

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Briegleb, Karl: Ersatzgemüse

[urn:nbn:de:bsz:31-190089](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-190089)



Nutzpflanzen aus Wald und Flur.

Ersatzgemüse.

Von Sanitätsrat Dr. Karl Briegleb, Worms.
(Zur Zeit Reservelazarett Bensheim.)

Haben Sie auch einen Garten? fragte mich jemand.
Gewiß, einen sehr, sehr großen. —

Nun, dann haben Sie wohl sehr viel Arbeit damit? —

Nicht im Geringsten, obwohl mein Garten in der Hauptsache ein Garten für Frühgemüse ist. Aber diese wachsen darin ganz von selbst, wie das Unkraut, ja manche gehören sogar zum Unkraut, und doch geben sie alle eine gute Nahrung ab. —

Ja, das verstehe ich nicht. —

Nun, ich will es Ihnen sagen, mein großer Gemüsegarten, von dem ich auch keine Grund- und Einkommensteuer zu zahlen brauche, ist die freie Natur, in der ich jetzt mit der Frühjahrsernte beginnen werde. Ich habe auch noch einen großen Herbstgarten, das ist der Wald, in dem ich mir etwa von Mitte Juli an nahrhafte Speise hole, nämlich Pilze; doch heute will ich nur von meinem Frühjahrgarten reden, in dem auch viele andere mit ernten können. Ich will diese Kostbarkeiten nicht für mich allein haben und will im Folgenden eine kurze Anleitung geben, was und wo man sammeln kann.

Ueber ein Pflänzchen, das zeitig im Frühjahr, ja auch schon im Winter gesammelt werden kann, brauche ich nicht viel zu reden, es ist dies der allgemein bekannte Feldsalat, mit seinen botanischen Namen *Valerianella olitoria*. Nicht so allgemein verwendet, aber auch zu Salat gut zu gebrauchen, ist der *Löwenzahn*, *Leontodon taraxacum*. Er bringt gelbe Korbblüten hervor, von den hohlen Stengeln machen die Kinder Ketten und Kinder und große Leute pflegen die zu „Laternen“ herangereisten Samenstände auszublasen, indem sie sich allerlei dabei vorsagen. Ganz im Frühjahr sticht man die Blattrosette aus und verwendet die jüngsten Blätter. Ein früh erscheinendes Salatgemüse ist das *Scharbockskraut*, *Ficaria ranunculoides*, ein niedriges Pflänzchen, das in feuchten Gebüschern und Wäldern, an Bachufern oft auf weite Strecken den Boden bedeckt, also keine große Mühe des Suchens erfordert. Man verwendet die nicht großen Blätter, die herz- oder nierenförmig gestaltet sind. In feuchten Bächen und Gräben erscheint jetzt mit ihren saftig-grünen, stumpf-elliptischen, am Rande ein wenig gekerbten Blättern eine später blaublühende Ehrenpreisart, die *Bachbunze*, *Veronica beccabunga*. Ihre Blätter lassen sich zu Salat verwenden, aber auch in Mischung mit anderen zu Gemüse. Als beliebte Salatpflanze gibt die ebenfalls in Bächen vorkommende *Brunnenkresse*, *Nasturtium officinale*. Die Blätter sind gefiedert, die Fiederblättchen elliptisch. Zur Unterscheidung vom bitteren *Schaumkraut*, *Cardamine*

amara, mit dem die Kresse verwechselt wird, merke man auf die Farbe der Staubkölbchen, die bei dieser gelb, beim bitteren *Schaumkraut* dunkelviolett sind. Es ist kein Fehler, wenn man einmal aus Versehen das bittere *Schaumkraut* als Salat anmacht und verspeißt, beide sind fast gleichwertig. Ohne Zubereitung zerkaut schmeckt dieses *Schaumkraut* recht scharf, eine verwandte Art, das *Wiesenschaumkraut*, *Cardamine pratensis*, wird als Gemüse empfohlen. *Brunnenkresse* und *Schaumkraut* gehören zur Familie der Kreuzblütler, *Cruciferae*. Eben dahin gehört auch die *Knoblauchranke* *Alliaria officinalis*. Wenn man ein Stück Brot dick mit Schmierkäse bestreicht (!) und obendrauf die zerschnittenen Blätter dieser Pflanze legt, hat man ein gutes Frühstück. Zu Gemüsen werden noch andere zu den Kreuzblütlern gehörende Feldpflanzen empfohlen, so der *Hederich*, *Raphanus raphanistrum*, ein gemeines Ackerunkraut und der *Kohlreps* *Brassica campestris*. Viele der wilden Pflanzen gelten als *Spinatersatz* und werden auch so zubereitet. So verwendet man, wenn man dazu nicht zu stolz ist, die verachtete *Brennnessel* *Urtica urens* und *Urtica dioica*. Eine arme Frau, der ich dieses Gemüse empfahl, gab mir stolz zur Antwort: So weit sind wir doch noch nicht! Und doch kann ein aus den ersten Frühjahrstrieben dieses Gänsefutters bereitetes Gemüse unbedenklich als Spinat ausgegeben werden. Eine Wirtin, der ich dies empfehlen wollte, sagte: Gestern haben Sie es bei mir gegessen. Ich hatte es nicht gemerkt. Es soll hier betont werden, daß man stets nur recht junge Sprossen und Triebe von den wildwachsenden Pflanzen verwenden soll. Ich habe die Gewächse erprobt, die ein Gemüse liefern, das den Spinat an Wohlgeschmack übertrifft.

1. Der *Hopfen* *Humulus lupulus*, in manchen Gegenden wild vorkommend und häufig anzutreffen in Schluchten, an Zäunen, an Hecken, Rainen oder Bachufern, leicht auffindbar durch die noch vorhandenen vorjährigen dünnen Ranken, die sich oft stockwerkhoch an Bäumen und Gebüschern in die Höhe ziehen. Man nimmt vom wilden Hopfen die jungen Endtriebe etwa fingerlang, kann aber auch noch weiter rückwärts die paarig stehenden Blätter dazu nehmen, so lange sie noch zart und gefaltet sind.

2. Der *Wegerich*. Es gibt drei *Wegerich*arten, von denen der mittlere, *Plantago media* wohl das beste Gemüse bietet. Auch die andern beiden — *major* und *lanceolata* sind verwendbar. Die jungen Blätter des mittleren *Wegerich*, auch *Schweinsohren* genannt, liegen an grasigen Wegen, an bewachsenen Abhängen als flache Rosette fest dem Boden an, breit elliptisch von Gestalt. Man nehme auch hier die jüngsten, zartesten.

3. Eine Pflanze mit merkwürdigem Namen: Der gute *Heinrich*, *Chenopodium bonus Henricus*, eine Gänsefußart, dem Spinat nahe verwandt, mit ähnlichen Blättern, wie dieser. Die Blätter fühlen sich auf der

Unterseite eigentümlich fettig, mehlig an, als wenn sie mit einem glatt machenden Puder überzogen wären. In manchen Dörfern ziehen sich grasige Wege oft bis mitten hinein oder neben Gartenzäunen entlang. Hier tritt mit Vorliebe der „Gute Heinrich“ auf.

Ein Kräutchen, das ebenfalls einen guten Spinat-ersatz bietet, ist an der Bergstraße unter dem Namen Kernkraut als Gemüse geschätzt. Es ist der an Ackerrainen, auf trockenen Wiesen, auf felsigen Geröll wachsende, oft aus alten Mauern hervorsprossende Taubenkropf, *Silene inflata*, zu den Nelkengewächsen gehörend. Die Blätter sind länglich-lanzettlich, von meergrüner Farbe, glatt und unbehaart, was als Gegensatz zu ähnlichen Pflanzen, die behaarte Blätter haben, zu beachten ist. Bevor die Blütenstängel aufschließen, werden die jungen Triebe gesammelt.

Als Gemüse sind ferner der zu den Doldengewächsen gehörende Ziegenfuß oder Giersch, *Aegopodium podagraria* empfohlen, wohl das verbreitetste Unkraut in Anlagen, Hohlwegen, an Gräben und Hecken. Hier muß man ganz besonders auf junge, noch nicht entfaltete Blätter achten, ältere haben nach meiner Erfahrung keinen guten Geschmack. Überall vorkommend und wohl auch überall bekannt ist der wilde Sauerampfer *Rumex acetosa*, als Gemüse und zu Suppen geschätzt. Im Sommer und noch bis spät in den Herbst hinein sieht man an Begründern, auf Schutthäufen, in verlassenen Steinbrüchen, an Eisenbahndämmen einen oft über einen Meter hohen Stengel, mit zahlreichen, ährenartig geordneten blauen Blüten. Es ist der Ratterkopf, *Echium vulgare*. Im Frühjahr erscheint die flach dem Boden anliegende Blattrosette. Die schmalen langen Blätter sind strahlig angeordnet. Der Ratterkopf gehört wie das in Wäldern zeitig im Frühjahr blühende Lungenkraut, *Pulmonaria*

officinalis zur Familie der raublätterigen Gewächse, Asperifolien. Von beiden Pflanzen sind die grundständigen Blätter zu Gemüse verwendbar. Zu dieser Familie gehört auch der manchmal verwildert, sonst im Garten angebaute Boretus *Bosago officinalis*, der als Salatkraut benützt wird.

Ein ausgezeichnetes Gemüse hat mir die an einer Lichtung in einem Wald in Masse vorgefundene Rapunzel *Phyteuma spicatum* geliefert. Die ährenförmigen Blütenstände werden vor dem Ausblühen abgenommen und wie Blumenkohl mit Rahm zubereitet, den man leider jetzt nicht hat. Roh soll man sie zu Salat verwenden können, auch die Blätter werden als Gemüse zubereitet. Vom Wiesenbocksbart *Tragopogon pratense* benützt man die Blütenköpfe, bevor sie sich öffnen in ähnlicher Weise, die Stengel kann man wie Spargel zubereiten. Die Wurzel ähnelt der Schwarzwurzel und wird ebenso benützt. Der Bocksbart hat, wie der Löwenzahn, gelbe Korbblüten, die Samen bilden in ihrer Gesamtheit eine viel größere Laterne von Kugelform.

Zu Gemüsen, wie zu Salat — am besten nach Abbrühen — kann man den wilden Mauerpfeffer *Sedum reflexum* benützen. Die kleinen walzenförmigen fleischigen Blättchen sitzen in großer Zahl um den Stengel und tragen am Grunde einen kurzen Sporn. Die älteren Blätter sind wie Fleischerhaken rückwärts gebogen. Erscheint im Juli die gelbe Blütendolde, dann fallen die Blätter ab. Allgemein bekannt ist die Schafgarbe *Achillea millefolium*, deren Blätter ein gutes Gemüse abgeben. Ein ebensolches bietet auch der dreiblättrige Klee, *Tricholoma pratense*, doch steht der meist nicht wildwachsend in meinem Gemüsegarten, sondern auf Aekern, angebaut vom Landwirt. Zu einem Feldstrel sollen aber diese Mitteilungen nicht Veranlassung geben.

Das Abenteuer im Walde.*)

Von Johannes Trojan.

Es regnete, was vom Himmel herunter wollte. Die Tannen schüttelten den Kopf und sagten zueinander: „Wer hätte am Morgen gedacht, daß es so kommen würde!“ Es tropfte von den Bäumen auf die Sträucher, von den Sträuchern auf das Farnkraut und lief in unzähligen kleinen Bächen zwischen dem Moose und den Steinen. Am Nachmittag hatte der Regen angefangen, und nun wurde es schon dunkel und der Laubfrosch, der vor dem Schlafengehen noch einmal nach dem Wetter sah, sagte zu seinem Nachbar: „Vor morgen früh wird es nicht aufhören.“ Derselben Ansicht war eine Ameise, die bei diesem Wetter im Walde spazieren ging. Sie war am Vormittag mit Eiern in Tannenberg auf dem Markt gewesen und trug jetzt das dafür gelöste Geld in einem kleinen, blauen Leinwandbeutel nach Hause. Bei jedem Schritte seufzte und jammerte sie. „Das Kleid ist hin,“ sagte sie, „und der Hut auch! Hätt' ich nur den Regenschirm nicht stehen lassen oder hätt' ich wenigstens die Ueberschuhe angezogen. Aber mit Zeugschuhen in solchem Regen ist gar kein Weiterkommen!“

Während sie so sprach, sah sie gerade vor sich in der Dämmerung einen großen Pilz. Freudig ging sie darauf

zu. „Das paßt,“ rief sie; „das ist ja ein Wetterdach, wie man es nicht besser wünschen kann. Hier bleib' ich, bis es aufhört zu regnen. Wie es scheint, wohnt hier niemand — desto besser! Ich werde mich sogleich häuslich einrichten.“ Das tat sie denn auch. — Sie war eben daran, das Regenwasser aus den Schuhen zu gießen, als sie bemerkte, daß draußen eine Grille stand, die auf dem Rücken ihr Violinchen trug. „Hör', Ameise,“ hub die Grille an, „ist es erlaubt, hier unterzutreten?“ — „Nur immer herein!“ erwiderte die Ameise; „es ist mir lieb, daß ich Gesellschaft bekomme.“ — „Ich habe heute,“ sagte die Grille, „im Heidkrug zur Kirme aufgespielt. Es ist ein bißchen spät geworden, und nun freue ich mich, daß ich hier die Nacht bleiben kann. Denn das Wetter ist ja schrecklich, und wer weiß, ob ich noch ein Wirtshaus offen finde!“ Also trat Grillchen ein, hing sein Violinchen auf und setzte sich zu der Ameise. Noch nicht lange saßen sie da als sie in der Ferne ein Lichtchen schimmern sahen. Als es näher kam, erkannten sie es als ein Laternchen, das ein Johannismwürmchen in der Hand trug. „Ich bitt' euch,“ sagte das Johannismwürmchen, höflich grüßend, „laßt mich die Nacht hier bleiben! Ich wollte eigentlich nach Moosbach zu meinem Better, habe mich aber im Walde verirrt, und weiß weder aus noch ein.“ — „Nur immer zu!“ sagten die beiden; „es ist recht gut für uns, daß wir Beleuchtung bekommen.“ Gern folgte das Johannismwürmchen der Einladung und stellte sein Laternchen auf den Tisch. Der Schein des Lichtchens führte ihnen bald einen Wanderer zu, der

*) Wir entnehmen diese schlicht heitere, tief poetische Darstellung zur österlichen Unterhaltung unserer Leser den Wiesbadener Volksbüchern 136: „Aus Natur und Haus“, Preis 40 Pfg.)

Von einer ganzen Anzahl von Gewächsen kann man die Wurzeln teils roh, teils gekocht verspeisen, auch zu Mehl verarbeiten. Diese Blütenlese kann indessen nicht zu weit ausgedehnt werden, so daß auf weitere Aufzählung verzichtet werden muß. Erläuternde Abbildungen können hier auch nicht gegeben werden. Da solche aber sehr erwünscht sind, sei auf ein kleines Werkchen verwiesen, das weitere Ansprüche befriedigen wird. Für 25 Pfg. kaufe man sich Nr. 7 des Stuttgarter Kriegsbilderbogen: *Notgemüse*, erschienen in der Franck'schen Verlagshandlung in Stuttgart. Darin sind 53 wildwachsende Pflanzen abgebildet und beschrieben, auch ihre Verwendungsweise ist angegeben.



Kriegskaffee.

Von Wilhelm Wölferling.

Wie sich doch die Zunge an alles gewöhnt, wenn ihr liebgeordnete Speisen oder Getränke nicht mehr geboten werden! Das lehrt uns so recht die gegenwärtige, entbehrungsreiche Zeit, in welcher wir uns ohne überseeische Rohstoffe behelfen müssen und nur noch auf heimische Ersatzmittel angewiesen sind. Am meisten empfinden die Städter den Mangel, während die Landleute schon immer größtenteils ihre eigenen Erzeugnisse verwendeten. So diente diesen gebrannte Gerste neben Roggen oder Weizen zur Bereitung des Frühtranks,

und mancher Feinschmecker ist jetzt auch bereits zu der Erkenntnis gekommen, daß Malzkaffee ein wohlgeschmeckendes, bekömmliches Getränk liefert, wenn man eben nichts anderes hat. Daß auch Eicheln und Rostkastanien den Zweck dienen können, ist allgemein bekannt; nur dürfen die herb zusammenziehenden Früchte nach dem Reinigen und Zerschneiden erst noch eines mehrstündigen, öfteren Wasserbades, bis die abgegoßene Flüssigkeit ganz klar abläuft; dann kann das Rösten in einer Blechtrommel oder eisernen Pfanne vor sich gehen. Zerschnittene *Mohrrüben*, ja selbst die zuckerhaltigen *Runkeln* geben ebenfalls einen genießbaren Aufguß. In Irland benützt man an Stelle des Kaffees sogar die Wurzeln des auch bei uns vorkommenden Lab- und Klebkrautes; ferner dürfte der kräftige, bittermilchige Wurzelstock des gemeinen *Löwenzahnes* der Beachtung wert sein. In Oesterreich, Baden, Württemberg wieder, sind die angenehme süßschmeckenden Knollen des essbaren *Cypernkrautes* geschätzt. Aufmerksam gemacht sei ferner auf die marmorierten, innen gelblichen Samen der blau blühenden *Luzine* oder *Wolfsbohne*, die gebrannt einen kaffeeähnlichen Geschmack besitzen; selbst die Früchte der *Wasserschwertlilie*, der angebauten *Kichererbse* und des in dünnen Kiefernwäldern wuchernden *Besenginsters* können aus dem gleichen Grunde Verwendung finden. Als häufigster Ersatz gilt jedoch die rübenförmige dickfleischige, bittere *Zichorienwurzel*, die schon während der Kontinentalsperre allgemein in Aufnahme kam und gebrannt selbst in den guten Zeiten für viele Liebhaber von bitterem Kaffee fast eine Notwendigkeit geworden ist. Warum sollten wir jetzt, wo wir uns bereits so vielen Verhältnissen anpassen mußten, nicht zu ihr wieder unsere Zuflucht nehmen?



ziemlich ungeschickt über Laub und Moos herangestolpert kam. Es war ein Käfer von der großen Art. Ohne „guten Abend“ zu sagen trat er ein. „Aha!“ rief er, „so bin ich doch recht gegangen und dies ist die Zimmereisen-Herberge.“ — Mit diesen Worten setzte er sich, holte seinen Schnappsack hervor und begann sein Abendbrot zu verzehren. „Ja, ja“, sagte er, wenn man den ganzen Tag über Holz gebohrt hat, dann schmeckt das Essen!“ — Als er mit dem Essen fertig war, stopfte er sich seine Pfeife ließ sich vom Johannismwürmchen Feuer geben, zündete an und fing an ganz gemütlich zu rauchen. Unterdessen war es draußen ganz dunkel geworden und das Wetter schlimmer als vorher. Da trat zur allgemeinen Bewunderung noch ein später Gast ein. Schon seit längerer Zeit hörte man in der Ferne ein eigentümliches Schnaufen; dies kam langsam näher und näher, und endlich erschien unter dem Pilze eine Schnecke, die ganz außer Atem war. „Das nenne ich laufen!“ rief sie; „wie bin ich gejagt! Ordentlich das Milzstechen hab' ich bekommen! Ich will nur gleich bemerken, daß ich im nächsten Dorfe eine Bestellung zu machen habe, die Eile hat. Aber niemand kann über seine Kräfte, besonders wenn er sein Haus trägt. Wenn die Gesellschaft erlaubt, will ich hier ein paar Stündchen rasten; dann kann ich nachher wieder galoppieren, als gälte es den Dampfwagen einzuholen.“ Niemand hatte etwas dagegen, daß sich die Schnecke ein gemütliches Plätzchen aussuchte. Da setzte sie sich vor ihre Haustür, holte ein Strickzeug hervor und fing an zu stricken. So waren nun die Fünfe hier versammelt,

als die Ameise das Wort nahm und also sprach: Warum sitzen wir hier so trübselig beieinander und langweilen uns, da wir uns doch die Zeit auf angenehme Weise verkürzen könnten? Ich habe daran gedacht, daß wir uns Geschichten erzählen sollten, und gern würde ich selbst den Anfang machen, wenn ich nur eine recht hübsche Geschichte wüßte. Nun ist mir eben etwas noch Besseres eingefallen. Ich sehe, daß die Grille ihr Violinchen bei sich hat. Wenn sie nicht gar zu müde ist, möcht' ich sie bitten, uns ein lustiges Stückchen zu spielen, damit wir eins tanzen könnten.“ — Dieser Vorschlag der Ameise fand allgemeinen Beifall. Die Grille ließ sich aber nicht lange nötigen, sondern stellte sich sogleich mit ihrem Violinchen in die Mitte und spielte das lustigste Tänzchen herunter, welches sie auswendig wußte, während die anderen um sie herum tanzten. Nur die Schnecke tanzte nicht mit. „Ich bin“ sagte sie, „nicht gewöhnt an das schnelle Herumwirbeln; mir wird zu leicht schwindelig. Aber tanzt, so viel ihr wollt, ich sehe mit Vergnügen zu und mache meine Bemerkungen.“ — Die andern ließen sich denn auch gar nicht stören, sondern jubelten so laut, daß man es auf drei Schritte Entfernung hören konnte. Aber ach, durch welches ein furchtbares, ungeahntes Ereignis wurde plötzlich ihr Fest unterbrochen! Der Pilz, unter welchem die lustige Gesellschaft tanzte, gehörte leider einer alten Kröte. An schönen Tagen saß sie oben auf dem Dache, wie die Kröten zu tun pflegen; trat aber schlecht Wetter ein, so kroch sie unter den Pilz, und es konnte ihretwegen regnen von Pfingsten bis Weihnachten.