



AUF DIE SPITZE GETRIEBEN



Was in Norddeutschland eher als Unkraut gilt, hat im Saarland kulinarische Tradition. Raimund Klein baut dort in vierter Generation Löwenzahn als Gemüse an.





Löwenzahn-Samen sind Leichtgewichte. Von ihren Fallschirmchen befreit wiegen 1 000 Stück von ihnen gerade mal 0,6 bis 0,7 g.



Nach zwei bis drei Wochen schieben sich die Spitzen des Löwenzahns durch die angehäuften Erde. Dann kann die Ernte losgehen.



Löwenzahn-Anbauer müssen findig sein: Spezielle Maschinen gibt es nicht. Raimund Klein hat einen Kartoffelroder für die Ernte umgebaut.



Rasch werden die gerodeten Pflanzen eingesammelt und ins Treibhaus gebracht. Dort lassen ein paar Tage Wärme das zarte gelbe Herz sprießen.



Unten weiß und zart, oben grün und kräftig: Fast schon perfekt kommt der Löwenzahn vom Acker. Aber noch warten vier, fünf Tage Treibhaus auf ihn.

LÖWENZAHN DANK LUDWIG XIV.

Die Saarländer verdanken ihre Löwenzahn-Tradition Ludwig XIV. Im Frieden von Nimwegen 1678/79 war dem französischen König das heutige Saarland zugefallen. Mit den Franzosen zog auch ihre Lebensart ein, und dazu gehörte der Löwenzahn. Auf den saarländischen Wiesen wuchs jedoch nicht genug von dem Grün. Und aus Frankreich liefern klappte nicht, denn so robust die wilde Pflanze erscheint, zum Verzehr geerntet verträgt sie keine langen Reisen. Also mussten die Bauern rund um Saarlouis ran und den „Piss-en-Lit“ anbauen, wie die Franzosen mit Bezug auf die harntreibende Wirkung sagen. Was die Franzosen so gern aßen, konnte nicht schlecht sein und

so kamen die Saarländer selbst auf den Geschmack und machten Löwenzahn zu ihrer Spezialität. Vor gut 100 Jahren kultivierten ihn allein im Raum Saarlouis etwa 130 Betriebe. Heute sind es nur noch sieben. Rund 500 Namen soll es für die fast allgegenwärtige Pflanze geben. Sie beziehen sich auf die Blattform (zum Beispiel Löwenzahn), die Blüte (Butterblume), die hohlen Stängel (Röhrlblume), auf den Milchsaft (Milchdistel), den Fruchtstand (Pustelblume), auf die Weide als Standort (Kuhblume), auf ihre Nutzung für Blütenkränzen (Kettenblume) oder auf ihre verdauungsfördernde Wirkung (Pissale).

Aschermittwoch herrscht bei Gemüsegärtner Raimund Klein in Saarlouis Hochbetrieb: Löwenzahn *Taraxacum officinale* dominiert das Bild. Kiste um Kiste voll der weißen Stauden mit ihren grünen Spitzen landet auf dem Arbeitstisch. Im Eiltempo putzen und sortieren Chefin Sieglinde Klein und die langjährigen Mitarbeiter Perrusa Bozkurt und Zorka Mialewa sie durch. Zorkas Ehemann Yordan steht währenddessen an den großen Wannen, wäscht den Löwenzahn und packt je 2 kg davon in die Verkaufskisten, was je nach Stärke der Pflanzen 80 bis 100 Stück bedeutet.

Zur Fastenzeit

Chef Raimund Klein macht derweil den Transporter fertig, um das knackige Gemüse in die Lisdorfer Frischgemüse-Genossenschaft zu bringen, wo sich Marktstände, Läden und Restaurants eindecken. Nach den tollen Tagen ist Löwenzahn im Saarland besonders begehrt: Seine Inhaltsstoffe treiben die Nachwirkungen von zu langer Feierei aus den

Knochen (siehe Infotext auf Seite 129). Daher hat es im Saarland Tradition, mit Löwenzahn in die Fastenzeit zu starten. Aber auch außerhalb der Fastenzeit wird das Kraut gern gegessen: Von November bis April bringen die Saarländer und manche Pfälzer Nachbarn ihn auf den Tisch. Früher sammelte man den Röhrlsalat, wie er aufgrund seiner hohlen Stängel auch genannt wird, auf den Wiesen. Beliebt waren vor allem die Stauden, die in Maulwurfshügeln steckten, denn sie schmecken besonders zart: Die von den eifrigen Buddlern aufgehäuften Erde schützt die Pflanzen vor Licht und hemmt so die Entwicklung von Bitterstoffen. Hier und da findet man Löwenzahn auch kultiviert in den Gärten. Aber meist verlässt man sich auf die Profis, denn so robust der wilde Löwenzahn auch ist, die Kultur verlangt einiges an Kenntnissen und Erfahrung.

Schwieriges Leichtgewicht

Das beginnt schon mit der Aussaat im Frühjahr. „Die Samen sind extrem leicht“, sagt Löwenzahn-Anbauer

Raimund Klein und schüttet die Hand voll Körner. Ihr Gewicht ist kaum zu spüren. Darf es auch nicht, schließlich sollen sie an ihren „Fallschirmchen“ weit von der Mutterpflanze wegsegeln können. Vom Schirmchen befreit und gereinigt wiegen 1 000 Samenkörner gerade mal 0,6 bis 0,7 g. „Je schwerer sie sind, desto besser ist ihre Qualität“, sagt der Fachmann. Der Samen darf weder zu dicht noch zu weit liegen. Am besten sind 2 bis 5 cm Abstand in der Reihe, bei 50 cm zwischen den Reihen. Außerdem ist der *Taraxacum* ein Dunkelkeimer: Damit er es behaglich hat, wird er etwa einen Zentimeter mit Erde bedeckt. So kann er in regenarmen Phasen auch nicht austrocknen. Bewässert werden die Flächen nicht. Angebaut werden Kultursorten. Meist wählt Raimund Klein 'Verbesserter Vollherziger' und 'Nouvelle'. Gern sät er auch 'Riesentreib', aber das Saatgut ist nicht immer zu bekommen. Vor der Aussaat rodet Raimund Klein die alten Wurzeln und häckselt sie an der Oberfläche. Auch die Abfälle vom

Putzen wandern immer gleich wieder zurück auf den Acker und geben entzogene Nährstoffe zurück. Auf den meisten der 3,5 ha Lisdorfer Löwenzahnflächen steht humoser, lehmiger Sand oder sandiger Lehm an, der den Pflanzen sehr behagt. Nur bei der Bodenvorbereitung im Frühjahr wird gedüngt. Später ist das nicht mehr nötig. Hat der *Taraxacum* erst einmal Fuß gefasst, ist er widerstandsfähig und unkompliziert. Er will nur nicht immer auf den gleichen Flächen stehen. Damit keine Bodenmüdigkeit entsteht, tauscht der Gemüsegärtner die Äcker alle fünf Jahre.

Ernte in Etappen

Während des Sommers entwickeln sich die charakteristischen grünen Blatthorste in den Reihen. Mehrmals werden sie mechanisch gelockert, damit sich die Wurzeln kräftig entwickeln. Am Ende des Sommers sind sie 1 bis 1,5 cm dick und reichen rund 1 m tief in den Boden. Ab Anfang Oktober gehen die Vorbereitungen für die Ernte los.

„Das beste Rezept für meine Finanzen:
nachhaltige Vermögensberatung
aus der Region.“

Cornelia Poletto, Spitzenköchin
und Sparkassen-Kundin



Die Finanzberatung der Sparkasse – Vermögen braucht Vertrauen.

Sparanlagen. Wertpapiere. Immobilien.

Bei der größten Finanzgruppe Deutschlands sind die Vermögensspezialisten nicht nur erfahren, sondern auch immer in Ihrer Nähe. Wir analysieren Ihre Bedürfnisse individuell und bieten von Sparanlagen, Wertpapierberatung bis Portfoliomanagement optimale Lösungen aus einer Hand. Mehr Infos in Ihrer Sparkasse oder unter www.sparkasse.de/finanzplanung.

Wenn's um Geld geht



Unter schwarzer Folie hat der Löwenzahn es dunkel und warm.



Aus diesen Löwenzahnspitzen wird schon bald leckerer Salat.



Auf dem Arbeitstisch werden die Wurzeln abgetrennt.



Raimund Klein mit seinen markt-
fertigen Löwenzahn-Kisten



LÖWENZAHN ESSEN

ZU TISCH In Frankreich und Italien kommt komplett gebleichter Löwenzahn auf den Tisch. Löwenzahn aus dem Saarland hingegen ist nur unten weiß und oben grün. Das macht ihn vitaminreicher – vor allem Carotin entsteht nur im grünen Pflanzenteil – und verleiht ihm ein kräftigeres Aroma.

ANREGEND Löwenzahn regt dank seiner Bitterstoffe Taraxacin, Cholin und Inulin im weißen Milchsaft Magen, Darm, Leber, Galle, Bauchspeicheldrüse und Nieren an. Rund 300 g rechnet man im Saarland pro Person für eine komplette Löwenzahn-Mahlzeit. Als Beilagensalat oder kleine Portion zum Probieren reichen 100 bis 150 g. Im Kühlschrank lässt sich Löwenzahn zwei bis drei Tage aufbewahren, am besten wird er aber ganz frisch gegessen.

REZEPT Der gesäuberte und gewaschene Löwenzahn wird dazu in mundgerechte Stücke gezupft. Aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer und etwas Senf eine Marinade anrühren und unter den Salat heben. Dann ein hart gekochtes, klein gehacktes Ei darübergerben und den Salat mit noch heißen, kross gebratenen Speckwürfelchen bestreuen. Dazu passen Bratkartoffeln oder ein kräftiges Brot. Löwenzahn lässt sich aber auch zur Suppe verarbeiten, in Quark hacken, über Kartoffelsalat streuen oder mit Spargel und Frühlingszwiebeln essen.

Bei den Reihen, die als Nächstes geerntet werden sollen, schneidet Raimund Klein die alten Blätter mit einem Mulchgerät ab. So schafft er Platz für neues, junges Grün. Anschließend werden die Pflanzen gehäufelt, damit der junge Austrieb im Dunkeln wächst und weiß und zart bleibt – wie im Maulwurfshügel. Nach zwei bis drei Wochen schieben sich die Blattspitzen ans Licht und werden grün. So entsteht die Zweifarbigkeit der Stauden. Nun ist Zeit, sie aus der Erde zu holen.

Die Treiberei

Ein umgebauter Kartoffelroder durchtrennt die Wurzeln in 8 bis 10 cm Tiefe unter der Erde und legt die Horste in langer Reihe ab. Im Boden sind danach nur noch die Wurzelreste in unter 8 bis 10 cm Tiefe. Die würden zwar wieder aus-

treiben, aber sehr ungleichmäßig. Also wird jedes Jahr neu gesät. Zügig und sorgfältig werden die Pflanzen in Kisten gestellt und ins Treibhaus gebracht, um sie zu treiben. Zugedeckt mit schwarzer Folie stehen sie dort vier bis fünf Tage auf den Tischen bei 16 bis 18 Grad, bei wärmeren Temperaturen im Frühjahr geht es etwas schneller. Der Löwenzahn treibt dann kräftig und entwickelt ein zartes gelbes Herz. Danach heißt es, Wurzeln kurz unter dem Ansatz abschneiden, putzen, sortieren und waschen. Und in Verkaufskisten legen, damit das gesunde Gemüse auf die Reise zu den Saarländern gehen kann. Nur Schnee und Frost behindern die Ernte auf dem Feld, und ein zu warmes Frühjahr kann die Saison verkürzen. Dann fangen die Pflanzen vorzeitig an zu blühen, werden bitter und der Wirkstoffgehalt sinkt. ■

Text: Helga Panten, Fotos: Roland Krieg