

Der Geißbart (*Aruncus dioicus*) als Wildspargel

von Dipl.-Ing. Michael Machatschek

In verschiedenen Südtiroler Tälern auf bis zu 1300 m Seehöhe oder in verschiedenen Gebieten der Schweizer Kantone Graubünden und St. Gallen konnte ich über mehrere Jahre die Zubereitung von Geißbart zu Spargel kennenlernen. Im Weyerland an der oberösterreichischen Enns entdeckte ich in mehreren Gärten ehemaliger kleiner Landwirtschaften diesen kultiviert. Die hohe Wertachtung dieser delikaten Wildgemüseart hat in abgelegenen Taltschaften das Wissen über den Gebrauch bei den alten Leuten erhalten lassen.



„Geißbart“ oder „Fuchsschwoaf“ (von Fuchsschwanz) heißt die Pflanze wohl wegen ihrem Aussehen im Herbst und Winter. In der Schweiz etwa bezeichnet man die Pflanze auch als „Brandchrut“, weil sie nach einiger Zeit auf abgebrannten Waldlichtungen auftreten kann. Wegen ihrem zeitlichen Auftreten wird sie als „Johanniswedel“, da sie um Johannis blüht, oder im Salzkammergut als „Sunnawendstauan“ bezeichnet. Wegen des Fruchtstandes benennt man sie als „Waldhirs“ und wegen der Bedeutung für die Bienen-/Impenwirtschaft als Impenkraut“. All diese Namen drücken den Gebrauchszusammenhang der Pflanze aus.

Zur Standortkunde

Der Waldgeißbart (*Aruncus dioicus*, früher *sylvestris*) tritt auf den beschatteten Steilhanglichtungen der Nordseiten auf. Er kommt praktisch im gesamten Alpenraum, von den Pyrenäen bis in den Kaukasus,

im Himalaja aber auch im flachhügeligen Berggebiet vor. Er bevorzugt feuchte Bergwälder und montane bis subalpine Hochstaudenfluren (vgl. KLAUCK, E.J. 1991, OBERDORFER, E. 1994; ADLER, W. et al. 1994). Bezeichnende Baumarten-Begleiter sind Tanne (*Abies alba*), Bergahorn (*Acer pseudoplatanus*), Esche (*Fraxinus excelsior*), Erlen (*Alnus spec.*), Ulmen, Linden u.a. (s. Arunco-Aceretum MOOR 52 und Arunco-Alnetum glutinosae TX. 57). Eberhard J. KLAUCK hat in seiner vegetationskundlichen Arbeit über Kärnten und die Vogesen nachgewiesen, daß es sich um eine Saumpflanze handelt.

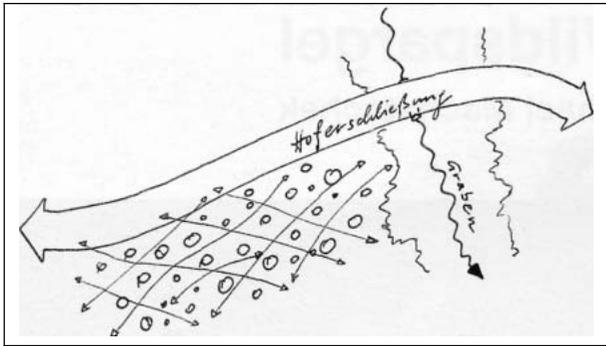
Die frische Waldluft der Schattseiten hat der Geißbart sehr gerne und wächst deshalb auch gerne als Saumpflanze am Waldrand oder an den Böschungen, wo die Wegtrassen in das Gelände geschnitten wurden. Vor allem auf frischen, nicht allzu großen Schlägen und Lichtungen, wo

sich ein gewisses Quantum an Luftfeuchtigkeit halten kann, oder laufend nachgeliefert wird, kann der zweihäusige Waldgeißbart gut gedeihen. Er bevorzugt ständige Bodenfrische und kommt auch entlang der Bäche und Hanggräben mit höherer Stetigkeit vor. Ohne die Nutzung durch die Menschen, würden an bestimmten Stellen der hofeigenen Flächen Südtirols nicht so viele Geißbartpflanzen gedeihen. Sie wären infolge der natürlichen Sukzession längst verdrängt und die Standorte von anderen Pflanzengesellschaften besiedelt worden.

Die Wildgärten

Der Fuchsschwoaf kommt häufig gemeinsam mit Wurmfarne (*Dryopteris filix-mas*), Weißer Pestwurz (*Petasites albus*), Klettendistel (*Carduus personata*), Wald-Sternmiere (*Stellaria nemorum*), Nesselblättriger Ehrenpreis (*Veronica urticifolia*), Mondviole (Ausdauerndes Silberblatt = Luna- &

Der Geißbart wächst an Säumen, Waldlichtungen, Wegböschungen, entlang von Gräben und auf Kahlschlägen



Ein Geißbart-Wildgarten unterhalb eines Waldweges in Südtirol: Zwischen den Pflanzenstöcken verliefen die Nutzwege in fallenden/steigenden Diagonalwegen

ria rediviva), Knoten-Beinwell (Symphytum tuberosum), Rühr mich nicht an (Springkraut = Impatiens noli-tangere), Wald-Frauenfarn (Athyrium filix-femina), u.v.a. Arten vor (vgl. KLAUCK, E.J. 1991). Wird er regelmäßig genutzt, so ist das an bestimmten Indizien feststellbar. An den vielen abgestorbenen Austrieben des Vorjahres erkennt man die vormalig genutzten Standorte, denn durch das Stechen treiben danach mehrere Knospen ihre Schößlinge aus. Hingegen dort, wo kein gärtnerischer Einfluß untersteht, da wächst der Geißbart meist nur mit einem oder bis drei Sprosse in die Höhe. Diese Art der gärtnerischen Sammelnutzung



erhält die von Natur aus nährstoffreichen Standorte und sichert sie über die Zeit. Deshalb hielt man sie vom Holzaufwuchs frei. Von „Garten“ kann man auch nur bedingt sprechen, denn die Standorte z.B. auf dem rötlichen Bozner Quarzporphyr sind sehr steinig und zum Teil sickerfrisch. Dieses Gestein schafft durch Mineralisa-

tion saure Bodenverhältnisse. Es entstanden langfristig mittelgründige, nährstoffreiche Lehm- und Tonböden. Weiters notierte ich zu den Standorts-Verhältnissen: Der Boden, wo in Südtirol der Geißbart gedieh, war im Frühjahr, als der Wildspargel austrieb, ohne Streuauflage und vegetationslos. Das war für die Pflanze und ihren Nutznießern wesentlich, da solche Böden schneller die Wärme der Frühlingssonne aufnehmen konnten und die Triebe im Untergrund früher zum Aufwachsen anregte. Dies hatte man sich in der sog. „Bifangkultur“ zum Ziehen von Kulturspargel (der Gattung Asparagus) abgeschaut.

Das Aussehen der Geißbartpflanze

Diese zu den Rosengewächsen zählende Pflanze kann 1 1/2 bis 2 m groß werden. Sie fällt im Sommer mit ihren fein gefiederten, doppelt gesägten Blättern und den reichhaltigen, weißen, federbuschartigen Rispenblüten auf, die ähnlich den Blütenfahnen der Astilben oder den Blüten des Mädesüß (Filipendula ulmaria) sind. Die Gartenastilben, die zur Zierde gepflanzt werden, entstammen der selben Gattung.

Die leichten Samen, die schon bei leichtesten Luftströmungen fortgetragen werden, enthalten Saponine, schleimbildende Stoffe. Die oberirdischen Teile sterben im Herbst ab und die verholzten Wurzeltteile im Boden überdauern den

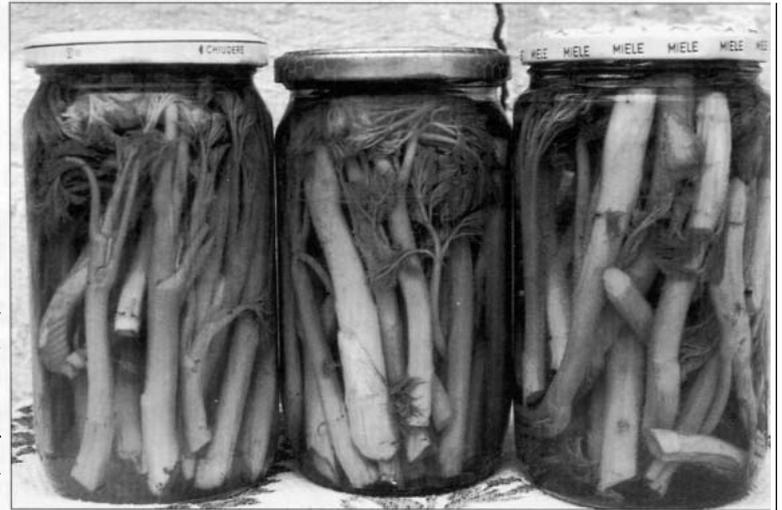
Winter und treiben wieder im Frühjahr aus. Als wilder Spargel werden die Sprossen verwendet, die sich aus dem holzigen Wurzelstock über der Oberfläche ausbilden. Die Sammelzeit beläuft sich auf den Monat April und geht bis in den Mai hinein. Dies hängt aber vom lokalen Klimakolorit ab. Der Korb füllt sich mit den gesammelten Spargeln und nach einigen Tagen können erneut die Standorte abgegangen werden. Man nimmt im Frühling die 10 bis 15 cm aus dem Boden emporkommenden Stengelschößlinge, knapp bevor das Blattschieben beginnt. Solange dicke, saftige Stengel aus dem Erdreich entwachsen, solange kann man diese verwenden. Sie sehen dann dem grünen Kulturspargel sehr ähnlich, sind allerdings etwas rot überlaufen. Erst mit dem Blattschieben werden die Stauden bitterer und verholzen zunehmend im Stengel. Mit der fortschreitenden Stengelausbildung werden vermehrt organische Blausäureverbindungen in die Pflanze eingelagert. Hinweisen Gustav HEGIS (1975: 264, Bd. IV/2A) zufolge, enthält die ganze Pflanze ein cyanogenes Glycosid: „Wurzel, Blätter und Blüten dienten ehemals als stärkendes, leicht adstringierendes, fieberwidriges Mittel“. Leider erwähnte HEGI nicht den Zeitpunkt einer möglichen Ernte. Blausäure ist in vielen Lebensmitteln, wie Fisolen, Bohnen usw. enthalten. Durch Kochen in Salzwasser kann man diese den Nahrungsmitteln entziehen.

So wächst die Pflanze auf, um über die Assimilation Kraft zu sammeln und um für das kommende Frühjahr genügend Speicherstoffe in den Wurzelstock und für die neuen Schößlinge zu veranlagern. Deshalb zehren die Nutznießer solche Stöcke nicht völlig aus und lassen ihnen eine große Zahl der Triebe auswachsen. Ansonsten kann man durch das Abschneiden aller Trieblinge solche Pflanzenstöcke ihrer Kraft berauben und umbringen. Solch' ein Raubbau ist aber nicht im Interesse der Wildgärtner.

Das Einwecken zum Wildspargel

Mit einer vorne scharfen und spartelartigen Messerklinge, einem Palettenmesser oder einem leichtgebogenen Messer wird knapp unter der Erde über dem verholzten Wurzelstock abgeschnitten. Die gestochehenen Schößlinge werden zu Hause dann gewaschen und mitsamt den feinen Blattansätzen in die Gläser stehend eingefüllt. Dann salzt man sie und füllt mit Wasser auf. Die Gläser werden mit einem metallenen Drehdeckel oder mit Gummi dazwischen und mit einem Haltebügel befestigten Glasdeckel verschlossen. Ein großes Kochgefäß, wird mit Tüchern ausgekleidet, damit die „siedenden“ Gläser nicht zerspringen. Darin werden die Gläser zum Kochen eingestellt. Mit Wasser wird dann dieses Gefäß gut über die Hälfte aufgefüllt und mit dem großen Deckel abgedeckt, ebenso wie

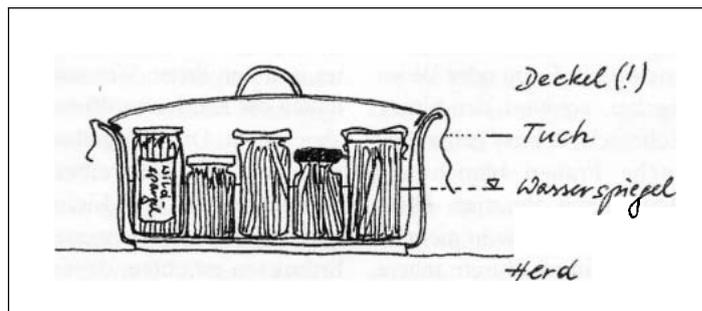
man früher Obst und Gemüse einweckte. In der Regel kocht man diese Gläser etwas länger, als wenn man zum Beispiel den Spargel für den direkten Verzehr bereiten würde, denn die Einweckgläser verzögern den Kochvorgang in den Gläsern etwas. Ungefähr 30 bis 40 Minuten lang läßt man das Edelgemüse im Wasser kochen. Danach gibt man die Gläser heraus. Nun sollten die Deckel so fest anliegen, so daß zum Inhalt keine Luft eindringen kann. Man läßt die Einweckware in der Küche abkühlen und einen Tag lang stehen. Am nächsten Tag kontrolliert man noch einmal das Festsitzen der Deckel. Dann gibt man sie in die Speise oder in den Keller zur Lagerung, damit sie sich nicht erwärmen können und evt. „explodieren“. Heute kennen nur mehr die alten Leute diese Weise des Einweckens zur Winterbevorratung. Solcherart bereiteter Spargel kann für Salate angerichtet, für Salatbeilagen oder als Fleischbeilage in einer Sauce dargeboten werden,



Wildspargel aus den "Wildgärten" Südtirols

Über die delicate Eßkultur der abgelegenen Täler

Während der Frühjahrszeit gab es dieses einfache Wildgemüse in den eingangs erwähnten Gegenden zur Genüge, weshalb es zu dieser Zeit als Zuspeise für die Einladung von Gästen besonders delikat hergerichtet wurde. Derlei allgemeine Zubereitungsmöglichkeiten von Spargelkochrezepten gibt es in den Kochbüchern viele. Man kann sie alle auch für den Geißbart anwenden: Geißbart etwa in echter Bauernbutter geschwenkt, schmeckt viel besser, als in herkömmlicher Butter. Geißbartschößlinge in Schinken gerollt oder mit verschiedenen Saucen übergossen, sind neben der Gaumenfreude auch eine Augenweide für die Essenden. Bei der Angabe von Saucerezepten halten sich die Zuberei-



Einwecken zum Wintervorrat

15 Jahre Erfahrung in Photovoltaik

Strom vom Dach für Haushalt, Gewerbe und Landwirtschaft

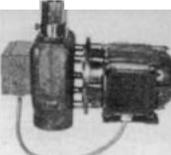
Zu besichtigen bei:

SOLAR ENERGIE  **TECHNIK** **EGON Elektro Kasper**



Sonne

– die umweltfreundlichste Stromerzeugung!

Wind  **Wasser** 

- Beratung
- Installation

Sonne und Wind sind gratis – die Technik dazu liefern wir!

Ihr Spezialist:

SOLAR ENERGIE  **TECHNIK** **EGON Elektro Kasper**

Strom aus Sonnenlicht

A-6773 Vandans
Tel. 0 55 56/72 7 54, Fax 0 55 56/73 5 89

terinnen betucht und spielen dann im Gespräch mehr die Extravaganz der Bereiterinnen in den Vordergrund.

Natürlich kann der Geißbart auch in Salzwasser gekocht direkt zu einem Salat zubereitet werden. Frisch bereitet, schmeckt alles Gemüse besser. Gibt man beim Kochen etwas Milch, Essig oder Weinessig bei, so wird der bittere Geschmack etwas gebunden. Manche Frauen blanchieren und gefrieren ihn tief. Dann schmeckt er aber nicht mehr so gut und nimmt durch innere Umwandlungsvorgänge einen

anderen Geschmack an. Mit Reis gekocht findet er als Gemüseeinlage im Risotto seine Verwendung. Eine Cremesuppe, mit wildem Spargel bereitet, ist eine Delikatesse.

Vom Geißbartspargel zum Kulturspargel (*Asparagus officinalis*)

Man kann in Südtirol bei der beschriebenen Geißbartkultur von „Wildgärtnerei“ sprechen, wenn die kleinweise genutzten Standorte in Betracht gezogen werden. Man läßt an diesen steinigen Stellen alles gedeihen, wie es kommt, hält aber die Standorte frei von Sträuchern und erntet den Wildspargel lediglich ab. Zwischen den vertrockneten und umgebrochenen Stengeln sammelt sich im Herbst die Laubstreu, die bis in das Frühjahr verrottet ist und somit den Standorten etwas Nährstoffe zuführt. Man erspart sich die aufwendige Bifang-Kultur wie zum Erhalt von Kulturspargel. Dort werden überzüchtete, ertragreiche holländische Sorten in den feinerdigen Schattenerdwallen mit sehr großem Aufwand gezogen, sehr stark gedüngt und chemisch behandelt.

Man hatte von der Nutzbarmachung des wilden Asparagus-Spargels und des Geißbartes und von ihrem Wunschverhalten die Kultivierungsweisen abgeschaut. Die Spargelbauern schützen die austreibenden Spargelspitzen vor Lichteinwirkung, indem sie sogenannte Erdmieten errichten, damit die Schößlinge weiß bleiben und

keine Grün- oder Rotfarbstoffe in die Triebe einlagern. Die Bleichung verhindert die Bitterstoffeinlagerung und fördert somit den leichteren Geschmack und die Verdaulichkeit. Solche gebleichte Stockaustriebe sind allerdings gegen Krankheiten anfälliger.

Der Asparagus-Spargel, ein Liliengewächs, wurde über Kreuzfahrer von den Griechen und Ägyptern vermutlich im 13. Jahrhundert und über die Seefahrer aus Nordafrika in Südeuropa eingeführt. Die Stammheimat dürfte im vorderen Asien liegen. Beim Kulturspargel verwendet man die nur knapp unter den Erdmieten liegenden Frühlingstriebe. Beim Geißbartspargel hingegen die 10 - 15 cm hohen oberirdischen Triebe. Vor allem im 18. Jahrhundert war der Kulturspargel in der höfischen Speisekultur ein sehr vornehmes Essen. Aber die einfachen Leute hatten davor schon längst ihre eigenen Wildpflanzengärten, aus denen sie ihre Hochkultur des Speisens vorweggenommen hatten. Sie lebten lange der Bourgeoisie vor, wie man sich die Natur zunutze machen kann und daß sie zu speisen verstanden.

Vom Naturnutzen

Die Wildlinge brauchten nicht die agroindustrielle Behandlung, die ja real einen kulturellen Rückschritt bedeutet. Die heute stark gedüngten und deshalb hoch aufwachsenden Kulturpflanzen neigen im Sommer zum Umkippen und



Seit 15 Jahren Projektierung und Herstellung von Kleinkraftwerken, Reparieren und Renovieren bestehender Anlagen

ELEKTRO BLASSNIG Ges.m.b.H.

A-9961 Hopfgarten in Deferegggen, Tel. 0487215355, Fax: 5820

Wenn die Möglichkeit besteht, nutzen Sie die Wasserkraft

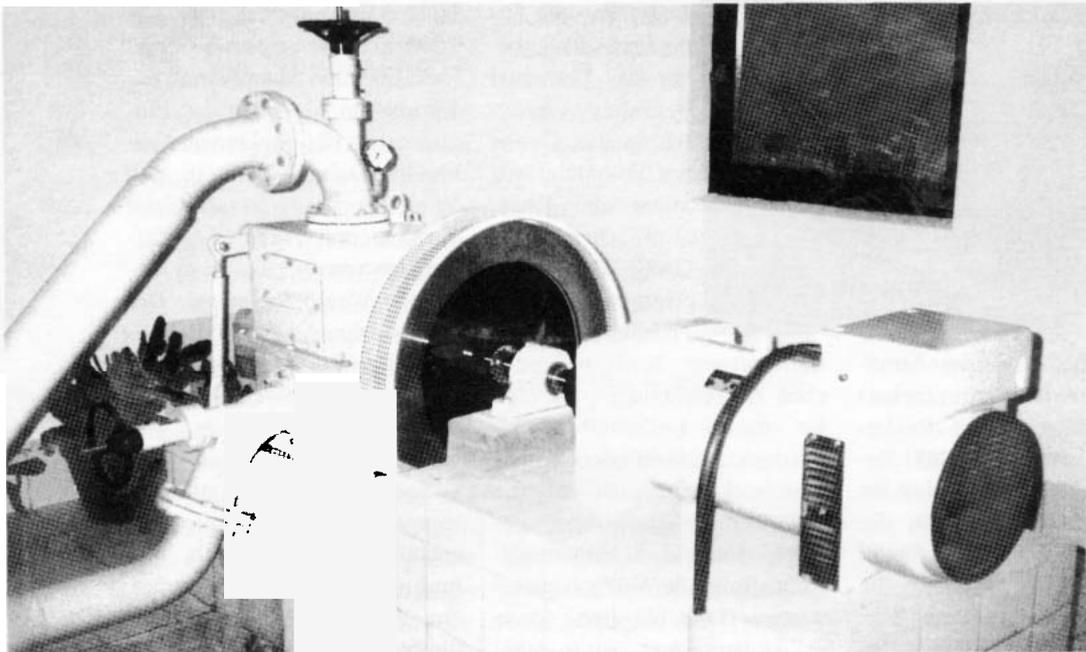


Foto: privat

Saubere Energie und Unabhängigkeit in der Energieversorgung sind im Zeitalter eines vermehrten Umweltdenkens keine leeren Schlagworte mehr. Das langjährige erfahrene Familienunternehmen Elektro Blassnig GmbH in Hopfgarten i. D. bietet Ihnen umfangreiche Informationen, wie Sie die natürliche Wasserkraft in umweltfreundliche Energie umwandeln können.

Von der Planung und Projektierung, Wasserturbinen und Regelungen, elektrische Einrichtungen, bis zur behördlichen Inbetriebnahme, fertigen, modernisieren oder erneuern wir Ihre Kraftwerksanlage. Selbstverständlich reparieren und renovieren wir alle bestehenden Anlagen.

Ein jahrelanger reibungsloser Betrieb von zahlreichen Anlagen aus unserer Produktion zeugt von Qualität und Zuverlässigkeit.

Neben unserer Spezialisierung auf Kleinkraftwerke führen wir selbstverständlich sämtliche Elektroinstallationsarbeiten durch.

Verkauf und Reparaturen sämtlicher Elektrogeräte für Gewerbebetriebe, Haushalt und Landwirtschaft.

verursachen somit Luftstau und die Vermehrung spezifischer Kulturspargelpilze. Die Wildspargel-Nutzer konnten mit der Natur klug umgehen. Sie brauchten z.B. nicht gegen die in der „Hochkultur“ auftretende Botrytiskrankheit spritzen.

Inwiefern der Geißbart (*Aruncus dioicus*) die selbe Heilwirkung wie der Kulturspargel (*Asparagus officinalis*) besitzt, weiß niemand mehr Bescheid. Die Vermutung liegt aber nahe, daß hier ein Zusammenhang besteht, denn beim Wasserlassen tritt ein charakteristischer Uringerruch auf. Dem angebauten Spargel wurden

vermutlich die verschiedensten Heil- und Zauberwirkungen des Geißbartspargels angeeignet, damit er sich in größeren Mengen und preisgünstiger verkaufen ließ. Faktum ist, daß beide etwa 95 Prozent Wassergehalt bei wenig Eiweiß und Fett haben und deshalb von kalorienbewußten Leuten für Frühjahrskuren verwendet werden. Dem Wildspargel sagt man harntreibende Wirkung nach. ■

Quellenangaben:

ADLER, Wolfgang; OSWALD, Karl; FISCHER Raimund (1994): *Exkursionsflora von Österreich.*

Tuexenia 11:253 - 268. Göttingen. OBERDORFER, Erich (1994): *Pflanzensoziologische Exkursionsflora. Pflanzenbestimmungsbuch.* Ulmer Verlag Stuttgart.

Die Zeichnung Wald-Geißbart wurde aus dem Band 3 „Exkursionsflora“ von Werner ROTHMALER, (1987) entnommen.

Zum Autor:

Dipl.-Ing. Michael Machatschek ist freiberuflicher Landschaftsplaner in Österreich und beschäftigt sich mit bäuerlicher Agrarkultur und der Erhaltung alten Wissens