

Bärlauch und Spargel

Vorfreude & Freude

„Jedes Werden in der Natur, im Menschen, in der Liebe muss abwarten, geduldig sein, bis seine Zeit zum Blühen kommt.“ (Dietrich Bonhoeffer)

**„Man muss immer etwas haben, worauf man sich freut.“
(Eduard Möricke)**

Saisonal und regional. Das sind die zwei geistigen Fundamente dieser Frühjahrskolumne.

Dazu, und vor allem davor, kommen : Freude ,Zuversicht und Liebe. So sind die Frühjahre für uns Menschen angelegt.

Mit vielen Aufgaben , sonst wäre der nächste Frühling hoffnungsärmer: Geduld(„Winter“) und Vorfreude („Frühling“) müssen sich gegenseitig stärken. In unserer modernen Welt ganz im Besonderen, denn die schnelllebige-hektische Zeit hat kaum Platz für diese Seelenkultur. So kommt auch immer früher, wer weiss wo immer her, der Spargel auf den Markt, weit vor der natürlichen Saison. Verhängnisvoll ist, unter vielen anderen Besorgnissen, daran: Kaum ein regionaler Bauer hat vorwiegend KundInnen, die freudvoll warten können: Auf die natürliche, regionale Saison. Vielleicht hilft diese Kolumne ein klein bißchen in diese naturnähere Richtung?

Noch früher ist , wiederum wer weiss woher, Bärlauch zu kaufen. Beides sollte uns – absichtlich liebevoll-aufdringliche Wiederholung, ermutigen, der Natur und den ehrlichen , ihrer Erde verbundenen Bauern, treu zu bleiben, oder treu zu werden.

Da gibt es viel zu lernen, zum eigenen Nutzen, zum Nutzen und dem Selbstverständnis der umweltbewussten Bauernschaft, zum Nutzen unserer sinnvollen! „Überlebensstrategien“ auf diesem kleinen Planeten.

Gehen wir in unsere Wälder!

Zum liebe-,verständnisvollen Bärlauchernnten

Doch bei aller wundervollen Romantik, ACHTUNG: Bärlauch und Maiglöckchen sind sich, ohne Blüten, für die Augen zum Verwechseln ähnlich.

Aber! Der Geruchssinn kann einfach helfen, sofern wir wissen, wie Knoblauch riecht: Das Reiben der Blätter aneinander gibt dann eindeutig Sicherheit. Der Bärlauch, auch Knoblauchspinat, wilder Knoblauch, Hexenzwiebel genannt, hat die Angewohnheit, sollte er sich wohlfühlen, große Waldflächen zu besetzen. Trotzdem! Gehen wir vorsichtig mit ihm um, bei uns im Norden mehr als im Süden Deutschlands. Dort ist er nicht gefährdet.

Eine Möglichkeit der Rücksichtnahme: Pflücken wir nur eins von seinen zwei Blättern. Und: Pflücken wir nicht mehr als wir und unsere von uns beschenkten FreundInnen für 2-3 Tage brauchen: Welk ist er nur noch sehr bedingt ein Genuss! Besser: Häufige Ausflüge in die Wälder.

Gehen wir zum Spargelbauern.

Ermutigen wir diese besonders Erdverbundenen zu weiterhin sorgfältiger, naturschonender Arbeit. Vielleicht können wir ihnen sogar bei ihrer saisonal so schwierig zu leistenden Ernte helfen?! Fragen wir sie. Ein möglicher „Telefonstart“ dazu: „Solidarische Landwirtschaft.“ Folie und beheizen- das sind Vokabeln aus dem „künstlich“ beschleunigten Spargelanbau. Haben wir Geduld. Die Saison endet ja erst zu Spargelsilvester, am 24 Juni. Jedes Jahr ist das so. Für unsere „Vorspeise“ mit rohem Spargel sind vorrangig die dünneren Stangen gefragt. Das trifft sicherlich auf das Wohlwollen der Liebhaber von „Prachtexemplaren“. Eine Eigenschaft ist jedoch unabdingbar: Frische! Knackig- frisch muss der dünne Spargel sein.

Für die ganz, ganz Ungeduldigen unter uns: Die Schwarzwurzel mit ihrem spargelähnlichem Geschmack und ihrer krümmlich - warzigen Stangenform könnte das Warten deutlich erleichtern. Ihre Saison: Oktober bis April. Und dann gibt's ja ,die Wartezeit gleichfalls leichter machend , die vielen Rettichsorten. Und dann gilt sowieso, ganzheitlich gefühlt und tolerant gedacht: „drei Sprachen sollten wir Menschen haben: eine regionale, eine nationale, eine globale „(?)“
Deshalb ist der traditionelle Kolumnenschluss zukunftsfröh gewandelt:
Goadn Aftit !/ Guten Hunger! /Love!

*Roher Spargel mit Bärlauchsauce
oder*

*Carpaccio von dünnen Stengeln des Burgdorfer Spargels,
Pesto von Niendorfer Bärlauch, 50 Monate altem Parmesan und Öl von
handgepflückten, oberitalienischen Oliven, verziert mit Veilchen- und
Gänseblümchenblüten von der Märchenwiese.*

Beides kann das Gleiche sein. Und ähnlich liebevoll zubereitet. Machen wir nicht zu oft zu viel Brimborium. Das könnte unserer Lust und unserem Bedürfnis oder auch der Notwendigkeit zum Selberkochen schaden. Hören wir KöchInnen mehr auf uns selber als auf sich immer wieder und wieder ständig wechselnde Kochsuperlative. . Ganz einfach ist das dann. Eine mutmachende Hilfe: Zum guten phantasiereichen Kochen braucht es keine teuren Küchengeräte.

Zutaten Pesto „normal“:

Dünner Spargel, Bärlauch, Olivenöl, Pfeffer, Salz, Sonnenblumenkerne, Cashewkerne, Pinienkerne?, Parmesan oder anderer Hartkäse aus den „Bergen“

Zutaten Pesto vegan:

Siehe oben, aber kein Käse

Fakultativ: Hefeflocken, Veilchen-und Gänseblümchenblüten, Erdbeeren

Procedere: Kerne einige Stunden in wenig Wasser einweichen /Spargel schräg in dünne Spalten schneiden/ Bärlauch, gezupft, in das „Zerkleinerungsgerät“ (Pürierstab ab ca € 20, Hochleistungsmixer ab ca € 100) tun/ hinzufügen der Kerne, des Olivenöls (Auch andere kaltgepresste Öle sind dem Pesto lieb .), des Käses / pürieren

Tipps:

I – das „normale“ Pesto vorsichtig salzen, da der Parmesan sehr würzig ist.

II – die Käsemenge, Pesto um Pesto, reduzieren, zum Nutzen aller „Beteiligten“.

Vielleicht späteres, individuelles würzen mit Hefeflocken, vor allem bei der veganen

Variante.

III Zum liebevollen „Dekorieren“: im April und im Mai mit den Blüten, ab Mitte Mai

mit regionalen BioErdbeeren

IV – Die Pestovariante mit Bärlauch ist naturgemäß zeitlich begrenzt. Die klassische Version mit Basilikum ist das ganze Jahr über, dank der „Topfkultur“ möglich.

V – Pestos werden von vielen Firmen in Gläsern angeboten. Das ist nur die zweitbeste Wahl. Die beste: selbstgemachte Pestos bereiten die meiste Freude.