

Der Blick über den Tellerrand

Garten und Ernährung im rasanten Wandel



Oktober 2022

Die 1960er Jahre: Neue Pflanzen.

Das kulinarische Angebot wurde langsam auch dort reichhaltiger, wo Hausmannskost bislang den Vorzug hatte. Mitbürger aus Italien, Griechenland, Jugoslawien, Ungarn, Spanien und Portugal importierten Mittelmeerpflanzen, beispielsweise spezielle Kürbissorten wie Zucchini, Aubergine oder Paprika. Neue, resistente Sorten wurden für den hiesigen Anbau gezüchtet. In Gewächshäusern von Gärtnereien wurden neue Tomatensorten angebaut. Kräuterpflanzen wie Rosmarin und Thymian verbreiteten sich. Sie weckten Urlaubserinnerungen der Touristen.

Viele dieser Pflanzen lassen sich auch in kleinen Gärten und Balkonkästen ziehen. Als beliebter Schärfe-Geber eignet sich Chili. Samen müssen in den ersten Monaten des Jahres in Anzuchterde keimen. Die kleinen Pflanzen sind noch temperaturempfindlich und müssen regelmäßig gegossen werden. Ab Mai/Juni gedeihen sie im Freiland und setzen Schoten an. Diese benötigen aber noch bis in den Herbst Zeit zum Reifen. Die Früchte lassen sich aufgefädelt gut trocknen und anschließend vielseitig verwenden. Ein Beispiel:

Chili-Käse-Gebäck. Dafür 100 g Dinkelmehl Type 630, 100 g Weizenvollkornmehl (oder 200 g Weizenmehl 1050), 150 g Butter, 2 El Saure Sahne, 200 g geriebener Käse (Greyerzer oder Cheddar), etwas Salz und 1 Tl Chiliflocken verkneten, ½ Std. kühlen, ausrollen, in Streifen schneiden, wunschgemäß teilen. Mit Wasser oder Milch bestreichen, Chili und/oder Schwarzkümmel zum Bestreuen verwenden, bei 200 °C (180 °C Umluft) 12-15 Min. backen. Guten Appetit!