

WEITERE PROJEKTE

GESCHMACKS- VIELFALT IM EINMACHGLAS

TEXT / MELANIE PASCHKE



Der würzige Duft von Kurkuma und Koriander liegt in der Luft. Fleissige Hände schälen und schneiden Gemüse am grossen Küchentisch klein. Drei über-grosse Zucchetti – insgesamt etwa sechs Kilo – sowie Brokkoli, Blumenkohl, Möhren und Peperoni aus dem eigenen Garten werden an diesem Abend in der Einmachbibliothek gemeinsam verarbeitet. Dieser Ort der Gemeinschaft und des Lernens ist im Sommer 2017 auf der Brache Guggach in Zürich inmitten von Gemeinschaftsgärten entstanden. Dort können Einmachwerkzeuge ausgeliehen oder genutzt werden. Bücher geben Ideen zum Konservieren und Einmachen von Obst und Gemüse. In Workshops und Werkstätten werden Überschüsse aus den umliegenden Gärten haltbar gemacht und eine alte hauswirtschaftliche Fertigkeit vermittelt. In der Werkstatt an diesem 13. September 2017 geht es ums Konservieren und Einmachen mit Essig.

BRACHE GUGGACH

Die Stadt Zürich stellt ein 1,5 Hektar grosses Areal an der Ecke Wehntaler-/Hofwiesenstrasse zur Zwischennutzung zur Verfügung. Seit August 2015 ist der befestigte Platz saniert. Schon mehrfach wurde er für kleinere und grössere Veranstaltungen genutzt. Die Grünfläche lädt zum Gärtnern, zu Spiel und Sport oder einfach zum Abschalten und Entspannen ein. Verschiedene Arbeitsgruppen planen, werken und wirken auf dem Areal. Dazu gehören auch die Verantwortlichen der Einmachbibliothek. Die Einmachbibliothek setzt auf freiwilliges Engagement. Als Werkstattleiter, Werkstattleiterin oder Mitglied der Steuerungsgruppe sind Freiwillige willkommen.
www.bracheguggach.ch
www.einmachbibliothek.ch



18:15 Uhr

Die Teilnehmenden einigen sich auf die Rezepte: Süss-saures Zucchettigemüse und scharfsaure Gemüsespiesschen sollen entstehen. Die Workshopleiterin führt in die Konservierungstechnik ein: Eine Blüte erlebte das Einlegen von Gemüse in Essig im 16. Jahrhundert. In der Werkstatt werden Weinessig und Apfelessig als geschmacksneutrale oder fruchtige Grundlage für den bakterienhemmenden Sud verwendet.



18:30 Uhr

Die Teilnehmenden waschen das Gemüse und schneiden es in kleine Stückchen. Sie spiessen das Gemüse abwechslungsweise auf kleine Holzstäbchen und stellen diese hochkant in 60 Einweckgläser.



19:30 Uhr
Aus Weissig, Gewürzen und Zucker mischen die Teilnehmenden die Flüssigkeit zum Einmachen. Die Gläser werden erhitzt, das Gemüse wird so sterilisiert.



20:00 Uhr
Der süß-saure Duft der ersten Gläser mit Essiggemüse durchzieht die Küche. Dampfende Gläser kühlen auf den Tablaren aus. Bei Baguette und Käse wird das Eingemachte heiss verkostet. «Fein», kommentieren die Teilnehmenden zufrieden.



21:00 Uhr
Das Eingemachte wird geteilt: Jede Teilnehmerin, jeder Teilnehmer nimmt ein paar Gläser mit nach Hause.

Regelmässig dampfen die Einmachtöpfe in der Einmachbibliothek. Es entstehen goldgelbe Sirups und süsse Marmeladen, Pesto, Kräutersalz oder Gemüsebouillon. Milchsaurer Gemüse fermentieren, spritziger Holundersekt gärt. «Wir machen ein, was Saison hat und mitgebracht wird», sagt Milena Bärtschi, Mitgründerin der Einmachbibliothek. In den Gärten auf der Brache Guggach wächst allerlei Gemüse und Obst, das sich zum Einmachen eignet. Viele dieser Gärten werden von Migrantinnen und Migranten bewirtschaftet, die aus ihrer alten Heimat traditionelle Rezepte und Methoden der Konservierung mitgebracht haben. «Einsalzen, Einsäuern, Räuchern – jede Kultur hat eigene Techniken entwickelt, um Lebensmittel haltbar zu machen», erklärt Milena Bärtschi. Einheimische und zugewanderte Menschen teilen ihr Wissen und ihre Rezepte in der Einmachbibliothek.

EINMACHEN STATT WEGWERFEN

Laut einem WWF-Bericht werden in der Schweiz pro Tag 320 Gramm Lebensmittel pro Kopf in den Müll geworfen – jedes Jahr sind das 2 Millionen Tonnen. «Konservieren durch Einmachen, Fermentieren und Dörren ist ein wichtiger Gegen-trend zu Foodwaste», betont Eva Reynaert, eine der Werkstattleiterinnen im Team der Einmachbibliothek. Zudem stärkt das Einmachen lokal erzeugter Obst- und Gemüsesorten die Regionalität der Nahrungsproduktion und vermindert den CO₂-Ausstoss beim Transport durch Flugzeug, Schiff und Lastwagen. Die Verwendung von Produkten aus nachhaltiger Landwirtschaft und eine regionale Nahrungsproduktion sind ein persönlicher Beitrag zum Klimaschutz. Die Einmachbibliothek will ausserdem dazu beitragen, die Sortenvielfalt zu erhalten und eine neue Geschmacksvielfalt erlebbar zu machen: Wer hat schon mal Mangold-Pesto probiert oder selbst-gemachtes Kimchi? Die Einmachbibliothek widmet sich der ganzen Vielfalt der Obst- und Gemüse-sorten. Gleichzeitig macht sie Suffizienz erfahrbar: «Suffizienz entsteht auch durch das Erleben von Autonomie bei der Nahrungserzeugung», erklärt Eva Reynaert. «Beim gemeinsamen Einmachen entsteht der Vorrat für den Winter und damit das Gefühl, genug zu haben und ausreichend versorgt zu sein.»

ERLEBEN VON GEMEINSCHAFT

Die Einmachbibliothek steht ebenso wie der Gemeinschaftsgarten allen Quartierbewohnerinnen und Quartierbewohnern als Ermöglichungs- und Lernraum für einen nachhaltigen Lebensstil zur Verfügung. Wichtig ist dem Team der Einmachbibliothek die Gemeinschaft. Diese stellt sich beim gemeinsamen Tun ein. Nachdem das Projektteam erste Gehversuche mit den Werkstätten und Workshops gemacht hat, ist es nun auf der Suche nach einem Obstgarten, der genossenschaftlich genutzt werden kann. Damit möchte es Versorgungsnachbarschaften – lokale Zusammenschlüsse für die lokale Lebensmittelversorgung und -verarbeitung – erlebbar machen.

MELANIE PASCHKE hat die Einmachbibliothek gegründet. Sie leitet regelmässig Workshops und Werkstätten.

SÜSS-SAUER EINGELEGT ZUCCHETTI

3 kg Zucchini
500 g frische Zwiebeln
2 rote Peperoni
2 grüne Peperoni
2 Esslöffel Salz
500 g Zucker
750 ml Sieben-Kräuter-Essig
4 Teelöffel Senfkörner
4 Teelöffel Kurkuma

Zucchini waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Peperoni waschen, entkernen und ebenfalls in Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und klein schneiden. Gemüse in eine Schüssel geben und vermischen. Salz, Zucker, Senfkörner und Kurkuma mit dem Essig mischen und über das Gemüse giessen. Das Ganze eine Stunde ziehen lassen, ab und zu umrühren. Gemüse und Flüssigkeit in Einweckgläser füllen und zehn Minuten bei mittlerer Hitze im Einwecktopf weich kochen, anschliessend noch zehn weitere Minuten sterilisieren.

Quelle: kochbar.de

SAUERSCHARFE GEMÜSESPIESSCHEN

4 Möhren
500 g Brokkoli oder Blumenkohl
400 g Staudensellerie
2 rote Peperoni
400 g Perlzwiebeln
300 g Gärtnergurke
16 Lorbeerblätter
4 Esslöffel Pfeffer
2 Esslöffel Wacholderbeeren
800 ml Weissweinessig
2 Esslöffel Salz
4 Esslöffel Zucker
60 Holzspiesschen

Das Gemüse schälen, putzen und in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Sellerie und geschälte Brokkolistrunke in zwei Zentimeter dicke Stücke schneiden. Das Gemüse auf die Spiesse stecken und aufrecht in die Gläser stellen. Ein Lorbeerblatt in jedes Glas legen, Pfeffer und Wacholder auf die Gläser verteilen. Essig mit 1,8 Liter Wasser, Salz und Zucker aufkochen und kochend heiss in die Gläser bis zwei Zentimeter unter dem Rand auffüllen. Danach zehn Minuten im Einwecktopf weich kochen und weitere zehn Minuten sterilisieren.

Quelle: Petra Casparek, Einmachen & Fermentieren