „Grünen Lunge“ Frankfurts profitieren eine Reihe von Gärtnereien vom fruchtbaren Boden entlang des Mains. Eine davon ist Lieferant von NOVUM: die „Gemüse-Gärtnerei Bärengarten“, die seit 20 Jahren als Bioland-Betrieb Kräuter und Feingemüse erzeugt.



Heike Fischer ist diplomierte Gartenbauingenieurin und seit zwölf Jahren Leiterin des gärtnerischen Bereichs im Bärengarten.

Integrationsbetrieb - sinnvolle Arbeit für Behinderte

Vielfältiges Grün

Heike Fischer, diplomierte Gartenbauingenieurin und seit zwölf Jahren zuständig für den gärtnerischen Bereich im Bärengarten, begrüßt das NOVUM-Team im großzügigen, hellen Aufenthaltsraum im ersten Stock. Kurz schaut auch Stefanie Vogt herein, dann geht sie wieder an ihre Büroarbeit. Aus den Fenstern geht der Blick über die Dächer der Glashäuser und das Tal zu den Wohnhäusern von Oberrad, an der Wand hängt eine große Tafel mit Anbauplänen.

Zwischen acht und zehn Mitarbeiter hat die Bioland-Gärtnerei. „Mit Azubis, Praktikanten und Teilzeitkräften“, so Heike Fischer. Die Gemüsegärtnerei Bärengarten ist ein Integrationsbetrieb der Frankfurter Beschäftigungsbetrieb gGmbH. Die gemeinnützige Organisation schafft sinnvolle Arbeitsplätze für behinderte Menschen und bietet ihnen eine Dauertätigkeit in regulären Arbeitsverhältnissen. Schon bevor die Gärtnerei zum Integrationsbetrieb wurde, war sie bereits Mitglied bei Bioland und kann auf zwanzig Jahre Bioanbau zurückblicken.

Im kleinen Hofladen wartet viel Grünes auf die Kunden: Rucola, Postelein, Feldsalat, kleine Bataviasalat-Köpfe, Stielmus und Kerbel, alles tauf frisch geerntet. Sogar eine Kiste mit Vogelmiere steht im Regal. „Ja, wir produzieren auch Wildkräuter für Novum“, nickt Frau Fischer. Mit der Vogelmiere beginnt die Saison der gesunden „Wilden“. Brennnesseln, Giersch, Sauerampfer und Löwenzahn gehören dazu. „Auch Hirtentäschel, Brunnenkresse und Knoblauchsrauke“, ergänzt die Gärtnerin. „Wir machen eine „wöchentliche Mischung“, die je nach Saison immer etwas anders zusammengesetzt sein kann.“ Wildkräuter sind ballaststoffreich, vitaminreich und besitzen einen höheren Anteil an sekundären Inhaltsstoffen. Vor allem die Bitterstoffe dieser Kräuter sind der Gesundheit förderlich. Die „Grünen Smoothies“, bei denen die Vielfalt an Kräutern zusammen mit Früchten und grünen Blattgemüsen zu leckeren Drinks gemixt werden, sind keine Modeerscheinung, sondern gesunder und schmackhafter Teil einer vollwertigen Ernährung.

Als weitere Zutaten für Smoothies kultiviert die Gärtnerei Weizengras und Waldstaudenroggen, die wegen ihres Chlorophyllgehaltes auch als Presssäfte für jugendliche Frische sorgen sollen. „Das Gras vom Waldstaudenroggen schmeckt süßer als das von Weizen“, teilt Heike Fischer ihre Erfahrung mit.





Kultivierte Wilde

Was Rückstände angeht, so ist man bei der Bioland-Gärtnerei auf der sicheren Seite: Hier wird kein Gift gespritzt und Reste von Unkrautvernichtungsmitteln würde man bei den „kultivierten Wildkräutern“ zum Glück vergeblich suchen. Anders bei Kräutern, die begeisterte Wildkräuter-Fans draußen, „in der Natur“ sammeln: Wer weiß schon, was zuvor auf dem Acker passiert ist, an dessen Rand der Löwenzahn so gut gedeiht? Ganz abgesehen davon, dass viele Wildkräuter sowieso unter Naturschutz stehen ...

Die „Wilden“ im Gewächshaus zu kultivieren und zu ernten, ist kein Problem. Wildkräuter schätzen Böden, die nicht zu stark gedüngt sind und sind eine gute Ergänzung in der Fruchtfolge. Die Vogelmiere breitet sich sogar von alleine gerne auf den Beetflächen und

den Wegen im Gewächshaus aus. Da müssen die Gärtner darauf achten, dass sie nicht die Kulturpflanzen überwuchert. Und auch der Löwenzahn kann sich vom geschätzten Wildkraut „zurückverwandeln“ in ein unerwünschtes Beikraut, wenn er mit seiner tief reichenden Wurzel Flächen erobert, auf denen er eigentlich nichts verloren hat. Vom Giersch, dem Alptraum so manchen Hobbygärtners, ganz zu schweigen.



Asiatische Mischung

Im Packraum warten die grünen Kunststoffkisten darauf, mit dem Asia-Salat-Mix bestückt zu werden. „Abwiegen, Waschen, Abpacken“, erklärt Fischer den Arbeitsablauf. Die Mischung von verschiedenen Senfsorten sieht appetitlich aus und bringt Farbe in die Salatschüssel oder den Wok. „Wir haben vor zehn Jahren damit angefangen“, erinnert sich Heike Fischer. „Damals war es noch schwierig, diese unbekannteren Sorten abzusetzen.“ Auch heutzutage sind Namen wie „Mizuna“, „Green in snow“ oder „Purple Wave“ beileibe nicht jedem geläufig, aber das leckere Aroma der Mischung hat die Feinschmecker längst überzeugt.

Beim Gang durch die Gewächshäuser entdecken wir diese exotische Pflanzenvielfalt in langen Reihen: „Golden Frills“ mit zarten, geschlitzten

Blättchen in hellem Grün, „Red Giant“ mit roten Blattadern, „Garnet Giant“ mit runden Blättern in intensivem Dunkelrot und „Rouge metis“ mit stark gezackten Blättern in einem helleren Rotton.

Die Exoten wirken so dekorativ, dass man sich am liebsten einen Strauß für die Vase schneiden möchte. „Auch diese Mischungen finden als Smoothies mehr und mehr Freunde“, weiß Fischer. Eine Bachstelze wippt zwischen all dem Grün, fliegt auf und wartet auf dem Gestänge, bis wir Störenfriede das Gewächshaus wieder verlassen haben.

Gemüsepflanzen aus eigener Anzucht

Im kleineren der Gewächshäuser stehen auf langen Tischen die Jungpflanzen-Anzuchten. Bärengarten-Mitarbeiterin Barbara Kuhnke pikiert gerade Chilis: „Die Früchte der Sorte „Capala“ sind klein, rund und gelb“, sagt sie. Fünf oder sechs weitere Chilisorten werden jedes Jahr angebaut. „Und auch viele Sorten Tomaten, Paprika und Auberginen“, ergänzt Fischer. Wenn die frühen Kräuternernten abgeschlossen sind, werden die Beetflächen mit den wärmeliebenden Gemüsen bepflanzt, die ein Stück mediterrane Küche zu uns bringen.

„Nur bei strengen Frösten müssen wir im Winter das Gewächshaus heizen“, sagt die Gärtnermeisterin, Auch das Basilikum, das zu den Tomaten nicht nur lecker schmeckt, sondern sie auch im Anbau gut ergänzt, würde die Kälte nicht überleben. Neben dem bekannten großblättrigen Genoveser-Basilikum kultiviert sie auch eine kleinblättrige Sorte, außerdem das würzige Zitronenbasilikum und aromatisches Thai-Basilikum, das so gut zum Wok-Gemüse passt. Kleine Stecklinge vom Waldmeister sollen bewurzeln: „Unsere

Kunden wollen Maikraut für ihre Bowle“, lacht Fischer. In Anzuchttöpfchen wächst die Brunnenkresse-Saat. „Die werden später pikiert und ins Beet gepflanzt.“ Brunnenkresse braucht zwar viel Feuchtigkeit, muss aber nicht „mit den Füßen im Wasser stehen“.

Wir sind am Ende der Gewächshäuser angekommen. 6000 Quadratmeter unter Glas, das ist nicht grade wenig, und die Vielfalt der angebauten Kräuter und Gemüse ist beeindruckend. „Dazu kommen noch einige gepachtete Außenflächen.“ Sie zeigt auf die großen Zisternen, in denen das Wasser gesammelt wird. „Gegossen wird überwiegend mit dem Regenwasser, das wir von den Flächen der Gewächshausdächer auffangen. Im Freiland verwenden wir auch Brunnenwasser. Der Grundwasserspiegel steht hier im Tal ziemlich hoch.“





Grüne Soße - das Original

Was in einer Gärtnerei am Stadtrand von Frankfurt auf keinen Fall fehlen darf ist – wie könnte es anders sein – die berühmte „Frankfurter Grüne Soße“. „Petersilie, Kerbel, Sauerampfer, Borretsch, Schnittlauch, Pimpinelle und Kresse“, zählt Heike Fischer die Kräuter auf, die in eine Grüne Soße gehören. „Das ist das Original Frankfurter Rezept.“ So soll sie bei Goethes auf den Tisch gekommen sein. Aber die Geschmäcker sind verschieden. „Die Nordhessen mögen auch Dill drin“, weiß die Fachfrau. „Die Grüne-Soße-Saison beginnt etwa an Ostern und geht bis in den Frühsommer.“ In dieser Zeit packen die Bärengarten-Gärtner jedes Jahr etwa 10.000 Pakete mit der beliebten Kräutermischung, Tendenz steigend.

All diese Kräuter wachsen im großen Gewächshaus und teilweise auch im Freiland. Die jungen Boretschpflänzchen warten in Töpfchen darauf ins Beet gepflanzt zu werden. Der Schnittlauch, der über Winter abgedeckt war, reckt seine grünen Halme, der Kerbel steht prächtig da, und auch die krause Petersilie ist schon fertig zum Schnitt. „Die Grüne Soße ist schon immer ein Standbein der Gärtnerei gewesen“, stellt die Gärtnerin fest.

Mitarbeiter mit Spaß bei der Arbeit

Drei „Bärengärtner“ legen gerade neue Beete im Freiland an. Marcus Kröke ist Azubi im dritten Lehrjahr. „Wenn alles gut läuft, bin ich im August fertig“, meint der angehende Gärtner. Denis Biloš bringt Gründünger aus. Dann pflanzen die beiden Minzen. „Die standen mehrere Jahre im Topf, nun sollen sie ins Freiland.“ Stefan Mattisek arbeitet als Praktikant erst seit zwei Wochen im Betrieb. „Mir macht die Arbeit großen Spaß“, sagt er und freut sich: „Noch zwei Wochen, dann werde ich fest angestellt.“ Unter einer mächtigen Kopfweide ist ein kleiner Ruheplatz angelegt, der „Bärenplatz“ lädt ein zur Pause im Schatten, davor fließt ein kleiner Wassergraben. Gärtnerei-Kater Felix kommt herangeschlendert und lässt sich kraulen, eigentlich könnte man sich jetzt zum Picknick niederlassen. „Gelegentlich kommen Schulklassen und Gruppen, die schauen wollen, wie es hier wächst.“ Eine Idylle am Rande der Großstadt.



Frankfurter Grüne Soße – der Klassiker

„Echte Frankfurter Grüne Soße“ erntefrisch aus kontrolliert biologischem Anbau.

Inhalt:

- Boretsch
- Kerbel
- Kresse
- Petersilie
- Pimpinelle
- Sauerampfer
- Schnittlauch

Zubereitung nach original Frankfurter Art (für 3–4 Personen):

Zutaten: 500 g Naturjoghurt, 300 g saure Sahne oder Schmand, 250 g Quark, 3–5 Eier, 1,5 TL Senf, evtl. 3–5 Essiggurken und 1 kleine Zwiebel.

Kräuter waschen, trocknen und sehr fein hacken ebenso alle anderen Zutaten. Mit den Milchprodukten verrühren und mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Zitronensaft abschmecken. Dazu Salzkartoffeln, Tafelspitz, oder Fisch servieren.

NOVUM – Das Gemüseabo GmbH
Industriestraße 14
65474 Bischofsheim

Telefon (0 61 44) 3 37 48-0
Fax (0 61 44) 3 37 48-33
info@novum-gemueseabo.de

Unter DE-ÖKO-006 sind wir im Kontrollverfahren gemeldet und damit berechtigt, Produkte aus kontrolliert biologischem Anbau zu vertreiben.