

Alte Obstsorten und bewährte Wissensschätze

Selbstversorgung ist im Trend. Vermehrt wird wieder zum Einmachglas gegriffen. Im Zeitalter von Foodwaste steigt das Bewusstsein für bewährte und wieder entdeckte Wissensschätze aus dem Reich der Selbstversorgung. Oft fehlt das Wissen, was alles geerntet oder gesammelt und was daraus Kreatives kreiert werden könnte. Konfi & Co. sind uns gut bekannt, aber was ist mit Spezialitäten wie Essigsaueres, Liköre oder gar Schwarze Nuss oder Marrons glacés? Zudem fehlt uns auch ab und zu ein Kniff wie es besser gehen könnte. So kann durch Tiefgefrieren der erste Frost simuliert werden und die Schlehen lassen besser vom Stiel. Im Gegenzug dazu wird Hitze im Kampf gegen das Marronihäutchen beim Schälen benötigt.

Das Nachschlagewerk «selbstgemacht-eingemacht-feingemacht» weiss auf fast alles eine Antwort. Bewährtes und wieder entdecktes Wissen rund um das Handwerk der Lagerung, Verarbeitung und Konservierung von saisonalen und einheimischen Lebensmitteln ist gesammelt und auf einen Handgriff zugänglich. Die Anleitungen sind ergänzt mit attraktiven Schritt-für-Schritt-Anleitungen in Text und Bildern. Seit diesem Sommer widmet sich das Kapitel «Genuss aus der Natur» der Verarbeitung von Wildobst und Kastanien. Das neue Kapitel liefert Wissen zur Verarbeitung von Wildobst sowie wertvolle Hintergrundinformationen. Steckbriefe von gängigen Wildfrüchten, ergänzt mit schönen Bildern, helfen beim Sammeln. Eine übersichtliche Tabelle informiert einfach und schnell über Inhaltsstoffe, Reifezeitpunkt und geeignete Konservierungsmethoden. Der Kastanien-Teil liefert Informationen über Vorkommen, Ernte, Lagerung bis hin zur Verarbeitung.

FRUCTUS als Partnerin

Den Autorinnen des Nachschlagewerks geht es um bewährtes und wiederentdecktes Wissen, das von Bäuerinnen aber auch von anderen Leuten mit Freude an der Selbstversorgung, angewendet werden soll und den neusten Begebenheiten angepasst ist. Bei Fructus geht es um die Förderung alter Obstsorten. Dies geht nur, wenn die Obstsorten weiter vermehrt, angepflanzt und gegessen, sprich zu Produkten verarbeitet werden. Alte Obstsorten und Einmachtipps entpuppen sich sozusagen als «Dream-Team». Deshalb wird im Kapitel «Im Winter frisch auf den Tisch – Frischlagerung von Gemüse, Kartoffeln und Obst»



Eingemachte Aprikosen-Köstlichkeiten (Bild: Agridea)

auf die FRUCTUS-Unterlagen «Alte Obstsorten für Kochtopf und Ofen», sowie im Kapitel «Apfelschnitt und Kräutertee – Trocknen und Dörren» auf die Liste «Ölmühlen der Schweiz» hingewiesen. Die Zusammenarbeit wird durch die Nennung von FRUCTUS als Partnerin auf dem Umschlag des wertvollen Küchenbegleiters sichtbar gemacht.

Esther Thalman, Landwirtin und Natur- und Umweltfachfrau arbeitet bei AGRIDEA, ist seit mehreren Jahren FRUCTUS-Mitglied und füllt gerne allerhand Dinge in Gläser ein.

«selbstgemacht-eingemacht-feingemacht» wurde von den bäuerlich-hauswirtschaftlichen Fachfrauen Silvia Hohl (SG), Maya Mohler (BL), Rita Steiner-Lippuner (SO) und Frieda Steffen-Regli (UR) erarbeitet und wird regelmässig in Zusammenarbeit mit der AGRIDEA aktualisiert. Es wird in der Bäuerinnenausbildung im Modul Produkteverwertung eingesetzt, eignet sich aber auch für alle, die Freude an Produkteverarbeitung und Selbstversorgung haben.

Zu kaufen gibt es das Nachschlagewerk unter www.agridea.ch als praktischen Gesamt-Ordner inklusive Rezepte-CD für CHF 79.00 oder jedes der 14 Kapitel als einzelne Broschüre.

