

kostprobe

die verlagsseiten der **taz nord** sonntag/sonntag, 29. februar/1. märz 2020 **taz** am wochenende



Trockenobst ist meist fairer gehandelt als frische Südfrüchte, klimafreundlicher in Transport und Lagerung. Und manchmal umwerfend lecker. Vor allem die kleine rote Berberitze, ganz im Zentrum, wird von Gourmets goutiert Foto: Whistling Bird/CC

Winterproviant wird zu Superfood

Bevor man frische Früchte importieren und lagern konnte, aß man im Winter vor allem getrocknetes Obst. Den Dörr-Pflaumen, Apfelingen und Rosinen von früher leisten heute aber auch Ananas und Mango Gesellschaft

Von **Teresa Wolny**

Im ländlichen Syrien gibt es die Tradition, eine frische Feige nur dann vom Baum zu pflücken, wenn sie von einem Vogel angepickt ist. Denn die Vögel wissen, was gut ist, sagt Muhab Majar lächelnd. Frische Feigen gibt es bei ihm im Laden momentan nicht, die kommen erst wieder zur Erntezeit von August bis Oktober.

Bis dahin gibt es die Früchte nur getrocknet. Nach den Feigen muss man ein bisschen suchen, denn den weitaus größten Teil des Regals nehmen Datteln ein. Ungefähr zwanzig zu eins sei das Verhältnis von Datteln und den übrigen Trockenfrüchten, die er in seinem arabischen Supermarkt Reka in Bremen verkauft, erzählt Majar. Für die arabische Küche sind die Früchte unverzichtbar. Dabei verhält es sich bei Datteln etwas anders als bei anderen Trockenfrüchten.

Da die Palmen nämlich heißes Wüstenklima brauchen, trocknen die Früchte schon, während sie noch an der Pflanze hängen. Richtig erntefrische Datteln bekommt man in Bremen wenn überhaupt nur im September, wenn in den Anbaugebieten im östlichen Mittelmeerraum Erntezeit ist. Es gibt unzählige Arten von Datteln, „über tausend“, sagt Majar. Die beste sei die Medjool-Dattel. Er verkauft sie pflaumengroß, es gibt sie aber auch in der Größe von Eiern.

„Nichts ist süßer als Datteln“, fand schon der antike griechi-

sche Dichter Aristophanes. Die Dattelpalme gilt als einer der ältesten kultivierten Bäume. Ob in Mesopotamien oder Ägypten – in vorchristlichen Gesellschaften im Mittelmeerraum aß man Datteln. Neben Datteln kamen im antiken Griechenland und in Rom oft getrocknete Feigen und Rosinen auf dem Tisch. Als Fleischfüllung, vor allem aber als getrockneter und damit haltbarer Proviant im Winter. Rosinen wurden in Europa schon in der Bronzezeit gegessen und auch auf dem amerikanischen Kontinent reicht ihr Nutzen lange in die vorchristliche Zeit zurück.

Während Datteln vor allem in der arabischen Küche verbreitet sind, haben Rosinen mittlerweile die Welt erobert. Korinthen, Sultaninen und Zibeben, die Unterschiede liegen in der Rebsorte. Vielleicht verbindet nichts die deutsche und arabische Küche so sehr miteinander wie die Rosine.

Stollen und Rosinenbrot der einen, Kabse oder das Dessert Om Ali auf der anderen Seite. Ungefähr fünf Kilo frische Trauben braucht es für ein Kilogramm Rosinen. Frisches Obst enthält 80 bis 90 Prozent Wasser, nach dem Trocknen bleibt davon nur noch ein Fünftel bis ein Zehntel übrig. Wem Rosinen zu trivial sind, der findet heute zahlreiche Alternativen im Regal: getrocknete Kirschen, süß oder sauer, getrocknete Physalis, Cranberries, Aroniabeeren, Maulbeeren, die Liste ist lang. Die ungekrönte Königin der Tro-

ckenbeeren bleibt aber die Berberitze.

Wie bei frischen Früchten wird auch bei ihren getrockneten Pendanten das Bio-Label immer populärer. Einige Importeure handeln nur noch Bio, die allermeisten haben zumindest ein paar Sorten mit Ökolabel im Angebot. Bei der Bremer Firma Umtamtsi ist das Trockenobst nicht nur bio, sie ist auch eine von mehreren Importeuren, die

„Letztes Jahr hatten wir auch getrocknete Jackfruit, aber damit tun sich deutsche Kund:innen schwer“

Morin Fobissie Kamga, Geschäftsführer Umtamtsi

regelmäßig direkten Kontakt zu den Kleinbäuerinnen und -bauern haben. Diese bauen in Uganda und Kamerun sowohl Kaffee als auch Früchte an. Derzeit im Angebot: Mango, Papaya und Ananas. „Letztes Jahr hatten wir auch getrocknete Jackfruit, aber damit tun sich die deutschen Kund:innen noch schwer“, sagt Geschäftsführer Morin Fobissie Kamga.

Anders als frische Früchte für den Export, die oft unreif geerntet werden und erst in Europa nachreifen, kann man die Früchte für die Trocknung auf dem Höhepunkt ihrer Reife

ernten. Anschließend werden sie unter einer speziellen Folie getrocknet, die sie vor UV-Strahlung schützt. Damit sollen möglichst viele Nährstoffe erhalten bleiben. Stoffe wie Magnesium, Kalium und Eisen sind in den trockenen Früchten zwar viel vorhanden, durch den Trocknungsprozess verschwinden allerdings die Vitamine. Durch den UV-Schutz sollen möglichst viele davon erhalten bleiben. „Mit reifen frischen Früchten können sie natürlich nicht mithalten“, so Fobissie Kamga. Mit den unreifen, die noch dazu oft einen langen Transportweg hinter sich haben, aber mitunter schon.

Allen Bio-Trockenfrüchten gemein ist, dass sie ungeschwefelt sind. Anders als viele vermuten, werden Trockenfrüchte weniger für eine längere Haltbarkeit, als vielmehr für eine schönere Farbe geschwefelt. Wer lieber kein E 220, also Schwefeldioxid essen will, muss dann eben Abstriche bei der Ästhetik machen und kann mit dem brauneren Bio-Obst auf Nummer sicher gehen.

Wenn von Trockenobst die Rede ist, sind die Superfoods nicht weit. Im Internet wird die Superkraft von Goji-Beeren mittlerweile genauso oft angezweifelt wie angepriesen. Tatsächlich sind Goji-Beeren, die oft aus China kommen, nichts anderes als Bocksdorn-Beeren. Und gemeiner Bocksdorn trägt in seiner wilden Form zwar weniger Früchte, wächst aber auch in deutschen Gärten.



Christoph Raffelt
Mundwerk

Auch im Wein gibt's Berberitze

Wenn man damit beginnt, beim Wein über Aromen zu sprechen, bilden sich schnell zwei Lager. Die einen schrecken zurück und halten das Gerede um die Komplexität von Weinen für Snobismus und die Eitelkeit desjenigen, der sich über den Wein auslässt – ein Verdacht, der sich im Einzelfall durchaus bestätigen lässt –, während andere sich darauf einlassen. So erging es mir auch. Ich habe mich in eine Duftwelt begeben, die ich vorher nicht kannte.

Als ich anfang, die Nase ins Weinglas zu stecken, wurde das zu einer gewissen Manie. Plötzlich nahm ich auch andere Gerüche intensiver wahr. So ist im Laufe von Jahren in meinem Kopf eine Art Aromabibliothek entstanden, auf die ich zurückgreife, wenn es darum geht, einen Wein zu beschreiben.

Unabhängig davon befinden sich in einem Wein nachweisbar Aromen. Wein, das weiß man heute, umfasst mindestens 800 verschiedene Moleküllarten, von denen wir erst wenige kennen und benannt haben. Rund 400 dieser Moleküle entstehen schon bei der Reifung der Trauben im Weinberg, etwa 400 weitere kommen bei der Gärung im Keller hinzu. Denn wenn die Hefen damit beginnen, Zucker in Alkohol umzuwandeln, entstehen parallel dazu noch weitere Umwandlungsprozesse.

Die Aromen, die sich im Weinberg bilden, sind die Primär-, bei der Gärung entstehen Sekundäraromen. Schließlich gibt es noch Tertiäraromen, die während der Reifung gebildet werden; denn Wein ist ja ein lebendiges Produkt, das sich im Laufe der Zeit verändert.

Die tertiären Aromen umfassen Noten wie Dörrobst, Rosinen, Nelken, Kakao, Schokolade oder Süßholz, Lederpolitur oder Champignons, Moos oder Tabak. Die Primäraromen, die schon im Weinberg entstehen, haben viel mit dem individuellen Charakter der einzelnen Rebsorte zu tun. Beispielsweise duften Sor-

ten wie Grüner Veltliner, Syrah oder Pineau d'Aunis oft stark nach Pfeffer. Sauvignon blanc oder unreifer Cabernet Sauvignon werden gern mit grünem Paprika in Verbindung gebracht, Bordeaux-Weine weisen oft minzige Aromen auf und reife Champagner erinnern an Brioche oder gerösteten Tabak.

Aroma ist keine Einbildung

Dass das keine Einbildung ist, bestätigen Aromaforscher: Tatsächlich findet sich etwa in Syrah das Molekül Rotundon, das stark konzentriert auch in weißem Pfeffer vorliegt. Grün riechender Sauvignon weist genauso wie grüne Paprika sehr viel Methoxypyrazin auf. Minzige Aromen stammen von Piperiton. Wein verliert nun schnell seine Aura, wenn man ihn auf eine Mischung von Aromamolekülen reduziert. Das geschieht, wenn Start-ups berühmte Weine im Labor nachzubauen versuchen. Doch vor allem die Komplexität ist so kaum erreichbar. Zu viele Faktoren spielen dabei eine Rolle, dass ein Wein etwas Besonderes ist, beispielsweise etwas so Einzigartiges wie die Weine von Elisabetta Foradori und ihrem Sohn Emilio.

Die Foradori haben die Trentiner Sorte Teroldego im Alleingang berühmt gemacht. Sie schafften es, die Kraft und Tiefe ihrer Weine mit großem Trinkfluss zu verbinden. Das lag in erster Linie daran, dass sie ihnen eine Frische brachten, wie sie sich etwa in roten säuerlichen Früchten findet. Die Rotweine der Foradori erinnern in hohem Maße an Berberitzen und Granatapfelsaft, an rote Johannisbeeren und oft auch an Schlehen, an kühlen Stein und Unterholz. Das verbinden sie mit seidigen Gerbstoffen, was zu einem entsprechend runden Mundgefühl führt. Die Weine der Azienda Agricola Foradori im Trentino und des Schwesterweinguts Ampeleia in der Toskana gibt es beispielsweise bei Pinard-de-Picard.de



BioKonditorei Eichel

SCHMECKT NATÜRLICH BESSER

Die erste zertifizierte BioKonditorei Hamburgs!

Osterstraße 15 • 20259 Hamburg
Geöffnet: Di-So 11.30 bis 18.00 Uhr
www.biokonditorei-eichel.de



VIVA CON AGUA

fördert weltweit Wasserprojekte.
Mit dem Kauf unseres Mineralwassers unterstützt du uns dabei.

vivaconagua.org