

Kräuterwissen Juni 2017

EGK Newsletter

Stockrose

Stockrose – *Alcea rosea* / Malvengewächs = Malvaceae
Flur- und Volksnamen: Rosenpappel, Bauernrose, Stockmalve

 Geschichtliches

 Botanik und Kultur

 Verwendung in der
Naturheilkunde

 Verwendung in
der Küche

 Rezept





Geschichtliches

Aufgrund alter Bücher, Schriften und Aufzeichnungen in den Klosterbibliotheken weiss man eigentlich ziemlich genau, welche Kräuter, Heil-, Nutz- und Zierpflanzen früher in den Klostergärten angebaut wurden. Zu diesen Pflanzen kann auch die Stockrose gezählt werden. Es erstaunt immer wieder, wie weitreichend und fundiert das alte Wissen um die heilenden Kräfte der Natur vor mehreren hundert Jahren schon war. Der Anbau der Kräuter diente der Gesundheit und jener der anderen Nutzpflanzen wie Getreide, Mais und einiger weniger Gemüsesorten als Grundnahrungsmittel für die eher kargen täglichen Mahlzeiten.

Aber nicht nur in den Klostergärten wurden Kräuter zu Heilzwecken gegen allerlei Gebrechen angezogen. In vielen Bauerngärten, natürlich eher bei wohlhabenden Bauern, wurden die Stockmalven aber nicht nur wegen ihrer verschiedenen Verwendungsmöglichkeiten, sondern auch als Zierpflanze kultiviert. Diese schönen Blumen waren einst so beliebt, dass sie bei Gartenausstellungen teilweise sogar eine eigene Kategorie bildeten.



Botanik und Kultur

Die Stockrose ist eine zweijährige, schwach ausdauernde Staude, die bis zu zwei Meter hoch werden kann. Die Pflanze wird durch Aussaat vermehrt. Vom Frühjahr bis in die Sommermonate hinein kann an windgeschützten Stellen direkt im Garten ausgesät werden. Auch eine Voranzucht im Frühbeet oder in kleinen Blumentöpfen, z. B. auf der Fensterbank, ist möglich. Die noch jungen und zarten Gewächse müssen dann im Abstand von zirka 50 mal 50 Zentimetern ausgepflanzt werden.

Im ersten Jahr entwickeln die Stockrosen normalerweise nur eine Blattrosette. Im zweiten Jahr erscheinen dann die runden und wenig verästelten Stängel. Die Blätter der Rosenpappel, wie die Stockrose im Volksmund auch etwa genannt wird, sind rauhaarig, filzig und runzelig. Die weissen, rosafarbenen, rötlichen und bisweilen dunkelvioletten Blüten sind trichterförmig. Die Hauptblütezeit erstreckt sich je nach Standort vom Frühlingsmonat Mai bis in den Herbstmonat Oktober hinein.

Stockrosen werden leicht von Malvenrost befallen. Da Malven bei Trockenheit und nicht ausreichender Ernährung besonders anfällig sind, ist auf eine genügende Feuchtigkeit der Erde und auf eine regelmässige und ausgewogene Düngung mit organischen Düngern zu achten. Um die Übertragung des Pilzes vom Boden auf die Pflanze zu erschweren, sollten die ersten Blätter im Frühjahr am besten entfernt werden. Die befallenen Blätter dürfen auf keinen Fall im Kompost entsorgt werden. Es besteht sonst die Gefahr, dass mit diesem Kompost noch andere Pflanzen angesteckt werden. Falls notwendig, können Fungizide gespritzt werden. Wir empfehlen Ihnen, diese Behandlungen in Abständen von zirka acht bis zehn Tagen in der Hauptwachstumszeit zu wiederholen. Wichtig ist, dass auch die Unterseiten der Blätter gut besprüht werden. Wir möchten aber an dieser Stelle darauf hinweisen, dass Malvenrost einfach ein wenig zu den Malven gehört.

Noch ein kleiner Pflanztip: Besonders gut zur Geltung kommen die leuchtenden Blüten der Stockrosen, wenn man die Stöcke in einer Reihe entlang eines Zaunes pflanzt.



Verwendung in der Natur- heilkunde

Wie bereits eingangs erwähnt, wurde die Stockrose wegen ihrer wertvollen Inhaltsstoffe wie der Schleim-, Gerb- und Farbstoffe vor allem in Klostergärten angebaut. Die Ordensschwester und Mönche wussten, dass die Blüten dieser Pflanze eine heilende Wirkung haben und Linderung bei Husten bringen können. Bis heute finden die Blüten der Stockmalve in zahlreichen Teemischungen und in der Homöopathie Verwendung. Bei Fragen wenden Sie sich ungeniert an einen Drogisten oder einen ausgewiesenen Naturheilpraktiker.

Die Blüten der dunkelvioletten oder schwarzen Stockmalve (*Alcea rosea* var. *nigra*) werden auch als Färbemittel für Speisen, Wein und Likör oder zur Färbung von ökologischen Textilien verwendet.

Verwendung in der Küche

Es erstaunt immer wieder, welche kulinarischen Köstlichkeiten man aus den leuchtend weissen, rosafarbenen und rötlichen Blüten der verschiedenen Malven-Varietäten herstellen kann. Bevor man die Blüten aber verwenden und essen kann, müssen die Staubgefässe und alle grünen Teile sorgfältig entfernt werden. Die Blüten lassen sich frisch in Salaten verwenden. Ein Blattsalat, mit den Blüten der Stockrose und mit aufgefächerten Birnen- oder Apfelscheiben dekoriert, ist einfach ein Hingucker!

Auch kandierte Blüten sehen als Dekoration auf einem feinen Dessertteller sehr gluschtig aus. Mit einer Crème oder Mousse gefüllt lassen uns die Malvenblüten als aussergewöhnliche Dessertschalen sprichwörtlich das Wasser im Mund zusammenlaufen. Mit diesen Blüten setzen Sie als Küchenfee oder -zauberer nicht nur farbliche Akzente, sondern Sie experimentieren auch mit geschmacklichen Nuancen.

Aus den Stockmalvenblüten lässt sich auch ein feiner Sirup mit einem sehr speziellen Aroma herstellen. Mit diesem Sirup lässt sich eine Vielzahl von süssen Speisen, Desserts und Gebäck verfeinern.



Rezept

Risotto mit dunkelroten Malven Für 4 Personen

Zutaten

- 1 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 400g Risottoreis
- 4 dl Weisswein
- ca. 1l Gemüsebouillon
- 20 Malvenblüten
- 1 EL Olivenöl extra vergine
- nach Belieben geriebener Parmesan

Zwiebel fein hacken.

Knoblauchzehe pressen.

Zwiebeln und Knoblauch im Olivenöl dünsten. Den Reis dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen und einkochen lassen.

Vier Malvenblüten für die Dekoration beiseitelegen. Von den restlichen Malven die Blütenblätter abnehmen und zum Reis geben. Dadurch verfärbt sich der Reis.

Gemüsebouillon nach und nach dazugiesesen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis cremig ist, aber noch Biss hat. Zum Schluss noch etwas Olivenöl untermischen.

Auf den Tellern anrichten und mit einer Malvenblüte dekorieren. Nach Belieben Parmesan dazu reichen.