



PRISMA/PICTURES PARTNERS

Scharlachrote Königin

Erdbeeren werden in Liedern besungen, auf Kirchenbildern gezeigt, in Märchen als Symbol gebraucht. Jede Schweizerin und jeder Schweizer isst jährlich etwas mehr als 3 kg der süssen, saftigen roten Beeren, die gesundheitlich einiges zu bieten haben. Die roten Früchtchen, die mitsamt den Kernen gegessen werden, sind erst vor relativ kurzer Zeit zu uns gekommen, ihre entfernten Verwandten, die Walderdbeeren, kennt man dagegen schon viel länger.

VON MARIANNE BOTTA DIENER

«Früher», so bekommt man immer wieder zu hören, «haben die Erdbeeren viel besser geschmeckt als heute.» Doch gegessen werden sie von den Schweizern trotzdem: Immerhin 96% der Schweizer Bevölkerung essen gemäss einer Befragung die roten, leuchtenden Früchte «sehr gerne», was sich in einem Pro-Kopf-Konsum von immerhin 3,1 kg jährlich niederschlägt. Von den insgesamt 14 000 Tonnen Erdbeeren, die jährlich in der Schweiz konsumiert werden,

stammt lediglich ein Drittel aus heimischer Produktion.

Was bei den Konsumenten boomt, hat für die Produzenten und Händler seine Tücken: Die Renner der Frühlings-Sommer-Saison gehören zu den empfindlichsten Produkten in der Obst- und Gemüseabteilung. Folge davon: Die Konsumenten werden oft genug mit Sorten bedient, die mehr den Bedürfnissen der Erzeuger und des Handels als denen der Verbrauchers gerecht werden. Zudem sind insbeson-

dere importierte Erdbeeren sehr oft mit Pestiziden, Fungiziden, Wachstumsstoffen und Harzen belastet. Die traditionellen, in der Regel sehr empfindlichen Sorten verschwinden dagegen immer mehr aus dem Erwerbsanbau. Sie gelten heute als reine Liebhabersorten der Hobbygärtner.

Wie man an aromatische Erdbeeren kommt

Hobbygärtner sind in der Schweiz eine Minderheit. Doch auch jene, die keinen eigenen

Garten haben, können zu feinen Erdbeeren kommen. So pilgern jeden Sommer tausende von Familien, mit Plastikgeschirr bepackt, auf eine der unzähligen Erdbeerplantagen in der Schweiz. Die Mühe des Selber-Pflückens lohnt sich allemal, denn auf diesen Anlagen werden in der Regel immer noch so aromatische Sorten wie «Senga Sengana» angebaut. Zudem müssen vor Ort genaschte Erdbeeren nicht bezahlt werden, was zur Folge hat, dass zwar die Kleider des Nachwuchses mit roten Flecken übersät sind, was wiederum der Begeisterung der Kinder für die saftigen Beeren keinen Abbruch tut.

Umdenken im Gange

Doch auch im Grosshandel scheint das Gemunkel über die «früher besseren» Erdbeeren erste Resultate zu zeigen. Aus Spanien kamen in letzter Zeit Früchte, die nicht nur robust und ansehnlich waren, sondern auch einen feinen Geschmack hatten, der diesen Namen verdient. Grossverteiler wie Migros oder Coop bieten Erdbeeren zum Degustieren an, um auch skeptische Konsumenten von den Vorteilen der neuen Züchtungen zu überzeugen. Bereits heute gibt es über 1000 verschiedene Sorten, und die Weiterentwicklung sollte eigentlich kein Problem darstellen – beispielsweise durch die Kreuzung der Gartenerdbeere mit Walderdbeeren.

Die Frucht ist eigentlich gar keine Frucht

Die Erdbeere (*Fragaria*) gehört zur Familie der Rosengewächse (*Rosaceae*). Sie ist eine Scheinfrucht, denn die eigentlichen Früchte sind die auf dem Fruchtfleisch sitzenden Nüsschen. Botanisch gesehen ist sie deshalb

eine Sammelnussfrucht. Die meisten Sorten haben zwittrige Blüten und können sich selbst befruchten. Sorten, die ungenügend ausgebildete männliche Blütenorgane besitzen, benötigen eine Befruchtersorte mit ähnlicher Blütezeit.

Erdbeeren wachsen im gemässigten Klima auf der ganzen Welt. Am besten gedeihen sie in sonniger bis halbschattiger Lage auf einem nährstoffreichen, leicht sauren Boden. Unterschieden werden einmal und zweimal tragende Erdbeeren. Einmal tragende blühen nur unter Kurztagbedingungen, das heisst, sie entwickeln ihre Blüten nur im Frühjahr, solange die Tage noch kurz sind. Zwei- oder mehrmals tragende Sorten verhalten sich dagegen tagneutral – sie setzen also auch während der längeren Sommertage noch Blüten an.

Die Hauptangebotszeit einheimischer Erdbeeren ist von Mai bis August. Zweimal tragende Sorten können bis Frostbeginn geerntet werden. Das Angebot im zeitigen Frühjahr bzw. während des ganzen Jahres stammt vor allem aus Italien, Spanien, Israel oder Übersee.

Von Februar bis Ostern finden sich die spanischen Erdbeeren in den Schweizer Läden, dann kommt die norditalienische Importware, und von Mitte Mai an beherrschen die einheimischen Früchte das Marktgeschehen – schön gestaffelt nach der Sonneneinstrahlung in den Anbauregionen. Das Wallis macht den Anfang. Dann kommen die Beeren aus der Ostschweiz und ein paar Tage später aus dem Mittelland.

Alles begann mit der Walderdbeere

Bis die Gartenerdbeere überhaupt zu uns kam, vergingen



BASIL BESLER, CA. 1610/STAPLETON COLLECTION

Die Walderdbeere (Bild) ist seit der Steinzeit bekannt. Sie ist allerdings nicht die Ahnin, sondern nur eine entfernte Verwandte der Gartenerdbeere.

Jahrtausende. Nur die Walderdbeere (*fragaria vesca*) kannten bereits unsere Urahnen. Doch um es gleich vorwegzunehmen: Die Walderdbeeren sind keineswegs die Urform unserer heutigen Gartenerdbeere, sondern lediglich entfernte Verwandte. Trotzdem beginnt die spannende Erdbeergeschichte bei den oft als Heilmittel gepriesenen Walderdbeeren.

Erste Funde reichen bis in die jüngste Steinzeit zurück. Bereits in der Antike priesen die römischen Dichter Vergil (19 v. Chr.), Ovid (18 n. Chr.) und Plinius (79 n. Chr.) die Qualitäten der kleinen, aromatischen Walderdbeeren. Sie nannte sie «frega» oder «fregum». Eine eher sagenhafte Geschichte dagegen erzählt, dass im Jahr 916 ein Mann namens Julius de Berry seinem König eine Schale mit Walderdbeeren servierte. Dieser war daraufhin so entzückt, dass er de Berry zum Ritter schlug, ihm den Namen «Fraise» gab und er sein Familienwappen fortan mit sechs Erdbeerblüten schmücken durfte.

Der botanische Name «*fragaria*», abgeleitet von «*fragare*», also «duften», taucht zum ersten Mal bei Matthäus Silvaticus im Jahre 1330 auf. Der schwedische Botaniker Carl von Linné, der im 18. Jahrhundert lebte und die gesamte Pflanzenwelt systematisch ordnete, fügte dem Namen das lateinische Wort «*vesca*» hinzu. Es stammt von «*versusa*» (essbar). Linné soll sich gleich

selbst durch eine Kur mit Erdbeerblätterttee und frischen Walderdbeeren von seiner Gicht geheilt haben.

Im Mittelalter gab es grosse Flächen, auf denen Walderdbeeren kultiviert wurden. Man konnte bereits verschiedene Kulturmethoden, um die Reife zu beschleunigen oder die Ernte zu verlängern. Nur die Fruchtgrösse der aromatischen Winzlinge liess sich durch nichts verbessern, sie wachsen bis heute kaum fingernagelgross. Ihre Nachteile machen sie jedoch mehr als wett durch ihr unvergleichliches Aroma. Allerdings sind sie zum Kochen nicht geeignet, da die grünen Kernchen der Früchte einen Bitterstoff enthalten, der erst nach einer gewissen Kochzeit zum Vorschein kommt. Es wäre deshalb fatal, eine Konfitüre aus den süssen kleinen Früchtchen herzustellen,

sie würde unweigerlich im Abfall landen.

Von der Scharlacherdbeere aus Kanada ...

Die Geschichte der heutigen Gartenerdbeere fand ihre Fortsetzung erst mehrere Jahrhunderte später. Französische Siedler fanden entlang des kanadischen Sankt-Lorenz-Stromes leuchtend scharlachrote Erdbeeren, die sehr aromatisch schmeckten und zugleich recht gross waren. Als «Amerikanische Scharlacherdbeere» fand diese langkegelförmige Frucht rasch Eingang in die botanischen Gärten Europas. Englische Siedler entdeckten in Virginia eine weitere Form der Scharlacherdbeere (*Fragaria virginiana*) mit fast kugelförmigen Früchten. Diese Erdbeerart reifte deutlich vor der Walderdbeere. Die ansehnliche Fruchtgrösse tat

das ihre, um die Walderdbeere rasch aus dem Anbau wieder auf ihr ursprüngliches Gebiet – wild wachsend im Wald – zu verdrängen. 1820 gab es bereits 70 Sorten der Scharlacherdbeeren.

... zur Schönen aus Chile

Die direkten Vorfahren der grossen roten Erdbeeren, die heute den heimischen Markt bestimmen, kommen ebenfalls aus Übersee. Sie sind eine Kreuzung aus der kleinen amerikanischen Scharlacherdbeere mit der grossfruchtigen «Schönen von Chile», die der französische Fregattenkapitän und Hobbybotaniker Amédée François Frezier 1714 von seinen Fahrten mitbrachte. Diese Erdbeere aus Chile sah ganz anders aus als die bisher bekannten Arten: ledrigstarre, blaugrüne Blätter, behaarte Stängel und sensationell grosse Früchte. Ein gewisser Herr Sickler, der diese Erdbeeren im Hohenheimer Hofgarten des Herzogs von Württemberg kennen lernte, schrieb seine Begeisterung 1805 nieder: «Eine Erdbeere, die so gross ist wie ein mässiges Hühnerei. Gott im Himmel – welche Wohltat für unsern Gaumen und Zunge, und nur ein halbes Dutzend solcher Erdbeeren, welch ein Göttergericht!»

Nach längerem Beobachten zeigte sich jedoch, dass die Pflanzen kaum Früchte ansetzten und deutlich unter der europäischen Winterkälte litten. Die bretonischen Bauern hatten den Grund für die geringen Erträge wesentlich schneller herausgefunden als die deutschen Gärtner: Chile-Erdbeeren waren zweihäusig, es gab also rein männlich und rein weiblich blühende Pflanzen. Die Bretonen setzten die Chile-Erdbeeren deshalb zwischen Scharlacherdbeeren und garantierten so die Befruchtung der Blüten. Die zu

Von der Jungfrau Maria bis zu Asterix

Die Walderdbeere spielt in vielen Mythen und Sagen eine grosse Rolle.

In der germanischen Mythologie soll die Göttin Frigga die toten Kinder in Erdbeeren versteckt haben, um sie dann so nach Walhall zu nehmen. Legenden behaupten, dass Gottesmutter Maria einmal pro Jahr auf die Erde herabsteige, um Erdbeeren für die verstorbenen, nun im Paradies lebenden Kinder zu sammeln. In einigen Regionen der Welt gilt deshalb bis heute, dass eine Frau, die ein Kind verloren hat, keine Erdbeeren mehr essen dürfe. Wohl deswegen sind auf mehreren Gemälden von Maria Erdbeerpflanzen zu sehen.

Erdbeeren kommen zudem in vielen Märchen und Sagen vor. Typisch ist die Geschichte vom armen Mädchen, das mitten im Winter und ohne warme Kleider losgeschickt wird, um Erdbeeren zu sammeln («Die drei Männchen im Walde», Variationen von «Frau Holle» der Gebrüder Grimm).

Auch in Filmen gehts nicht ohne die süssen Früchtchen, allerdings in der Regel als erotische Komponente: zum Beispiel im Film «Neuneinhalb Wochen» von Adrian Lyne (mit Mickey Rourke und Kim Basinger) oder in «Pretty Woman», als der Millionär (Richard Gere) der

jungen Frau (Julia Roberts) Erdbeeren und Champagner aufs Zimmer bringen lässt.

Auch Asterix und Obelix waren den Erdbeeren zugetan: Als die Helden von den Römern gezwungen werden, ihren berühmten Zaubersaft zuzubereiten, lassen Asterix und Obelix ein paar dämliche Römer mitten im Winter Erdbeeren holen. Sie traben an, mit hängender Zunge und einem lächerlich kleinen Körbchen voller Erdbeeren, und die beiden Gallier beginnen sie sogleich zu essen, während die zuschauenden Römer ihren Zorn kaum im Zaum halten können.

weit entfernte Verwandte, die Walderdbeere, war als Befruchtersorte ungeeignet. Mit dieser Anbaumethode hatten die Franzosen so viel Erfolg, dass sie von 1750 an in der Hochsaison im Hafen von Brest täglich 20 Schiffe mit Erdbeeren beladen und exportieren konnten.

Die Ananas-Erdbeere: die Mutter unserer Gartenerdbeere

In Amsterdam tauchte um 1750 eine neue Art von Erdbeeren auf. Die Holländer nannten sie wegen ihres Geschmacks und der Form «Ananas-Erdbeere». Der Gärtner Antoine Nicolas Duchesne erkannte, dass es sich um eine Mischform handelte, hervorgegangen aus Blüten der Chile-Erdbeere, die mit Pollen der Scharlacherdbeere bestäubt worden waren. Diese Artkreuzung ist die Stammform unserer heutigen Gartenerdbeere (*fragaria ananassa*).

Viele Muntermacher

Bei der Erdbeere ist die Zeitspanne zwischen Blüte und Ernte enorm kurz. Umso stärker wirken sich Witterung und Kulturmaßnahmen auf die Inhaltsstoffe aus. Entsprechend gross sind die Streubreiten bei derselben Sorte von Frucht zu Frucht innerhalb einer Pflanze, von Pflanze zu Pflanze und von Standort zu Standort. Auch im Verlauf der Saison schwanken die Gehalte an wertgebenden Inhaltsstoffen. Selbst wenn konkrete Zahlenangaben nur Durchschnittswerte sein können, bietet die Erdbeere eine Fülle an Vitaminen, Spurenelementen und bioaktiven Substanzen, die gesundheitsfördernd sind. Beachtlich ist der hohe Vitamin-C-Gehalt, mit dem die Erdbeeren sogar Orangen und Zitronen schlagen, nämlich 60 mg pro 100 g

Fruchtfleisch. Auch in Bezug auf die licht- und wärmeempfindliche Folsäure liegen Erdbeeren bei den Früchten in der Spitzengruppe. Sie enthalten zudem reichlich Mineralstoffe, die vorwiegend in den Samen stecken. Denn beim Beerenobst isst man sie mit – bei der Erdbeere sind es die gelblichen Nusskörnchen auf der Haut. Erdbeeren liefern auffallend viel Mangan und Eisen, aber auch reichliche Calcium und Magnesium, daneben Phosphor, Kupfer und Kalium. Auch sekundäre Pflanzenstoffe werden reichlich geliefert: die Erdbeere enthält neben vielen anderen Polyphenolen die Phenolsäuren Ferulasäure und Ellagsäure, beide haben einen schützenden Effekt gegen Krebserkrankungen. Die Phenolsäuren haben weitere gesundheitliche Vorteile, sie beugen Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Infektionen vor. Allerdings enthalten nur ganz frische Früchte reichlich von diesen oxidationsempfindlichen Gesundheitshelfern.

Wermutstropfen: Allergien

Doch nicht alle Menschen vertragen Erdbeeren. Manche reagieren nach dem Verzehr der roten Früchte allergisch und leiden in der Folge unter einem juckenden Ausschlag (Nesselsucht). Schuld daran ist in den meisten Fällen der chininähnliche Stoff «Fragarianum». Er kann ausserdem eine Störung der Magennerven verursachen. Empfehlungen gehen dahin, dass man die Früchte entweder kurz vor dem Verzehr mit kochendem Wasser übergiesst und danach kalt abschreckt oder aber sie passiert, Rahm und/oder Calcium hinzu gibt und sie als Fruchtmark geniesst. Hilft dies alles nichts, muss leider auf die Früchte verzichtet werden. □

WWW.PINEAU-CLUB.COM



Raffinierte Desserts

Schwarzer, frisch gemahlener Pfeffer verstärkt das Aroma frischer Erdbeeren. Auch Rot- oder Portwein passt ausgezeichnet zu den Früchten, sie können damit mariniert werden, wobei innert kürzester Zeit ein köstliches Dessert entsteht.

Erdbeeren lassen sich gut mit Rhabarber, Apfel, Spargel oder Avocado kombinieren und können mit Milchprodukten schnell und einfach verarbeitet werden. Sie schmecken als Konfitüren, veredeln jede Torte und dienen als farbenfrohe Dekoration.

Neben den Beeren finden auch die Blätter für Tee Verwendung, allerdings eignen sich dafür nur die Blätter der Walderdbeeren.

Warmes Erdbeer-Fricassée

Zutaten

- 800 g Erdbeeren
- 20 g Butter
- 50 g Zucker
- 20 cl Pineau des Charentes rosé (oder ein anderer süsser Likörwein)
- 250 g Vanilleglace
- frischer, gemahlener Pfeffer
- 4 Blätter frische Minze

Zubereitung

Die Erdbeeren waschen und entstielen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die ganzen Erdbeeren hinzugeben, kurz andünsten, dann den Zucker darüber streuen. Zwei Minuten kochen lassen und mit dem Pineau des Charentes rosé ablöschen. Die Erdbeeren aus der Pfanne nehmen und in vier tiefen Tellern verteilen. Den Pineau des Charentes bis zur Hälfte einkochen lassen, dann die Erdbeeren damit übergiessen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken und eine Kugel Vanilleeis darauf setzen. Mit einem Pfefferminzblatt dekorieren und sofort servieren.