

Renaissance der radikalen Rüben

Die Kartoffel hat einst die Pastinake aus den Küchen verdrängt. Zwei-Sterne-Koch Thomas Kellermann holt sie zurück in die Töpfe.

Was für eine Rübe! Wild reckt sie ihre zahlreichen kleinen Wurzeln, mit denen sie sich ver-bissen ins feuchte Erdreich krallte, in alle Richtungen davon. Schrullig und unfrisiert liegt sie nun frisch geerntet in den Händen von Thomas Kellermann. Der betrachtet sie fasziniert. Der Küchenchef des Zwei-Sterne-Restaurants „Kastell“ auf der Burg Wernberg will den ganzen Charakter eines Produkts erfassen, bevor er es zubereitet. Und hier hat er es ganz offensichtlich mit einem sperrigen, brachialen, von Natur aus radikalen Typen zu tun. „Wenns'd die anschaut, weißt' schon Bescheid“, sagt er. Die Pastinake ist, ganz klar, der Punk unter den Gemüsesorten.

Sie mag es kalt und unwirtlich

Es passt zu ihr, dass sie kaltes und unangenehmes Wetter mag – da wächst sie besonders gut – und dass sie die kargen Böden der nördlichen Oberpfalz liebt. In diesem herben Landstrich war die Pastinake jahrhundertlang daheim. Bis ins 18. Jahrhundert hinein gehörte die schmackhafte Rübe in Deutschland und Österreich zu den am meisten angebauten Gemüsesorten. Schon die alten Römer liebten die *Pastinaca sativa*. Der Siegeszug der Kartoffel verdrängte die sogenannte „Germanenwurzel“ von den Feldern – aus der Oberpfalz wurde die Erdäpfelpfalz und aus einem Grundnahrungsmittel ein Nischenprodukt. Der Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt (VEN) kürte die Pastinaken zum „Gemüse der Jahre 2011/2012“, um zu verhindern, dass diese Kulturpflanzenart noch mehr in Vergessenheit gerät.

Allerdings erlebt die Pastinake durch den Ökolandbau in Deutschland seit ein paar Jahren eine Renaissance. In einigen Nachbarländern, Ungarn zum Beispiel oder in der Gourmet-Heimat Frankreich, war sie nie vom Speiseplan verschwunden. Spitzenköche lieben ihr herbsüßes, würzi-

ges Aroma, sowie ihre Vielseitigkeit. Pastinaken schmecken roh gehobelt im Salat (z. B. Waldorf-Salat), als Püree, im Eintopf oder als Chips. Die Blätter kann man ähnlich wie die Petersilie als Würzkraut verwenden.

Wegen des hohen Stärkegehalts brauten die Iren aus Pastinaken früher Bier und die Engländer kelterten Wein. Den Saft der süßen Rübe kochte man zu Sirup ein, der eingedickt als Brotaufstrich verwendet wurde. Aus den getrockneten Blättern, Samen und Wurzeln brühten Heilkundige einen Tee, der gegen Magenbeschwerden, bei Blasen- und Nierenleiden sowie bei Fieber und Schlaflosigkeit helfen sollte. Gesund sind sie ja obendrein: Pastinaken reichern kaum Nitrat an, daher sind sie sehr gut für Baby-Breis geeignet. Sie gelten überdies als allergen-arm. Außerdem enthalten sie viel Kalium, Calcium, Vitamin C und Proteine.

Die Pastinake fühlt sich in unseren Gefilden pudelwohl: Sie mag es kühl, feucht, lehmig, auch moorig und ist robust und unkompliziert. Geerntet wird ab Oktober bis zum ersten Frost. In feuchtem Sand eingeschlagen hält sich die Pfahlwurzel lange. Man kann die frostharten Rüben aber auch nach Bedarf im Winter ernten. Dabei wird ihr Geschmack milder.

Persönlichkeit auf dem Teller

Etwas näher bei grünem Staudensellerie als bei der äußerlich ähnlichen Petersilienwurzel siedelt Thomas Kellermann das Aroma der Pastinake an. Etwas Schärfe sei auch vorhanden. Auch für den Geschmack gelte wie beim Aussehen: Diese Rübe ist eine Herausforderung, alles andere als langweilig zwar, aber nicht einfach. Kellermann hat sich zunächst für süße und salzige Chips entschieden. „Das schmeckt zum einen super. Und zum anderen kann ich so die Persönlichkeit der Pastinake auch optisch auf den Teller bringen“, erklärt er. Bei einem Püree ginge das nicht. Das würde einem Punk auch gar nicht stehen. (asa)



Pastinaken sind gewissermaßen die Punks unter den Gemüsesorten.

Foto: Sabine Franzl

Pastinaken im Erdäpfelland

ERZEUGER Monika und Hans Grillmeier vom Dostler-Hof in Konnersreuth/Schönficht vermarkten ihr Gemüse seit mehr als 20 Jahren direkt.

VON ANGELIKA SAUERER, MZ

Eigentlich ist der Boden anderswo reicher und das Wetter milder. Und doch hört Hans Grillmeier immer wieder Lob über den Geschmack seiner Kartoffeln. Er erklärt es sich so: „Weil bei uns nicht alles im Überfluss vorhanden ist, reichern sich die Knollen mit allem an, was sie kriegen können. Und das schmeckt man dann.“ Ähnlich sei es mit den Gelben Rüben, dem Lauch, dem Kohl, den Pastinaken und so weiter. Geschmack hat das auch Thomas Kellermann. Über die Kartoffeln lernte der Zwei-Sterne-Koch von der Burg Wernberg den Gemüsebauern kennen und schätzen. Dieses Mal holt er in dem kleinen Dorf nördlich von Weiden Pastinaken.

Im Gewächshaus rechts neben der Tür hängt ein Bild der Resl von Konnersreuth. Sie wacht über Tomaten, Gurken, Paprika und bald auch über den Feldsalat. Und sie macht es gut, findet Hans Grillmeier und lächelt. Der 54-jährige frühere Bankkaufmann bewirtschaftet mit seiner Familie seit 25 Jahren die 95 Hektar Land in Konnersreuth bei Plößberg. Eine Jagd gehört auch dazu. Der Landwirtschafts-



Bei den Grillmeiers holt Thomas Kellermann seine Pastinaken. Foto: S. Franzl

meister stammt aus dem anderen Konnersreuth noch weiter nördlich. Dort hat sein Großvater mit der berühmten Resl die Schulbank gedrückt. Und jetzt drückt sie ihm die Daumen.

Der Hof ist seit Generationen im Besitz der Familie seiner Frau, Monika Grillmeier-Pschierer (45). Die Großeltern und zwei Söhne (23 und 18 Jahre) helfen je nach Bedarf mit. Der älteste Sohn (24) wird einmal den Betrieb übernehmen. Seine Ausbildung zum Agrar-Betriebswirt hat er bereits abgeschlossen. Ein Lehrling gehört auch zum Team, Verwandte und Nachbarn arbeiten je nach Saison auf 400-Euro-Basis mit.

Herz und Seele des Kartoffel- und Gemüsehofs ist Monika Grillmeier-Pschierer. Über eine Treppe und ein Hoftor gelangt man ins Reich der Che-

fin. Der Hofladen strahlt die Philosophie der Grillmeiers aus: Das Augenmerk liegt auf dem Produkt und seiner Qualität. In Körben und Kisten stehen Obst und Gemüse bereit, stapeln sich Gläser mit selbst eingelegten Essiggurken, warten Kartoffsäcke auf Käufer. Es ist wie auf dem Markt, aber halt in einer Scheune. Rund 2000 Kunden zählt Direktvermarkter Hans Grillmeier zu seinem Stamm. „Der ist Gold wert“, sagt er. Um den Ansprüchen gerecht zu werden, unterwirft er sich seit Jahren freiwillig der Kontrolle durch das Landeskuratorium für pflanzliche Erzeugung. Gedüngt und gespritzt wird bei ihm kaum, in den Gewächshäusern gar nicht. Aber hier wacht ja auch die Resl von Konnersreuth.

→ www.meinbauer.de

PASTINAKEN-CHIPS

Salzige Chips

→ Zubereitung:

Die Pastinakenrübe waschen und mit Schale so fein wie möglich längs hobeln. Auf ein Krepppapier legen und sehr leicht punktuell salzen. Mit weiterem Krepp bedecken und beschweren. 20 Minuten ziehen lassen. In Maiskeimöl oder Traubenkernöl langsam bei ca. 140 Grad kross ausbacken, bis die Chips goldgelb sind. Herausnehmen und auf Krepp im Ofen bei ca. 70 Grad entfetten. Nach Bedarf nochmals leicht salzen.

Süße Chips

→ Zubereitung:

Die Pastinake waschen, schälen und fein hobeln. Die Scheiben in Zuckerwasser (100 g Wasser, 100 g Zucker) aufkochen und 15 Minuten ziehen lassen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Einzeln auf ein Backpapier legen und im Ofen bei ca. 60-80 Grad Umluft so lange trocknen lassen, bis sie kross sind. Das dauert etwa sechs Stunden. Noch im warmen Zustand vom Backpapier lösen.

Avocado-Sternanis-Dip

→ Zutaten:

- ▶ 1 Avocado
- ▶ 150 ml Ayran
- ▶ Abrieb einer halben Zitrone
- ▶ 3 g Salz
- ▶ 25 g Olivenöl
- ▶ 3 Umdrehungen Pfeffer
- ▶ Saft einer halben Limette
- ▶ 1 Sternanis

→ Zubereitung:

Sternanis im Mörser sehr fein mahlen. Avocado, Ayran, Salz, Pfeffer, Olivenöl und Limettensaft mixen, bis keine Klum-



Pastinaken-Chips mit Dip Foto: Franzl

pen mehr zu sehen sind. Mit Zitronenabrieb und Sternanis abschmecken. Kaltstellen und nach Bedarf nachwürzen.

Ingwer-Orangen-Dip

→ Zutaten:

- ▶ 150 g Griechischer Joghurt
- ▶ 60 g Orangensaft auf 20 g reduziert
- ▶ Abrieb einer halben Orange
- ▶ Saft einer halben Zitrone
- ▶ 1 TL Honig
- ▶ etwas Vanillezucker (hausgemacht)
- ▶ Prise Piment d'Espelette
- ▶ 1 TL frischer Ingwer, gehackt
- ▶ Prise Salz

→ Zubereitung:

Ingwer mit Puderzucker bestreuen, 20 Minuten ziehen lassen. Joghurt, reduzierter Orangensaft, Orangenabrieb, Zitronensaft, Honig hinzugeben und glatt rühren. Mit Vanillezucker, Zitronensaft und Piment d'Espelette abschmecken. Vorsicht: Piment d'Espelette zieht nach.