

Kräuterwissen November 2018

EGK Newsletter

Birne

Birnbaum = *Pyrus communis* // Rosengewächs = Rosaceae

Das alte Wort Birne = bira leitet sich vom lateinischen Wort pirum ab. Die wissenschaftliche Beschreibung pyrus geht wahrscheinlich auf das Wort mit dem griechischen pyr = Feuer zurück.

 Geschichtliches

 Botanik und Kultur

 Verwendung in der Naturheilkunde

 Verwendung in der Küche

 Rezept





Geschichtliches

Das Spektrum der nutzbaren Pflanzen ist schier unermesslich und umfasst neben Kräutern- und Heilpflanzen auch verschiedene – teils in Vergessenheit geratene – Gemüse, Beeren und Früchte und natürlich auch die uns bekannten Bäume. Trotz einiger tausend Jahre Menschheit ist erst ein sehr kleiner Teil dieser nutzbaren Gewächse überhaupt untersucht und erforscht worden. Immer neue Erkenntnisse zeigen uns auf, dass wir eigentlich mit unserem Wissen erst am Anfang stehen.

Der in diesem Newsletter beschriebene Birnbaum ist ein gutes Beispiel für die Entwicklung von neuen Sorten und Arten der vergangenen über 5000 Jahre.

Ihren Ursprungsort haben die Birnen wahrscheinlich in den Gebieten Anatoliens und dem Kaukasus. Im Mittelalter fanden sie mit Händlern den Weg nach ganz Europa, wo mit der Zeit immer mehr Birnensorten entstanden. In alten Aufzeichnungen kann man entnehmen, dass in römischen Villengärten um 1000 Jahre vor Christi Geburt um die 40 Sorten von verschiedenen Birnbäumen kultiviert wurden. Nach dem Niedergang des römischen Reiches machte die Kultur von Birnbäumen praktisch keine Fortschritte mehr. Erst im frühen 17. Jahrhundert lebte in Frankreich das Interesse an der Birnenzucht wieder auf. Um 1900 Jahrhundert waren es bereits um die 160 Sorten von Tafelbirnen und aktuell kennt man über 2000 verschiedene Sorten, von welchen jedoch nur wenige auf den Markt kommen.



Botanik und Kultur

Birnen sind mehrheitlich sommergrüne oder halbimmergrüne Bäume, welche 12 bis 15 Meter hoch werden können. Auch in Strauch- oder Spalierform gezogene Gewächse sind im Handel erhältlich. Die wechselständig an den Zweigen angeordneten rundlich, eiförmigen bis lanzettlichen festen Laubblätter sind in Blattstiel und Blattspreite gegliedert. An den Standort stellen die Birnbäume eigentlich keine allzu grossen Anforderungen. Als Solitär in Wiesland oder als Spalier in einer entsprechenden Obstbaumplantage, wie auch als Zwergform in einem grossen Pflanzenkübel, überall entfalten sie ihre Blatt- und Blütenpracht. Im Herbst verfärben sich die Laubblätter meist rot bis scharlachrot.

In Nordamerika pflanzte man die Birnen gewöhnlich auf Heister von «Williams» oder auch «Beurre Rose». Auf solchen Unterlagen zieht man dann die entsprechend verholzenden Sorten/Arten.

Um dem Birnensterben entgegen zu wirken, sollten sie ihre zukünftigen Birnbäume nur in ausgesuchten Baumschulen oder Obstbaumschulen kaufen.

Wie bereits vorgenannt, gibt es heute wohl mehr als 2000 verschiedene Birnensorten/Arten, doch nur wenige eignen sich leider für den wirtschaftlichen Anbau.

Betreffend möglichen Krankheiten wie Birnengitterrost und tierischen Schädlingen wie Läuse usw. sind im Fachhandel mittlerweile eine grosse Vielzahl an – auch biologischen – Mitteln erhältlich.

Birnen sind nicht einfach Birnen. Es gibt mittlerweile eine grosse Anzahl von Birnen, von welchen wir Ihnen einige mit speziellen Namen vorstellen möchten: Wild-Birne = *Pyrus pyraeaster*, Schnee-Birne = *Pyrus nivalis* und die bekannte Nashi-Birne = *Pyrus pyrifolia*. Birnbäume werden sowohl zum Obstanbau als auch zur Zierde (Blüten) angepflanzt. Für die europäische Obstproduktion sind Varietäten von *Pyrus communis* mehrheitlich in Kultur. In Asien sind es dagegen eher die Sorten der Nashi Birnen.



Verwendung in der Natur- heilkunde

Die medizinischen Eigenschaften der Birne werden in der Literatur wie nachstehend beschrieben: Antiseptisch, wundheilend, harntreibend und gegen Durchfall.

Birnen enthalten viel Fruchtzucker, welcher auch für Diabetiker verträglich ist. Die eher als vitaminarme bezeichnete Birne weist organische Säuren, wertvolle Mineralsalze und Pektin auf.

Die Birne ist eine sehr wertvolle und entsprechend auch gesundheitsfördernde Frucht.

Es ist sehr erstaunlich, welche natürlichen Gesundheitskräfte man den Birnen zusprechen kann. Bei Fragen empfehlen wir Ihnen, sich an einen ausgewiesenen Naturheilpraktiker zu wenden.



Verwendung in der Küche

Die Früchte der Birnen können sowohl roh als Obst gegessen, aber auch sehr gut getrocknet werden. Gekochte Birnenschnitze eignen sich z. B. sehr gut als Beilage zu Äpler-Makronen oder beigemischt in einem schmackhaften Gemüse-Kartoffelauflauf. Birnenfladen und Birnenwähen, Konfitüren, Birnensaft (gemischt auch mit Apfelsaft) sind weitere Möglichkeiten, Birnen zu verarbeiten.

Der Coupe mit der Birne – „Belle Hélène“ – gehört zu den bekanntesten Nachspeisen. Dieses feine Dessert, welches wohl schon jedermann genossen hat, gibt es bereits seit über 140 Jahren.

Birnen eignen sich zudem auch hervorragend zur Herstellung von Obstbränden.



Rezept

Gestürzter Birnenkuchen Für ein Blech von 28 cm Durchmesser

Zutaten

- 200 g Dinkelmehl oder Weissmehl
- ¼ TL Salz
- 3 EL Zucker
- 100 g Butter kalt
- 1 Ei
- 5 EL Zucker
- 30 g Butter
- 4-5 Birnen, z.B. Gute Luise

Mehl, Salz und Zucker vermischen. Die Butter in kleine Stücke schneiden und zum Mehl geben. Mit den Fingern gleichmässig fein reiben. Eine Mulde formen. Das Ei verquirlen und in die Mulde geben. Alles zusammenfügen, nicht kneten. Falls die Flüssigkeitsmenge des Eis nicht ausreicht, kann ganz wenig Wasser hinzugefügt werden. Eine Kugel formen.

2 Bogen Backpapier auf die Grösse des Bleches zuschneiden (Grösse des Bodens plus Rand). Die Teigkugel zwischen die Backpapiere legen und auswallen. Am Rand ca. 1 cm Papier freilassen. Teig mit den Backpapieren für 30 Minuten in den Kühlschrank legen. Backofen auf 200°C (Heissluft) oder 220°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Birnen schälen, halbieren, das Kerngehäuse ausstechen. Birnenhälften längs in Scheiben schneiden. Zucker auf das Blech streuen, 6-8 Minuten in der Mitte in den Ofen schieben. Caramelisieren. Gut überwachen, der Zucker darf nicht verbrennen. Herausnehmen, die Butter in kleine Stücke schneiden, dann sofort über den Caramelzucker verteilen. Die Birnenscheiben ziegelartig auf das Blech legen. Teig aus dem Kühlschrank nehmen, ein Backpapier entfernen. Teig auf die Birnen legen. Das zweite Backpapier entfernen. Den überlappenden Teig zwischen Birnen und Blechrand drücken. Teigboden mit einer Gabel mehrfach einstechen.

Birnenkuchen in den vorgheizten Ofen schieben, bei 200°C (220°C) 20-25 Minuten backen. 10 Minuten auskühlen lassen. Eine Platte oder grossen Teller auf das Blech legen, stürzen, warm oder kalt servieren.