



WELT & LADEN

DAS WELTLADENMAGAZIN | FRÜHJAHR / SOMMER 2013
WWW.WELTLADEN.DE



VANILLE
*Königin
der Gewürze*

SLOW FOOD
*Eine Bewegung
stellt sich vor*

KÖRBE
*Flechtwaren
aus Marokko*



VANILLE – „DIE SCHWARZE BLUME“

von Stephanie Jänsch

Die Azteken nannten sie „tlilxochitl“, was übersetzt „Schwarze Blume“ bedeutet. Für die Spanier war sie sogar die „Königin der Gewürze“, als sie die schwarze Schote auf ihren Eroberungszügen kennen und schätzen lernten. Heute ist Vanille nicht mehr aus unserer Küche wegzudenken, bereichert sie doch zahlreiche Desserts, Torten, Gebäck und Eis. Auch in der Parfüm- und Medizinherstellung hat sich Vanille eine wichtige Stellung erkämpft. Aber es ist nicht immer alles Vanille, was so schmeckt und riecht.

Vanille war bereits im alten Mexiko ein beliebtes Gewürz. Die Azteken veredelten ihre Trinkschokolade „xocoatl“ mit süßlicher Vanille und nahmen ihr so den bitter-scharfen Geschmack. Da die klimatischen Bedingungen in der Heimat der Azteken, das Gebiet rund um das heutige Mexiko-Stadt, ungeeignet waren, bezogen sie die Vanille von den Totonaken aus der Region Veracruz am Golf von Mexiko. Die Azteken und Totonaken waren lange Zeit die Einzigen, die um das Geheimnis der Vanillearomen wussten. Erst durch die Eroberungszüge in der Neuen Welt wurde die Vanille durch die Spanier entdeckt. Der Eroberer Hernan Cortez war wohl der erste Europäer, der auf den Geschmack der süßen Schote kam. Von da an fand die Vanille langsam ihren Weg in die europäische Küche, war jedoch durch ihren astronomischen Preis zunächst den Reichen und Adeligen vorbehalten.

Erste Versuche, die Pflanze außerhalb Mexikos zu kultivieren, scheiterten. Sie trieb zwar Blätter und Blüten, bildete aber keine Samenkapseln. In Mexiko bestäubte die Melipona-Biene oder eine spezielle Kolibri-Art die Blüten der Vanille. Da diese nur in Mexiko heimisch waren, blieben Anbauversuche in anderen Ländern zunächst erfolglos. Erst als es nach langer Forschung gelang, die Vanille künstlich per Hand zu befruchten, begann der weltweite Siegeszug der Vanille und Mexiko verlor Mitte des 19. Jahrhunderts das Monopol im Vanillehandel.

Dort, wo der Pfeffer wächst ...

... gedeiht auch die Vanille. Madagaskar ist heute mit jährlich rund tausend Tonnen der größte Produzent und baut 50 Prozent der weltweit erzeugten Vanille an. Dabei ist die auf der Insel angebaute „Bourbon Vanille“ eine besonders hochwertige Vanillesorte mit einem intensiven und harmonischen Aroma. Ihren Namen hat die Bourbon Vanille durch die Île de Bourbon, die heutige Insel La Réunion, erhalten, über die sie nach Madagaskar kam. Generell wird Vanille aus der Region des Indischen Ozeans als Bourbon Vanille bezeichnet.

Madagaskar ist mit 600.000 km² die viertgrößte Insel der Welt, rund 400 km trennen sie vom afrikanischen Festland. Die Insel zeichnet sich durch ihre Vielfalt aus – 80 bis 90 Prozent der dort zu findenden Flora und Fauna sind endemisch und somit nur dort heimisch. Madagaskar ist ein vielfältiges und faszinierendes Land, das jedoch durch starke Armut geprägt ist. So lag das Pro-Kopf-

Einkommen im Jahr 2011 bei 400 Dollar und 82 Prozent der Bevölkerung leben in extremer Armut. Lebensgrundlage für viele Madagassen ist der Export von Gewürzen – dabei spielt die Vanille durch ihren hohen Preis eine besondere Rolle. Vanille ist nach Safran das teuerste Gewürz auf der Welt.

Was Orchideen mit Vanille zu tun haben

Viele wissen gar nicht, dass die schwarzen Schoten von einer Orchideenart stammen – der *vanilla planifolia*, auch Gewürzvanille genannt. Zur *vanilla planifolia* zählen die Bourbon Vanille und die ursprüngliche Vanille aus Mexiko. Es können bis zu 150 Vanillearten unterschieden werden. Zum Aromatisieren von Lebensmitteln werden jedoch nur zwei verwendet – neben der echten Vanille ist das die *vanilla tahitensis*. Die heute vor allem in Papua-Neuguinea angebaute Tahiti-Vanille hat ein blumiges, anisartiges Aroma und ist deutlich preiswerter.

Die Vanille ist eine Kletterorchidee mit langen, kräftigen Luftwurzeln, die an Bäumen emporrankt und im Schatten des Mischwaldes gedeiht. Eine Vanillepflanzung braucht viel Pflege, sonst verwildert sie. Die Kletterpflanze würde in der Wildnis bis zu 30 Meter hoch werden.

Ab September blühen auf Madagaskar die ersten Vanilleorchideen, wobei sich die Blüten nach wenigen Stunden bereits wieder schließen. In dieser kurzen Zeitspanne muss die Blüte bestäubt werden, damit sie Ernte einbringt. Ihre Blüten werden mit Hilfe eines kleinen Stäbchens oder einer Nadel per Hand bestäubt. Nach der Bestäubung entwickeln sich an den Blüten lange grüne Schoten, die mit Samen gefüllt sind. Diese wie grüne Bohnen aussehenden Schoten sind noch komplett geruchslos. Rund neun Monate reifen die Vanilleschoten, bis sie im Juli geerntet werden. Der beste Zeitpunkt für die Ernte ist, wenn sich die Schoten leicht gelb verfärben. Dann erreicht die Schote eine Länge von 12 bis 25 Zentimeter. Wer Vanille anbauen möchte braucht etwas Geduld, denn die ersten Früchte wachsen nach 3-6 Jahren.

An der Vanilleküste

Im Nordosten Madagaskars zwischen Masoala und Mananara ist die Vanille die Lebensgrundlage für viele Menschen, treffenderweise wird diese Region auch „Vanilleküste“ genannt. Das Biosphären-



reservat Mananara Nord ist Heimat der Vanillebauern von LA SENTINELLE. Hier im Nationalpark klettert die Vanille an Bäumen des Regenwaldes empor. Jeder Produzent besitzt ca. einen Hektar mit Vanilleorchideen und 50 Gewürznelkenbäumen, die ohne Pestizide und chemische Düngemittel bewirtschaftet werden.

Ein langer Prozess

Nicht nur der Anbau der Vanille ist für die Bauern ein arbeitsintensives Geschäft, auch die Weiterverarbeitung ist aufwändig. Nach der Ernte werden die Schoten für einige Minuten in 60 Grad heißem Wasser blanchiert. Im Anschluss werden sie mit Wolle abgedeckt und für 48 Stunden in große Holzkisten zum Schwitzen gepackt. Dann werden die Schoten für 3-4 Wochen in der Sonne getrocknet, schließlich geht es für einen weiteren Monat zum Trocknen nach drinnen. Das Aroma der Vanille entwickelt sich in diesem Prozess immer weiter. Die Feuchtigkeit entweicht und es wird ein Enzym freigesetzt, das das Vanillearoma erzeugt: Vanillin. Bei diesem Prozess verlieren die Schoten nicht nur ihre grüne Farbe, sondern auch deutlich an Gewicht. So entsteht aus 5 kg grüner Vanille rund 1 kg schwarze Vanille.

Der Trocknungsprozess der Schoten wird ständig überwacht – Ausschuss und Verunreinigungen werden entfernt und die Schoten werden gesäubert. Zudem werden die Stangen durch eine Art Massage glatt und biegsam gemacht. Das fertige Produkt wird in Paraffinpapier verpackt und gut belüftet gelagert. In der madagassischen Hauptstadt Antananarivo erfolgt lediglich die Vorbereitung für den Versand, die restliche Wertschöpfung erfolgt direkt bei den Vanillebauern. Im Biosphärenreservat ist keine Massenproduktion möglich. Damit die Bauern etwas verdienen, muss ihre Vanille von höchster Güte sein. Der ökologische Anbau spielt hier eine wichtige Rolle, daher wird jede Ernte von Ecocert kontrolliert und bio-zertifiziert.

La Sentinelle

Das Projekt LA SENTINELLE (was übersetzt „Schutzring“ bedeutet) wurde 2003 mit Unterstützung des Nationalparks Mananara und der finanziellen Hilfe des Slowfood Projektes Presidio gegründet. Die Produzentengruppe besteht aus mehr als 300 Bauern in rund 15 Dörfern. Die Bauern leben in sehr kleinen abgelegenen Ortschaften. Zu den Dorfbewohnern zählen in erster Linie sozial benachteiligte Menschen, die ihre Lebensgrundlage durch Subsistenzwirtschaft und den Anbau der beiden wichtigen Exportgüter Vanille und Gewürznelken sichern.

Jedes Dorf hat einen lokalen Vorsitzenden sowie einen internen Kontrolleur. Die Vorsitzenden sind durch ein zentrales Büro vernetzt und treffen sich vier Mal im Jahr zu einer Versammlung, bei der die operativen Entscheidungen getroffen werden. Die Mitglieder von LA SENTINELLE erhalten für die Bio-Zertifizierung 30 Prozent Aufschlag auf den lokal üblichen Vanillepreis und weitere 10 Prozent für Dorfentwicklungsprojekte sowie 10 Prozent für Gemeinschaftsprojekte. Somit liegt der Verkaufserlös 50 Prozent über dem der konventionellen Vanille. Dieser Mehrerlös kann so zu einer besseren wirtschaftlichen Entwicklung der Anliegerdörfer des Nationalparks beitragen. Zudem haben die Mitglieder der Kooperative die Möglichkeit der Mitbestimmung und sie können verschiedene Weiterbildungsmöglichkeiten nutzen. Durch eine Rentenversicherung sind die Mitglieder zusätzlich im Alter abgesichert.

Der Vanilleanbau durch LA SENTINELLE hat nicht nur soziale und ökonomische Vorteile, sondern bietet auch einen großen Umweltschutz-Aspekt: Madagaskar ist für seine große Artenvielfalt bekannt, die jedoch seit Jahren durch Abholzung bedroht wird. Bereits 80 Prozent des Regenwaldes sind verloren. Die Bauern leben in einem Nationalpark und schützen diesen in Zusammenarbeit mit den Parkmitarbeitern.



Vanille – ein Spekulationsobjekt

Der Weltmarkt für Gewürze ist ein stark konzentrierter Markt, in dem nur wenige Unternehmen eine große Rolle spielen. Vanille ist ein Spekulationsobjekt – starke Schwankungen bei den Exportpreisen und somit Unsicherheiten für die Bauern sind die Folge. Derzeit ist Vanille auf dem internationalen Markt rar und der Preis entsprechend hoch.

Gerade zu Zeiten in denen der Vanillepreis hoch ist, kommt es bei den Vanillebauern von LA SENTINELLE immer wieder zu Diebstählen. Das führte in der Vergangenheit dazu, dass die Schoten zu früh abgeerntet wurden, um sie vor Diebstahl zu schützen. Werden die Schoten nicht in voller Reife geerntet, ist der Vanillingehalt noch nicht voll entwickelt und die Qualität leidet. Inzwischen wurde jedoch ein besserer Weg gefunden, um Diebstahl zu erschweren: Jede Schote wird bereits an der Pflanze mit einem Stempel versehen. Jeder Bauer hat einen eigenen Stempel, der aus kleinen Kupfernadeln besteht. Auch auf dem getrockneten Endprodukt ist dieser Stempel noch gut zu erkennen. Schaut man sich die Schote genau an, findet man kleine punktförmige Erhebungen, die in unterschiedlichen Mustern angeordnet sind. Durch diese Markierung kann jede Schote im Handel bis zum Bauern zurückverfolgt werden.

Echte Vanille?

Viele unserer Lebensmittel enthalten Vanille, aber nicht überall, wo Vanille draufsteht ist auch natürliche Vanille drin! Der Hinweis auf

natürliche Aromastoffe wird in der Lebensmittelindustrie auch für naturidentische, also künstlich hergestellte Aromen verwendet. Es ist erschreckend, dass die echte Vanille in kaum einem verarbeiteten Lebensmittel mehr genutzt wird. So kam Stiftung Warentest 2009 zu dem Ergebnis, dass echte Vanille im Lieblingseis der Deutschen rar ist. Die Bezeichnung „mit Vanillegeschmack“ gibt korrekt an, dass nur synthetisches Aroma verwendet wurde. Aber auch bei Produkten mit der Aufschrift „Bourbon Vanille“, wurde synthetisches Vanillin zugesetzt. Selbst die schwarzen Tüpfchen im Eis oder anderen Milchprodukten sind kein Garant für einen echten Vanillegeschmack. Hier handelt es sich meist um ausgelaugte gemahlene Vanillestangen, die mit synthetischem Vanillin versetzt wurden. Die oft verwendeten synthetischen Vanillearomen haben mit echter Vanille nichts zu tun. Man stellt sie aus Holzzellstoff oder Steinkohlenteer her. Die natürliche Vanille besteht aus über 250 verschiedenen organischen Bestandteilen, die künstliche Vanille dagegen hat nur eine einzige organische Komponente: das Vanillin. Der Duft von echter Vanille ist mit dem künstlichen Vanillin nicht zu vergleichen. Aber oft scheint sich unser Gaumen schon an das künstliche Produkt gewöhnt zu haben, so dass wir den Unterschied nicht mehr wahrnehmen.

Im Weltladen können Sie Qualitätsprodukte genießen, die mit echter Bourbon Vanille aromatisiert wurden – die Vielfalt an Schokoladen oder Plätzchen ist groß. Oder Sie kaufen eine Schote im Glasröhrchen und probieren sich an leckeren Vanille-Rezepten. Je nach Geschmack ganz traditionell in Süßspeisen oder – wenn sie mutig sind – testen Sie unsere ausgefallenen Rezepte auf Seite 11! ■

Das ist enorm.

Im aktuellen Heft: Die Lüge vom regionalen Produkt, der Nachhaltigkeits-Chef der Hypo-Vereinsbank, die Näherinnen in Bangladesch und sinnvolle Aussichten auf die Arbeitswelt von morgen.

In jedem Heft: Wirtschaft für den Menschen.

Das ist enorm.



Hoch die Tassen:

**Probeabo bestellen
und die faire Chance
auf ein Bio-Kaffee-
Abo sichern!**



Infos unter
www.enorm-magazin.de/wl

IM ZEICHEN DER SCHNECKE

Einblicke in die Slow Food Bewegung



Slow Food®
Deutschland e.V.



— **WELT&LADEN:** *Frau Dr. Hudson, Sie sind im Vorstand von Slow Food Deutschland. Was bedeutet gutes Essen für Sie persönlich?*

— Für mich steht Essen für Lebensqualität. Essen ist eine Lebensbereicherung und bedeutet ein Eingebundensein in größere Zusammenhänge. Über das Essen stehen Mensch, Natur, Landschaft und Landwirtschaft in einem lokalen aber auch weltweiten Bezug. Essen hat eine ganz wichtige Rolle in meinem Leben – ich esse gerne und aus Lust. Gutes Essen ist für mich oft etwas ganz einfaches, allerdings mit einer guten Qualität – die Alltagsküche ist mir wichtig.

— *Ziel von Slow Food ist die Rückbesinnung auf gastronomische Tradition und Sie fordern gute, saubere und faire Lebensmittel. Können Sie das für unsere Leser näher erläutern?*

— Die kulinarische Tradition ist ein Resultat langer Entwicklungen. Dazu gehört auch die

Landwirtschaft und somit die Gestaltung der Landschaft und die Bearbeitung der Böden. Zur kulinarischen Tradition gehört das gesamte Wissen um bestimmte Lebensmittel, ihre Lagerung und Zubereitung. Wir möchten nicht, dass handwerkliches und technisches Wissen verloren geht, daher ist eine Rückbesinnung sinnvoll. Kulinarische Traditionen sind sehr kleinteilig, sie sind lokal und regional ausgeprägt. Diese Vielfalt möchten wir in den Blick bringen. Für Slow Food ist der Zusammenhang von Teller und Landwirtschaft ein ganz enger. Daraus resultieren dann auch unsere Forderungen an gute, saubere und faire Lebensmittel. Gute Produkte machen uns Freude, schmecken gut und kommen aus einer ressourcenschonenden Landwirtschaft, die nicht auf Chemikalien basiert. So entstehen saubere Lebensmittel. Für saubere Lebensmittel muss aber auch die Weiterverarbeitung stimmen. Heutzutage wird mit Blick auf Zeit und Kosten aus minderwertigen Rohstoffen durch viele Zusatzstoffe ein Lebensmittel geschmacklich vorgegaukelt, was es von der Substanz eigentlich gar nicht ist. Wir sagen, Lebensmittel müssen möglichst natürlich weiterverarbeitet werden – ohne die Helfer der Lebensmittelindustrie. Der faire Aspekt der Lebensmittel zielt darauf, dass Landwirte, Weiterverarbeiter etc. ein Auskommen haben müssen und sie ordentlich honoriert werden. Wir dürfen uns nicht in einem Preiskampf nach unten bewegen – Lebensmittel sind im Grunde viel zu billig!

— *Was hat sich seit der Gründung von Slow Food auf Seiten der Konsumenten verändert? Wird heute bewusster konsumiert?*

— Ob in der Menge wirklich bewusster konsumiert wird, kann ich nicht sagen. Aber das Bewusstsein für Lebensmittel und die Zusammenhänge ist tendenziell ein höheres. Das Thema Lebensmittel ist im öffentlichen Diskurs angekommen. Von den traurigen Ursachen wie Lebensmittelskandalen mal ganz abgesehen, gibt es eine wachsende Verbraucherschicht, die sich mehr für das Lebensmittel interessiert und auch für Qualität.

— *Sehen Sie Verbindungen zwischen der Slow Food Bewegung und dem Fairen Handel?*

— Wir haben das Wort fair mit in unserem Slogan. Es geht uns aus unterschiedlichen Ansätzen heraus um sehr Ähnliches – die Unterstützung der kleinen Erzeuger, hierzulande und weltweit. Wir zielen beide auf Ernährungssouveränität ab. Dabei gibt es sicherlich Abgrenzungen, die auch in Ordnung sind. Wir konzentrieren uns auf den Lebensmittelbereich und decken so nur einen Bereich aus dem Fair Handels-Spektrum ab.

— *In dieser Ausgabe von WELT & LADEN berichten wir über das Gewürz Vanille. So geht die Kooperative LA SENTINELLE in Madagaskar als ein Presidio-Projekt auf eine Slow Food Initiative zurück. Können Sie uns etwas über das Projekt erzählen?*

— Die Presidio-Projekte sind Projekte zum Schutz von Lebensmittelgemeinschaften. Der Name kommt aus dem italienischen und bedeutet „Schutzring“. „Sentinelle“ ist die französische Übersetzung für Presidio. LA SENTINELLE geht auf eine Slow Food Initiative zurück, ist aber dann von anderen Organisationen unterstützt worden. So haben Bio- und Fair-Zertifizierungen zusätzliches Geld gebracht, was für die Infrastruktur der Dörfer genutzt wurde. Ein sehr erfolgreiches Projekt! Es geht neben dem Verkauf von Vanille um Umweltaspekte – die Erzeuger setzen sich aktiv für den Erhalt ihrer Umwelt ein!

— *Haben Sie bereits von der Kampagne „Öko+Fair ernährt mehr“ gehört? Das ist eine Kampagne für zukunftsfähige Welternährung vom Weltladen-Dachverband und Naturland.*

— Ich bin aus dem Slow Food Kreis per Mail auf den Kampagnenfilm aufmerksam gemacht worden und gleichzeitig hat mir auch jemand davon erzählt, der den Film auf der Grünen Woche gesehen hat. Durch den Film habe ich die Kampagne kennengelernt – ein grandioses Projekt! Auch hier geht es wieder um Ernährungssouveränität und den Erhalt von lokalen Gemeinschaften.

VANILLE MAL ANDERS

Bei vielen Spitzenköchen hat es sich bereits herumgesprochen – Vanille schmeckt nicht nur wunderbar in Süßspeisen, sondern gibt auch herzhaften Gerichten eine feine Note. Werden Sie experimentierfreudig und peppen Sie bekannte Gerichte auf. Wir haben zwei leckere Rezepte für Sie ausgewählt und getestet – der Sommer kann kommen!

Vanille-Hollandaise mit Chili zu Bratlingen

Hollandaise: 1 Vanilleschote* – 1 Schalotte – 2 Lorbeerblätter – 50 ml Weißwein* – 150 g Butter – ½ rote Chilischote – 3 Eigelb – Salz* – etwas Zitronensaft

Getreidebratlinge: ½ Liter kräftige Gemüsebrühe – 200 g geschroteter Grünkern – 1 Frühlingszwiebel, gewürfelt – 2 Eier – 100 g Haferflocken – frische Kräuter der Saison (z.B. Petersilie, Schnittlauch) – Salz* – Pfeffer* – Curry* – Senf – Öl* zum Braten

SO GEHT'S – Das geschrotete Getreide in einer kräftigen Gemüsebrühe aufkochen und bei geringer Hitze ca. 30 Minuten quellen und anschließend abkühlen lassen. ● In dieser Zeit die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Die leere Schote in Stücke schneiden. Die Schalotte schälen, fein würfeln und zusammen mit den Schotenstücken, Lorbeerblättern und Wein in einen Topf füllen und alles bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. ● Für die Bratlinge Frühlingszwiebelwürfel, Eier, Haferflocken und Kräuter zum abgekühlten Getreidebrei geben und mit der Hand durchkneten. Mit Salz, Pfeffer, Curry und Senf abschmecken, in Kugeln formen und in Öl ausbraten. ● Für die Hollandaise die Butter in Stücke schneiden und bei schwacher Hitze schmelzen lassen. Den Sud durch ein Sieb gießen und in einer Schüssel in ein Wasserbad geben. Eigelb, gehackte Chili und Vanillemark dazugeben und aufschlagen, bis eine helle und dicke Creme entsteht. Jetzt nach und nach die Butter in die Creme geben. Dabei gut rühren! Abschließend mit Salz und Zitronensaft würzen.



Vanille-Gnocchi

500 g Kartoffeln (mehlig) – 1 Ei – 100 g Mehl – Salz* und Pfeffer* – 1 Vanilleschote* – Butter – etwas geriebener Parmesan

SO GEHT'S – Die Kartoffeln mit der Schale in Salzwasser kochen. Kartoffeln abgießen, schälen und mit einem Kartoffelstampfer oder -presse zu Brei verarbeiten und abkühlen lassen. Den Brei mit dem Mark einer halben Vanilleschote, Ei, Mehl, Salz und Pfeffer zu einem weichen Teig kneten. Den Teig in mehrere lange Rollen formen, mit Mehl bestäuben und mit einem Küchenmesser in kleine Stücke schneiden und ruhen lassen. Inzwischen in einem Topf Salzwasser kochen und die Gnocchi für einige Minuten hineingeben, bis sie an die Oberfläche steigen, dann herausnehmen. Etwas Butter in einer Pfanne schmelzen und das restliche Mark der Vanilleschote dazugeben. Die Gnocchi darin schwenken und mit Parmesan servieren.

* Diese Produkte bekommen Sie in Ihrem Weltladen