

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

1919-1920

Herbanus: Ein vorzügliches Spinatgewächs aus Unkraut

[urn:nbn:de:bsz:31-190101](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-190101)

Kräuterkunde – Kräuterverwendung.

Ein vorzügliches Spinatgemüse aus Unkraut.

Von Herbanus.

Über Wildgemüse-Pflanzen ist im „Puk“ schon mehrfach berichtet worden. Ein vorzügliches Spinatgemüse kann aus der gerade im Juli-August in Unmengen an Wegrändern, auf Schutthaufen, Kartoffeläckern und anderen Plätzen wachsenden Melde bereitet werden, das von den meisten, die es einmal versuchten, dem aus dem Gartenspinat bereiteten Gemüse vorgezogen wird, weil es im Geschmack niemals jene unangenehme Schärfe besitzt, die dem Spinat, besonders wenn er scharf gedüngt wurde, nicht selten eigen ist.

Tabernaemontanus erwähnt die Verwendung der Melde als Gemüse in seinem Kräuterbuch vom Jahre 1687 und bezieht sich dabei auf Dioscorides. In der damaligen Schreibweise berichtet er von ihr:

„Die zam Melten ist wohl feuchter Art, aber sie beweget den Bauch nicht, wie Hippocrates lib. 2 de vistus ratione schreibt, wivold Dioscorides wil, daß die Milten in der Speiss wie ander Gemüss genossen, den harten Bauch erweichen, welches ich von der wilden verstande.

Muesslein von Wiltenkräutern dienen wol den dürrer hitzigen cholericischen Menschen zur speis.“

Auch für kosmetische und arzneiliche Zwecke empfiehlt er die „wilden Milten“, er sagt von ihr:

„Es schreibt Plinius, daß der Safft der wilden Milten die Haar schwarz mache, so man sie nach dem Bad oft damit schmieret.

Die wilden Milten zerstoßen mit Honig vermengt und auf das Podagriscche Glied gelegt, benimmt die schmerzen desselbigen.“

Nun lassen wir irgend einen grauköpfigen Rheumatiker diese beiden Ratschläge versuchen. Für unsere Zeit ist uns wichtiger, daß die wilde Melde, die in Unmengen umsonst zu haben und mit leichter Mühe zu sammeln ist (in einer halben Stunde etwa 2¹/₂ Kilo) ein vorzügliches Spinatgemüse gibt, zu dem nachstehend eine erprobte Vorschrift gegeben sei:

Von jungen Pflanzen entfernt man nur die Wurzeln, am besten pflückt man sie

gleich in dieser Weise, von größeren Pflanzen nimmt man nur die Spitzen und Seitentriebe. Dies so gesammelte Gemüse wird gewaschen und dann in kochendes



Bild 1. Gemeine Melde. *Atriplex patulum*.
Junge Pflanze, links mittleres Blatt von der Rückseite,
rechts desgl. von der oberen Seite.
Originalzeichnung für den „Puk“ von Fr. Lüders.

Wasser getan, dem ein wenig Salz zugesetzt war. Beim Kochen läßt man den Topf offen und wendet einige Male den Inhalt. Nach einer Kochzeit von höchstens 10 Minuten gießt man das Koch-

wasser ab, legt die Masse einen Augenblick in kaltes Wasser, um sie schneller ausdrücken zu können. Nachdem durch Ausdrücken alles überflüssige Wasser entfernt, wird das Gemüse fein gehackt, am einfachsten durch die Fleischhackmaschine getrieben.

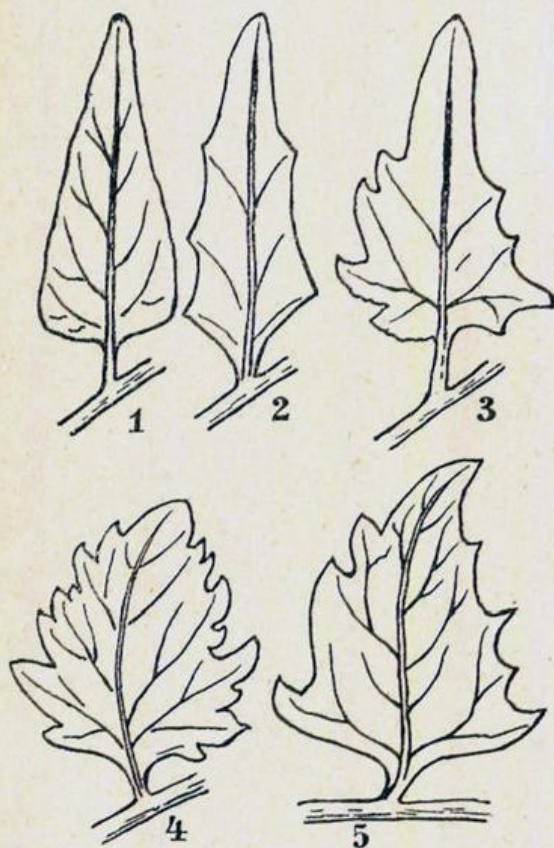


Bild 11. Blätter verschiedener Meldearten
Für den Puk gezeichnet von Dr. H. Marzell, Gunzenhausen
Fig. 1 *Atriplex hortense* Gartenmelde; Fig. 2 *A. oblongifolium* Tartanische Melde; Fig. 3 *A. nitens* Glanzmelde;
Fig. 4 *A. roseum* Rosenmelde; Fig. 5 *A. hastatum* Spießblättrige Melde. Die dargestellten Blätter entsprechen solchen der mittleren Pflanzenhöhe, die unteren Blätter und die an den Blütenständen weichen von den gezeigten entsprechend ab.

Inzwischen hat man in einem entsprechenden Kochtopf in etwas Fett, wenn man hat, Butter, nicht zu wenig vorher feingeschnittene Zwiebeln gelb gebraten, fügt diesem je nach der Menge des Gemüses einen oder mehrere Löffel Mehl (nicht zu wenig) hinzu, verrührt dieses gleichmäßig, so daß keine Klümpchen mehr vorhanden sind und gibt nun unter Rühren das zerhackte Gemüse und nach

und nach soviel Wasser in den Kochtopf, als nötig ist, um einen nicht zu dünnen und nicht zu festen Gemüsebrei zu erhalten. Das Ganze wird gekocht, bis das Mehl gar ist. Zum Schluß fügt man, ohne noch weiter zu kochen, als Gewürz etwas geriebene Muskatnuß hinzu.

Hauptsache ist, daß das Gemüse in kochendes Wasser getan, unter mehrfachen Wenden nur kurz gekocht wird, damit es eine schöne, grüne Farbe behält und nicht braun wird, wodurch es an Wohlgeschmack einbüßt.

Die wilde Melde ist in ihrem Wuchs sehr veränderlich, besonders in der Form der Blätter und der Blütenhülle; jedoch an den mehr oder weniger wie mehlig bestäubt erscheinenden Blättern, die ovalspitzig oder dreieckig herzförmig mit mehr oder weniger ausgezacktem Rande versehen sind, verhältnismäßig leicht erkenntlich. Sie wird mitunter bis zu 1 m hoch. Dem Nichtkenner wird jeder Botaniker gern Auskunft geben. Im übrigen sind fast alle ihre Abarten in gleicher Weise zu verwerten.

Die beigegefügte Abbildung (Bild I) stellt eine junge Pflanze von *Atriplex patulum*, der gemeinen Melde in natürlicher Größe dar; Bild II zeigt die Grundformen der Blätter von fünf weiteren Meldearten nach Originalzeichnungen von Dr. Marzell, Gunzenhausen. In der nächsten Nummer unserer Zeitschrift wird über ein praktisches Verfahren zur Herstellung von Wildgemüse-Konserven ohne Benutzung von Dosen oder Sterilisierereinrichtungen berichtet werden. Selbstverständlich ist die Melde als Spinatgemüse wie jedes andere Gemüse auch zu sterilisieren, natürlich ohne Fett und Mehlzusatz.

Nachdenkliches.

Auf der gewissenhaften Beobachtung der kleinsten Einzelheiten, beruht das richtige Erkennen des Ganzen. Kr.

Wissen verpflichtet, das heißt, wenn Du etwas weißt, so hast Du die Pflicht, Dein Wissen für Deine Umwelt in Können umzuwandeln. Kr.