

LEBENSART

DAS MAGAZIN FÜR NACHHALTIGE LEBENSKULTUR SEPT/OKT 14

100.000 Sachen

Was in Ihrer Tasche steckt

10.000 Schritte

Wie Sie Ihr Herz gesund halten

1.000 Euro

Investments mit Mehrwert

100 Kilometer

WO WÄCHST IHR ESSEN?



Die Birnen sind reif!

SONJA SCHNÖGL

Die Birne ist eine ausgesprochen sinnliche Frucht. Wenn sie wirklich reif ist, belohnt sie uns mit süßem, saftigem Schmelz im Mund. Viele lokale Birnensorten drohen heute zu verschwinden. Es lohnt sich, sie zu erhalten und ihren großen kulinarischen Wert für uns zu entdecken!

„Wie eine Schneeflocke ist auch eine perfekte reife Birne etwas Vergänglich. Etwas, das eingefangen, zärtlich in der Hand gehalten und kurz bestaunt werden muss, bevor es für immer verschwindet“, sagt Nigel Slater. Der bekannte englische Koch spielt mit diesem Vergleich auf die kurze Zeit an, in der Birnen reif und geschmacklich am Höhepunkt sind. Dann und nur dann entfaltet sich ihr Aroma, nur dann sind sie süß, saftig und schmelzen im Mund. Einen Tag später beginnt schon der Niedergang „in Richtung weiche Formlosigkeit“ (Slater). Davor aber bezaubern uns die Birnen

Die perfekte reife Birne
ist vergänglich
wie eine Schneeflocke.

mit ihren anmutigen, üppigen, sinnlichen Formen; mit ihren Farben aus der Palette des Herbstes – mattes Grün,

Zimtbraun und mildes Gelb, sanftes Orange und rostiges Rot.

Ein vielversprechendes Obst also, aber kein einfaches. Birnen wollen zum richtigen Zeitpunkt geerntet und gegessen werden. Wir müssen warten, bis sie perfekt sind. Und wir müssen sie gut behandeln. Nur so gewähren sie uns vollen Genuss. Im Gegensatz zum Apfel, mit dem die Birne gern in einem Atemzug genannt wird, kann man sie in reifem Zustand nicht so gut einstecken und mitnehmen. Sie ist druckempfindlich, wenn man hineinbeißt, tropft sie, ihr Saft ist klebrig. Am besten isst man sie mit Messer und Gabel auf einem Teller – ein Luxus in unserer Zeit, die Fast Food und To-go-Angebote bevorzugt.

150 JAHRE ALTE BIO-BIRNBÄUME

„Man muss die Eigenschaften der Birne kennen, um sie richtig nutzen zu können“, sagt Karl Zwickl und meint damit zum Beispiel die unterschiedlichen Reifezeiten von Sommer-, Herbst- und Winterbirnen. Die einen erntet man schon im August, die anderen erst im Oktober. Zwickl betreibt gemeinsam mit seiner Frau Andrea eine auf Obst spezialisierte Bio-Landwirtschaft in Priggitz, Niederösterreich. Er kennt sich aus mit Birnen, vor

allem mit seltenen alten Sorten. Auf den drei Hektar Streuobstwiesen der Familie stehen rund 500 bis 600 Obstbäume, in erster Linie Äpfel und Birnen. Zwickl: „Wir haben Birnbäume, die schon 150 Jahre alt sind.“ Etwa 20 verschiedene Birnensorten sind es, ein Teil Tafelbirnen, ein Teil Mostbirnen, darunter zum Beispiel Gellerts Butterbirne, Clapps Liebling, Pastorenbirne, Gute Luise und Hirschbirne. Etliche Sorten haben nur lokal bekannte Namen bzw. warten überhaupt noch darauf, benannt zu werden. „Es geht darum, diese Bestände zu erfassen, zu bestimmen und vor allem zu erhalten. Dafür arbeiten wir mit dem Verein Arche Noah zusammen“, erzählt Karl Zwickl.

Priggitz ist eine kleine Gemeinde im Semmering-Rax-Schneeberg-Gebiet mit sehr vielen Obstbäumen. „Wir konnten 110 verschiedene Obstsorten nachweisen und bestimmen“, sagt Bernd Kajtna von Arche Noah. Obstbau gab es in der Region bereits vor 200 Jahren, weiß Karl Zwickl. Mitte des vorigen Jahrhunderts wurden in Priggitz 40.000 Bäume gezählt, heute sind es nur mehr 5.000. Aber immerhin – lauter Hochstammbäume auf Streuobstwiesen, die in den letzten 200 Jahren nie gespritzt und nur von dort weidenden Kühen gedüngt wurden.

Ausflugstipp: Eine gute Gelegenheit, sich die Obst-Gemeinde Priggitz anzusehen, gibt es am 10./11. Oktober 2014 beim „Apfeltag“ mit Sortenausstellung und Verkostungen, www.priggitz.at



Karl Zwickl kultiviert in Priggitz 20 verschiedene Birnensorten.



Das ist heutzutage schon eine Rarität! Bernd Kajtna: „Die Vielfalt der früher kultivierten angepassten Lokalsorten verschwindet bei uns. Fünf Sorten machen die Hälfte aller Birnbäume in den Hausgärten aus. Dafür werden Birnen aus Südafrika und Argentinien importiert.“ Menschen wie Karl Zwickl und Bernd Kajtna arbeiten dafür, dass lokale Sorten wieder verbreitet werden. Sie werden in Baumschulen erhältlich sein und so hoffentlich ihren Weg in viele Gärten finden. Die Zwickls verarbeiten ihre Birnen zu Most, Saft, Edelbränden und Likör sowie zu würzigen Chutneys und verkaufen sie im eigenen Hofladen, im Online-Shop und auf lokalen Märkten. Die Nachfrage nach den Tafelbirnen einfach so zum Essen sei nicht so groß, meint der engagierte Bio-Obstbauer, der im Hauptberuf übrigens als Techniker arbeitet.

BIRNENLAND ÖSTERREICH?

Nein, wir Österreicher sind eher keine Birnenesser. Der Pro-Kopf-Verzehr von Birnen inklusive verarbeiteter Früchte betrug laut Statistik Austria im Wirtschaftsjahr 2012/2013 gerade einmal 4,3 Kilogramm. Damit liegen die Bir-



nen weit abgeschlagen hinter Äpfeln (19,5), aber auch Pfirsiche und Nektarinen (4,6), Orangen (6,3) und Bananen (11,49) werden häufiger verzehrt. Da ist also noch reichlich Luft nach oben!

Die (Bio-)Birnen, die in die Supermärkte kommen, stammen aus sogenannten Erwerbsobstanlagen, überwiegend aus der Steiermark und aus Niederösterreich, weil das Klima dort gut passt. Birnen haben es gerne warm und gedeihen dort gut, wo auch der Wein wächst. Es gibt aber auch robustere Sorten, die sich an das lokale Klima angepasst haben, wie zum Beispiel in Priggitz. Weltweit gibt es meh-

rere tausend Birnensorten. Im Handel spielen nur etwa fünf bis zehn eine Rolle – darunter Williams Christ, Abate Fetel, Packhams und Kaiser Alexander. Bei Bio-Birnen ist es oft die Sorte Uta, die unter dem Handelsnamen „Gute Helene“ angeboten wird. Sie hat sich im Anbau in Österreich gut bewährt. Nun gilt es vor allem, einen Genuss versprechenden Umgang mit der Birne zu entwickeln. Bei Edelbränden, Most und Essig haben Regionen wie das Mostviertel oder das steirische Pöllautal schon gezeigt, wie das geht.

Bei den Tafelbirnen sind wir Konsumenten und Genießer auch selbst gefordert, die vielen überzeugenden kulinarischen Möglichkeiten der Birne – von der Vorspeise bis zum Dessert – zu entdecken:

Ein grüner Salat zum Beispiel aus jungen Spinatblättern oder zarten Fisolen wird durch reife Birnenschnitze zu einem kulinarischen Kunstwerk. Nüsse, Speck und geräucherter Fisch wären weitere passende Zutaten.

Birnen können im Ofen mit einem Schweinsbraten oder (Wild-)Geflügel

gemeinsam geschmort werden. Zum Begießen eignet sich Birnenmost.

Birnen und Käse passen ausgezeichnet zusammen, etwa ein kräftiger Blauschimmelkäse, ein Parmesan, aber auch mildere Käsesorten. Ein paar Walnüsse wären eine würdige Ergänzung.

Als Dessert schmecken in einem Saft-/Wein-/Gewürzsud pochierte Birnen etwa mit Schokoladesauce oder mit einer üppigen Mascarpone-Vanillecreme. Oder wie wäre es mit in Butter gebratenen und mit braunem Zucker karamellisierten Birnen?

Aber natürlich ist eine reife Birne ein wunderbares Dessert, das völlig ohne weitere Zutaten auskommt.

Ein eigenes Kapitel ist das Dörren von Birnen. „Früher waren die Leute darauf angewiesen, weil es nichts anderes gegeben hat. Wenn man auf Regionalität wirklich Wert legt, muss man diese alten Konservierungsmethoden wieder aktivieren“, meint Karl Zwickl. Die Birnen für den Winter kommen dann nicht aus den Kühl-, sondern aus den Dörrhäusern, wie es sie früher in allen Dörfern gegeben hat. ←

INFOS:

www.biozwickl.at (Hofladen: Samstag 9 bis 17 Uhr)
www.arche-noah.at, www.nigelslater.com



Birnen harmonisieren ausgezeichnet mit Käse und Walnüssen.

BITTE ESSEN

WANN IST DIE BIRNE GENUSSREIF?

01

Wie auch bei anderem Obst unterscheidet man bei Birnen zwischen

Pflückreife und Genussreife. Bei den Sommerbirnen fällt beides praktisch zusammen, Herbst- und Winterbirnen werden zum Reifen gelagert.

02

Birnen, die man im Supermarkt kauft, sind meist noch nicht essreif, sondern hart und weitgehend geschmacklos. Man lagert sie am besten bei Zimmertemperatur. Die Reifezeit dauert je nach Sorte unterschiedlich lang, meist reichen ein paar Tage.

03

Birnen sind druckempfindlich. Legen Sie sie nebeneinander mit etwas Abstand zwischen den Früchten.

04

Beobachten Sie die Birnen beim Reifen. Wenn rund um den Stiel an der Frucht leichte Falten sichtbar sind, dann haben sie die richtige Genussreife. Sie duften dann auch nach Birne. Allerdings sollten sie dann auch rasch verbraucht werden.